

СОДЕРЖАНИЕ

Список используемых сокращений и условных обозначений.....	3
Предисловие.....	5
Введение.....	9
Глава 1. Общие принципы регуляции роста, развития и функционирования живых организмов.....	15
Первичные (базовые) системы регуляции	17
Вторичные (дополнительные) системы регуляции	34
Глава 2. Функциональное питание. Состояние и перспективы концепции.....	38
Концепция «функциональное питание».....	39
Механизм действия и состав фпп	43
Пробиотики	46
Пребиотики	48
Флавоноиды	49
Лектины.....	50
Цитамины.....	51
Экономические и организационные аспекты производства и применения ФПП	52
Глава 3. Ожирение и функциональное питание	55
Эпидемиология и последствия ожирения	56
Физиологические функции жировой ткани	59
Регуляция липидного обмена и этиопатогенез избыточной массы тела и ожирения	62
Детское ожирение.....	71
Современные принципы профилактики и лечения ожирения	73
Медицинские подходы к лечению ожирения	73
Немедикаментозные приемы профилактики и лечения ожирения	75
Роль отдельных функциональных ингредиентов в регуляции жирового обмена.....	81
Питьевая вода	82
Регуляторы кислотно-щелочного равновесия.....	84
Активаторы энергетического метаболизма.....	85
Макро- и микроэлементы	85
Ненасыщенные жирные кислоты.....	87

Пищевые волокна и сахарозаменители.....	88
Белки, пептиды, аминокислоты.....	90
Витамины.....	92
Роль микробиоты пищеварительного тракта в энергетическом, липидном обменах и развитии ожирения.....	93
Другие немедикаментозные приемы снижения риска ожирения.....	102
Глава 4. Инсулиннезависимый сахарный диабет и функциональное питание.....	103
Углеводный обмен и его регуляция.....	103
Эпидемиология и последствия сахарного диабета.....	111
Этиопатогенез сахарного диабета типа 2.....	113
Немедикаментозные подходы к профилактике и лечению сахарного диабета типа 2.....	122
Питьевая вода.....	123
Низкокалорийная диета.....	124
Продукты с низким гликемическим индексом.....	127
Сахарозаменители и ингибиторы гликозидаз.....	128
Макро- и микронутриенты с антидиабетическими эффектами.....	130
Полиненасыщенные жирные кислоты и фосфолипиды.....	131
А-липоевая (тиоктовая) кислота.....	132
Витамины.....	133
Макро- и микроэлементы.....	134
Аминокислоты.....	138
Пищевые волокна.....	139
Другие растительные функциональные ингредиенты.....	140
Роль микробиоты пищеварительного тракта в развитии и профилактике сахарного диабета типа 2.....	141
Глава 5. Эпидемиология и последствия сердечно- сосудистых заболеваний.....	147
Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний.....	148
Глава 6. Гипертоническая болезнь и функциональное питание.....	150
Эпидемиология гипертонической болезни и ее последствия.....	151
Этиопатогенез гипертонической болезни.....	153
Современные подходы к профилактике и лечению гипертонической болезни.....	157

Диетические приемы контроля гипертонической болезни.....	157
Питьевая вода	158
Низкокалорийная диета	159
Витамины	159
Полиненасыщенные жирные кислоты.....	159
Фитоэстрогены.....	161
Макро- и микроэлементы	162
Аминокислоты	164
Другие нутриенты и диетические приемы	167
Роль микробиоты пищеварительного тракта в регуляции тонуса сосудов, профилактике и лечении гипертонической болезни	167
Глава 7. Атерогенная дислипидопротеидемия и функциональное питание.....	172
Основные липиды и липопротеиды в организме человека	173
Атерогенная дислипидопротеидемия	175
Патогенез атерогенной дислипидопротеидемии	177
Немедикаментозные подходы к профилактике и лечению атерогенной дислипидопротеидемии	183
Роль кишечной микробиоты в развитии атерогенной дислипидемии и приемы коррекции микробиологического дисбаланса.....	202
Глава 8. Хроническая сердечная недостаточность и функциональное питание.....	211
Эпидемиология и последствия хронической сердечной недостаточности	211
Факторы риска и патогенез хронической сердечной недостаточности	212
Немедикаментозные подходы к лечению и профилактике хронической сердечной недостаточности	213
Рынок функциональных продуктов питания для снижения риска сердечно-сосудистых заболеваний.....	217
Глава 9. Метаболический синдром и функциональное питание.....	219
Термины, определение и диагностические критерии	219
Эпидемиология и последствия метаболического синдрома.....	224
Факторы риска и этиопатогенез метаболического синдрома.....	225
Диетические подходы профилактики и лечения метаболического синдрома.....	234

Роль отдельных функциональных ингредиентов в снижении риска метаболического синдрома	238
Другие немедикаментозные подходы снижения риска метаболического синдрома	250
Заключение	252
Литература	273