

Важные стандарты

Интервью с Президентом Российской диабетической ассоциации М. В. Богомоловым

В налоговом кодексе РФ есть статья о том, что НДС на диабетические продукты питания снижается в два раза, но ни один государственный регламент не дает определения диабетического продукта. В том числе общеизвестный технический регламент Таможенного союза 027/2012. Там даны определения лечебного и лечебно-профилактического питания. Там говорится о том, что должно быть снижено содержание сахара, калорийность, но каким образом это определить, не указано. У нас регулированием такого рода стандартов должно было заниматься Минэкономразвития, но национальных стандартов диабетических продуктов нет. Для того, чтобы получить налоговую льготу, надо попасть в общероссийский классификатор. Получается, что федеральный закон о техническом регулировании гласит, что могут быть такие стандарты: технический регламент, который принимается Госдумой; отраслевые стандарты, но нет отрасли «диабетические продукты»!

Получилось, что ни у кого, кроме РДА нет

стандартов качества для определения пригодности продукта для больных СД, и для людей здоровых с целью профилактики диабета. В связи с этим возник ряд проблем.

В 1988–90 гг. только начали внедряться системы обучения больных сахарным диабетом в России. Не было тест-полосок, глюкометров, школ диабета, определения хлебных единиц.

В те времена существовало множество систем расчетов, которые приходили из Европы и Америки. К нам пришла немецкая система, которая оказала наибольшее влияние на формирование обучающих систем, в частности, ныне покойный Майкл Бергер — руководитель университетской диабетологической клиники в Дюссельдорфе. Появилось определение «Хлебная единица», то есть — 10 г усваиваемых углеводов + 2 г неусваиваемых. Она так до сих пор и определяется, но в наши руководства и учебники перекочевала просто 12 г углеводов. У авторов была двухмерная характеристика.

Например, упаковка фруктозы. Написано, что содержит (1ХЕ=10г фруктозы) ХЕ подразумевает всасываемые углеводы, те, которые усваиваются, но от фруктозы только 21–33% всасывается в кровь — превращается в глюкозу. Значит, инсулина нужно делать в 3–5 раз меньше. Эти ошибки достаточно дорого обходятся больным. РДА хочет постепенно стандартизировать ХЕ, как 10 г углеводов, отбросив все остальное. Когда на одном листе бумаги скрещивается десятиричная система и двенадцатиричная, получается путаница. Без вреда для потребителей и производителей будем переходить на 10 г усваиваемых углеводов. Еще одна ошибка бывает с этими ХЕ. Сорбит и ксилит вообще не считаются в хлебных единицах, искусственные сахарозаменители — тоже. Они имеют коэффициент сладости (совсем другое понятие), который измеряется наличием сахара, там, где молекула фруктозы сцеплена с молекулой глюкозы. Когда при производстве продукции используют смеси (ксилит с фруктозой, например), то этикетки содержат жесточайшие ошибки.

Мы будем публиковать таблицы с информацией о том, что при расчете ХЕ некоторые углеводы учитываются частично, например, фруктоза — от 100 г в расчет ХЕ поступает 21–33 г. По оптимистичным оценкам на стандартизацию уйдет 5–10 лет.

Еще лучше вводить определение гликемического индекса (ГИ) — максимальный подъем сахара после приема углеводов. Если съесть пирожное, а потом кочан капусты, то сахар больше повысится, а если наоборот, то меньше. Здесь от перестановки мест слагаемых сумма меняется. В чем проблема? Авторы, которые основали это понятие в 30-е годы прошлого века, давали людям съесть 50 г глюкозы в качестве стандарта. Это дает подъем на 10–14 ммоль/л. Это недобросовестно для здоровья. Эти же авторы в качестве второго стандарта предложили белый несдобный хлеб. Определение этого хлеба оказалось достаточно туманным. Мы пошли по такому пути: консультировались с технологами НИИ Хлебопечения, выбрали определенный стандарт (информация есть на нашем сайте) ГОСТ 26987–86. Берем не 5 ХЕ, а 2 ХЕ, планируемый подъем 4–5 ммоль/л (щадящий способ). Меряется сахар крови у группы па-



Богомолов М. В.

циентов натощак (должен быть ниже 13,9 ммоль/л), съедают они 2 куска хлеба и через 120 минут сахар замеряется еще раз, и этот подъем принимается за 100% — это упрощенная процедура. В другой день съедается один пустой кусок хлеба, а на другой замеряется какой-то продукт, в котором столько же углеводов, сколько было во втором куске хлеба, и сравнивается уровень подъема. Сейчас многие производители пытаются вынести на этикетку количество ХЕ или ГИ, но единого понимания у потребителей нет. Это не такие уж простые понятия, как изначально казалось. 20 лет назад мы не договорились, что принимать за стандарт. Чем ниже ГИ тем меньше нагрузка на бета-клетки поджелудочной железы, тем ниже уровень ожирения. Главное — безопасность потребителя и удобство расчета для врача.

Считаю, что эти понятия главным образом должны быть больше направлены на здоровых людей, чтобы они понимали и выбирали полезные продукты.



Подготовила и записала З. Зорина