

СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА РОЛЬ НАСИЧЕНИХ ЖИРІВ В ОРГАНІЗМІ ЛЮДИНИ

Вікторія КОРЖОВА, здобувачка вищої освіти 2 курсу освітнього ступеня «Магістр», спеціальності 181 «Харчові технології»
Миколаївський національний аграрний університет
м. Миколаїв, Україна

***Анотація.** Продукти тваринного походження, які містять в своєму складі велику кількість насичених жирних кислот практично всю історію посідали важливе місце в раціоні харчування людей. Однак в середині ХХ століття американський дослідник Ансель Кіз висунув певну гіпотезу про те, що насичені жири та холестерин є ключовою причиною розвитку серцево-судинних захворювань. Його слова не підтверджувалися експериментально, були відсутні докази причинності. В той же час, ряд сучасних результатів досліджень, які наведені в даній роботі, чітко демонструють, що підтверджені того факту, що саме продукти тваринного походження стають основною причиною розвитку серцево-судинних та онкологічних захворювань немає.*

***Ключові слова:** насичені жири, серцево-судинні захворювання, онкологічні захворювання, холестерин.*

Результати досліджень. Для формування власних результатів роботи ми користувалися виключно сучасними, достовірними результатами дослідження, в яких використовувалися рандомізовані контрольовані дослідження, здійснювалися проспективні когортні дослідження, проводився метааналіз. Всі результати досліджень які застосовувалися для написання статі публікувалися на сайті PubMed, що створений Національним центром біотехнологічної інформації (США).

Перша група аналізу включала в себе дослідження зв'язку насичених жирів та ризиком розвитку серцево-судинних захворювань. Так, подвійне сліпе рандомізоване контрольоване дослідження показало, що заміна насичених жирів на Омега-6 багаті рослинні масла підвищувало смертність від серцево-судинних захворювань, не дивлячись на зниження рівня холестерину. Дослідження проводилося ще в період з 1968 по 1973 роки, але довгий час не публікувалося, в 2010 роках дослідники отримали доступ до вихідних матеріалів, провели повторний аналіз і опублікували роботу в 2016 році [4].

Результати об'єднаних аналізів двох проспективних когортних досліджень виконаних в 2023 році в яких приймали участь 173 696 учасників показують що саме дієта з високим вмістом вуглеводів може підвищувати ризик серцево-судинних захворювань [1].

Результати систематичного огляду та метааналізів 9 рандомізованих контрольованих досліджень виконаних в період до квітня 2023 році з 13 532 учасниками показали, що обмеження споживання насичених жирів не знижувало ризик розвитку серцево-судинних захворювань [6].

В 2024 році проведений метааналіз рандомізованих клінічних досліджень з вивчення впливу кетогенної дієти як дієтичного підходу на фактори ризику серцево-судинних захворювань, в якому було проаналізовано 27 рандомізованих контрольованих досліджень за участю 1278 осіб показало, що у людей з низьковуглеводною дієтою були переваги з погляду рівня тригліцеридів, артеріального тиску, ваги та глікемічного контролю, над людьми, що притримувалися способу харчування з високим рівнем вуглеводів в раціоні [5].

Дослідження канадського Університету Макмастеара, яке було опубліковано в 2025 році показує, що у людей які споживають більше м'яса нижче рівень смертності від раку. Дослідження проаналізували дані майже 16 000 людей в віці 19 років та старше, враховуючи скільки тваринного білку вони зазвичай споживають. Науковці також дослідили чи пов'язані ці моделі харчування з ризиком смерті від таких причин як хвороби серцево-судинної системи та рак, як з'ясувалося зв'язку немає [3].

Дослідження, що проведено в США з аналізу змін американського раціону харчування в період з 1800 по 2019 рік, показало про відсутність зв'язку між споживанням насичених жирних кислот та неінфекційними захворюваннями. Результати показали, що кількість неінфекційних захворювань зростала протягом ХХ століття паралельно зі збільшенням споживання оброблених харчових продуктів, включаючи цукор, рафіноване борошно та рис, а також рослинні олії. Насичені жири тваринного походження мали обернену кореляцію з поширеністю неінфекційних захворювань [2].

Висновки. Ознайомившись з усією інформацією, яка була наведена вище, ми можемо формувати впевнені висновки. Та сказати, що на сьогоднішній день немає наукового підтвердження того, що саме продукти тваринного походження які багаті на насичені жирні кислоти стають основною причиною розвитку серцево-судинних та онкологічних захворювань.

Список використаних джерел

1. Jo, U., & Park, K. (2023). Carbohydrate-based diet may increase the risk of cardiovascular disease: A pooled analysis of two prospective cohort studies. *Clinical Nutrition*, 42(8), 1301-1307. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2023.06.013>
2. Lee, J. H., Duster, M., Roberts, T., & Devinsky, O. (2022). United States dietary trends since 1800: lack of association between saturated fatty acid consumption and non-communicable diseases. *Frontiers in Nutrition*, 8, 748847. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.748847>
3. Papanikolaou, Y., Phillips, S. M., & Fulgoni III, V. L. (2025). Animal and plant protein usual intakes are not adversely associated with all-cause, cardiovascular disease-, or cancer-related mortality risk: an NHANES III analysis. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 50, 1-8. <https://doi.org/10.1139/apnm-2023-0594>
4. Ramsden, C. E., Zamora, D., Majchrzak-Hong, S., Faurot, K. R., Broste, S. K., Frantz, R. P., ... & Hibbeln, J. R. (2016). Re-evaluation of the traditional

diet-heart hypothesis. *BMJ: British Medical Journal*, 353.
<https://doi.org/10.1136/bmj.i1246>

5. Wang, Z., Chen, T., Wu, S., Dong, X., Zhang, M., & Ma, G. (2024). Impact of the ketogenic diet as a dietary approach on cardiovascular disease risk factors: a meta-analysis of randomized clinical trials. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 120(2), 294-309. <https://doi.org/10.1016/j.ajcnut.2024.04.021>

6. Yamada, S., Shirai, T., Inaba, S., Inoue, G., Torigoe, M., & Fukuyama, N. (2025). Saturated fat restriction for cardiovascular disease prevention: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *JMA journal*, 8(2), 395-407. <https://doi.org/10.31662/jmaj.2024-0324>

Abstract. *Animal products, which contain a large amount of saturated fatty acids, have occupied an important place in the human diet for almost all history. However, in the middle of the twentieth century, the American researcher Ansel Keyes put forward a certain hypothesis that saturated fats and cholesterol are the key cause of the development of cardiovascular diseases. His words were not confirmed experimentally, there was no evidence of causality. At the same time, a number of modern research results, which are presented in this work, clearly demonstrate that there is no evidence of the fact that it is animal products that are the main cause of the development of cardiovascular and oncological diseases.*

Keywords: *saturated fats, cardiovascular diseases, cancer, cholesterol.*

Науковий керівник:

Посухін В.О.,

*асистент кафедри біотехнології та біоінженерії,
Миколаївський національний аграрний університет*

УДК: 636.09:616.992:616-07

МЕТОДИ ЛАБОРАТОРНОЇ ДІАГНОСТИКИ КАНДИДОЗІВ ТВАРИН

Софія КУЗНЄЦОВА, здобувачка вищої освіти 2 курсу

освітнього ступеня «Магістр», спеціальності 211

«Ветеринарна медицина»

Миколаївський національний аграрний університет

м. Миколаїв, Україна

Анотація. *у тезах наведено огляд сучасних методів діагностики кандидозів у тварин, зокрема оцінка клінічних проявів хвороби, мікроскопічні та культуральні дослідження; вказуються представники роду Candida, що спричиняють кандидоз у тварин.*

Ключові слова: *Candida, кандидоз тварин, candidiasis diagnosis.*

Кандидоз є одним із найпоширеніших мікозів, що викликається дріжджовими грибами роду *Candida*. Дане грибкове захворювання уражує не лише слизові оболонки тіла тварини або людини, а також і внутрішні органи. Клінічні ознаки даного захворювання характеризуються утворенням сирнистого