

САЛОТЕРАПІЯ

Сирова Г.О.¹, Авраменко В.Л.², Лапшин В.В.¹, Макаров В.О.¹,
Завада О.О.¹, Каліненко О.С.¹

¹*Харківський національний медичний університет,*

²*Національний технічний університет*

«Харківський політехнічний університет», м. Харків

Загальновідомий високопоживний харчовий продукт – свиняче сало, який містить незамінні жирні кислоти (ліноленова та арахідонова), які входять до складу ядра клітини і впливають на відтворення потомства. Сало високоенергетичний продукт, який містить вітаміни А, D, Е, є обов'язковим компонентом раціону, тому його використовують для харчування людей важкої фізичної та розумової праці, так як – 30–50 г сала може повністю забезпечити добову норму в незамінних поліненасичених жирних кислотах.

Відомо, що ліолева, ліноленова та арахідонова кислоти біологічно активні: стимулюють синтез білків та ліпідів, підвищують стійкість організму проти інфекційних захворювань, підтримують активність ферментів, регулюють процеси окиснення [1].

В невеликих кількостях сало можна вживати здоровим людям без порушень ліпідного обміну, високого холестерину, якщо немає хвороби жовчовивідних шляхів, жовчного міхура та підшлункової залози, оскільки для повного травлення потрібна достатня кількість жовчі та ферменту ліпази.

З даних літератури відомо, що сало має велику цілющу дію: може вилікувати підшлункову залозу, може захистити від вірусів, зменшити зубний біль, а також має бактерицидні властивості, діє на шкідливі бактерії. В салі міститься арахідонова кислота, яка підсилює захисні функції організму, допомагає запобігти поширенню вірусів і шкідливих бактерій, покращує імунітет, виводить з організму радіоактивні частинки, покращує роботу мозку, серцевого м'яза, впливає на роботу нирок та поліпшує склад крові, виводячи з неї зайві холестеринові бляшки [2-3].

Але треба пам'ятати, що сало є висококалорійним продуктом, тому вживати його слід з обережністю, щоб не довести себе до ожиріння. Крім того, слід пам'ятати, що можливе зараження паразитами, які були у тварині.

Література:

1. Бірта Г.О. Бургу Ю.Г. Фізико-хімічний та жирнокислотний склад сала.//вісник Полтавської аграрної академії №1,2013 с.66-69.

2. Медведев В.А. Генетические и фенотипические факторы улучшения качества свинины/ В.А.Медведев, В.Н. Юрченко// Повышение качества продуктов животноводства.М:Колос.-1982.с.140-151.

3. Поливода А.М. Методика оценки качества продукту боя свиней/ А.М. Поливода, Р.В.Стробыкина, Н.Д. Любецкий//Методика исследований по свиноводству.- Х., 1977.- с.48-56.