

Bolus on latinaa ja tarkoittaa suupalaa, ruokapalaa ja pureskeltua ruokamassaa. Letkuruokinnassa boluksella tarkoitetaan annossyöttöä. Lääketieteessä bolus on mm. suuri pilleri, savilaji ja valkosavi.

Julkaisija

Ravitsemusterapeuttien yhdistys ry

Toimitus

Bolus, Pohjoinen Makasiinikatu 6 A 8
00130 Helsinki, puh. (09) 2511 1631 päätoimittaja,
fax (09) 657 168, (09) 2511 1630 toimituskunta
dieettimedia@rty.fi ja rty@rty.fi

Päätoimittaja

Katriina Koski

Toimitus

Leena Rechartd-Rajakangas

Neuvottelukunta v. 2008

Leena Räsänen, professori
Hannu Mykkänen, professori
Tarja Heikkinen, tuotesuunnittelija
Terttu Huupponen, lehtori
Pirjo Ketonen, johtava ravitsemusterapeutti
Enja Mäkinen, ravitsemusterapeutti
Satu Männistö, erikoistutkija

Kustantaja

Dieettimedia Oy

Ulkoasu

Deeland

Painopaikka

Vammalan Kirjapaino Oy

Ilmoitusmyynti

Dieettimedia Oy
Katriina Koski
Pohjoinen Makasiinikatu 6 A 8
00130 Helsinki
puh. (09) 2511 1631, 050 3130 737
dieettimedia@rty.fi

Tilaushinta

34 euroa/v, 4 numeroa vuodessa
30 euroa/v, kestotilaus
10 euroa/irtonumero
ISSN 1238-3597

Pääkirjoitus



Tämän lehden ilmestyessä syksy on ehtinyt jo pitkälle. Toivottavasti olemme saaneet nauttia ruskan väreistä ja pirteästä pikkupakkasesta. Jos ei muuten, niin ainakin mielikuvissamme.

Tässä numerossa haluamme tuoda esiin suomalaisia ravitsemustutkimuksia, varmasti monille jo tuttujaakin. Tutkimuksista saatavat tiedot hyödyntävät kaikkia ravitsemuksen ammattilaisia työpästä riippumatta.

Suomalaisia ravitsemustutkimuksia on lukematon määrä ja niitä tehdään laajalla rintamalla. Olemme valinneet tähän lehteen laajoja, pitkäkestoisia ja kansainvälisestikin ainutlaatuisia tutkimuksia tai toisaalta tutkimuksia, jotka koskevat tiettyjä väestöryhmiämme kuten yläkoululaisia.

Asumme onneksemme maassa, jonka kansalaiset ovat innokkaita ja uskollisia tutkimuksiin osallistujia. Suomalaisissa pitkäaikaisissa seuranta-tutkimuksissa osallistujien tutkimuksessa pysyminen on kansainvälisesti tarkasteltuna erinomaista.

DIPP, TRIGR ja TEDDY-tutkimukset sekä STRIP-projekti pureutuvat varhaisen ravitsemuksen merkitykseen tyyppin 1 diabeteksen kehittymisessä tai sepelvaltimotaudin riskitekijöiden vähentämisessä. Dehko 2D -hankkeessa on kyse aikuisväestön tyyppin 2 diabeteksen ehkäisystä. Kansanterveyslaitoksen elintapaseurannat ja ruoankäyttötutkimukset antavat pitkäaikaisen kuvan suomalaisen aikuisväestön ja eläkeläisten ruoankäytöstä ja ravintoaineiden saannista. Näiden tutkimusten avulla voimme tarkastella suomalaisten ruoankäyttötietoja vauvasta vaariin.

Haluan nostaa esille myöskin allergioiden hoitoon annetut uudet ohjeet. Kansallisen allergiaohjelman tavoitteena on vähentää allergiaruokavaliota 50 %:lla. Ohjelman avulla pyritään siihen, että allergisen lapsen tai aikuisen elämää rajoitettaisiin mahdollisimman vähän ruokavaliolla. Elimistön omalle immuunipuolustusjärjestelmälle pitää tarjota haasteita. Ei siis mitään varmuuden vuoksi poistettavia ruoka-aineita vaan pikeminkin siedätystä.

Inspiroivia lukuhetkiä ravitsemustutkimusten parissa ja raikasta syk-syä lukijoillemme!

Tapaamisiin Valtakunnallisilla Ravitsemuspäivillä!

KATRIINA KOSKI

Sisällys

- 6 Pitkät seurantatutkimukset DIPP ja TEDDY:
Varhaisen ravitsemuksen merkitys lasten kroonisten tautien synnyssä
- 7 Yläkoululaisten ravitsemus- ja hyvinvointihanke
- 10 Lasten, nuorten ja lapsiperheiden ravitsemus- ja elämäntapaneuvonta kannattaa – STRIP-projekti
- 12 Finravinto 2007 -tutkimus
- 14 Ruoka Kansanterveyslaitoksen elämäntapaseurannassa
- 17 Työterveyslaitoksen ravitsemukseen liittyvät tutkimus- ja kehittämishankkeet
- 18 Dehkon 2D -hanke – kansanterveystyötä ja tutkimusta
- 22 LASERI-hankkeen väitöstutkimus: Ruokavaliotyypit lapsuudesta aikuisuuteen ja niiden yhteys sepelvaltimotaudin riskiin
- 24 SETTI-Syövänehkäisyttutkimus
- 26 Uusi menetelmä ruokavaliion laadun kuvaamiseksi
- 29 Tutustu korkeakouluruokailu -suositukseen
- 33 Ravitsemusterapia Kelan kuntoutuksessa
- 35 Allergian hoitoon uudet ohjeet: ruoka-aineita ei tule välttää varmuuden vuoksi

Vakiopalstat

- 4 Johdannainen
- 8 Kuka olet?
- 30 Uutta
- 31 Opiskelijapalsta
- 39 Johtokunta