

6. ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ РАЦІОНАЛІЗАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ В УМОВАХ ДОВГОТРИВАЛОЇ ДІЇ МАЛИХ ДОЗ ІОНІЗУЮЧОГО ВИПРОМІНЮВАННЯ

Г.Л. Демчина

Наукові керівники — асистенти Л.П. Нецадим, Г.С. Мельник

В результаті катастрофи на Чорнобильській АЕС виникло значне забруднення території радіонуклідами. Наслідком цього є те, що на протязі значного часу основним джерелом опромінення населення будуть радіоактивні речовини, що забруднюють продукти харчування.

Особливості харчування здійснюють модифікуючий вплив на розвиток реакцій організму при довготривалому внутрішньому опроміненні малими дозами. В зв'язку з можливістю регулювати проникнення радіонуклідів у внутрішнє середовище організму, шляхом виключення в раціон продуктів і речовин, що володіють радіозахисною, імуномодулюючою і адаптогенною дією, а також враховуючи особливості кулінарної і технологічної їх обробки, і таким чином раціоналізація харчування в умовах підвищеної радіаційної дії є реальним шляхом зниження внутрішнього опромінення організму людини.