

Примечания

ЧАСТЬ I

Глава 1

- 1 Американское онкологическое общество / American Cancer Society. "Cancer Facts and Figures — 1998." Atlanta, GA: American Cancer Society, 1998.
- 2 Американское онкологическое общество / American Cancer Society. "Cancer Facts & Figures 2015." Atlanta, GA: American Cancer Society, 2015.
- 3 Flegal K. M., Carroll M. D., Ogden C. L., et al. "Prevalence and trends in obesity among U.S. adults, 1999–2000." *JAMA* 288 (2002): 1723–1727.
- 4 Национальный центр медицинской статистики / National Center for Health Statistics. "Obesity and Overweight", информация от 2 сентября 2016 г., на сайте www.cdc.gov/nchs/fastats/obesity-overweight.htm.
- 5 Lin B.-H., Guthrie J., and Frazao E. "Nutrient Contribution of Food Away from Home." в: E. Frazao (ed.), *America's Eating Habits: Changes and Consequences*. Washington, DC: Economic Research Service, USDA, 1999. Цит. по с. 138 в: *Information Plus. Nutrition: a key to good health*. Wylie, TX: Information Plus, 1999.
- 6 Mokdad A. H., Ford E. S., Bowman B. A., et al. "Diabetes trends in the U.S.: 1990–1998." *Diabetes Care* 23 (2000): 1278–1283.
- 7 Центры по контролю и профилактике заболеваний США / Centers for Disease Control and Prevention. "National Diabetes Fact Sheet: National Estimates and General Information on Diabetes in the United States, Revised Edition." Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention, 1998.
- 8 Американская диабетическая ассоциация / American Diabetes Association. "Economic consequences of diabetes mellitus in the U.S. in 1997." *Diabetes Care* 21 (1998): 296–309. Цит. по: Mokdad A. H., Ford E. S., Bowman B. A., et al. "Diabetes trends in the U.S.: 1990–1998." *Diabetes Care* 23 (2000): 1278–1283.
- 9 Американская диабетическая ассоциация / American Diabetes Association. "Statistics about Diabetes. Data from the National Diabetes Statistics Report." Alexandria, VA: American Diabetes Association, 2014.
- 10 Американская кардиологическая ассоциация / American Heart Association. "Heart Disease and Stroke Statistics — 2003 Update." Dallas: American Heart Association, 2002.
- 11 Ornish D., Brown S. E., Scherwitz L. W., et al. "Can lifestyle changes reverse coronary heart disease?" *Lancet* 336 (1990): 129–133.
- 12 Esselstyn C. B., Ellis S. G., Medendorp S. V., et al. "A strategy to arrest and reverse coronary artery disease: a 5-year longitudinal study of a single physician's practice." *J. Family Practice* 41 (1995): 560–568.
- 13 Starfield B. "Is U.S. health really the best in the world?" *JAMA* 284 (2000): 483–485.
- 14 Anderson R. N. "Deaths: leading causes for 2000." *National Vital Statistics Reports* 50 (16) (2002).

- 15 Phillips D., Christenfeld N., and Glynn L. "Increase in U.S. medication-error death between 1983 and 1993." *Lancet* 351 (1998): 643-644.
- 16 Расследование подкомитета Конгресса США по надзору и расследованиям / U.S. Congressional House Subcommittee Oversight Investigation. "Cost and quality of health care: unnecessary surgery." Washington, DC: 1976. Цит. по: Leape L. "Unnecessary surgery." *Ann. Rev. Publ. Health* 13 (1992): 363-383.
- 17 Lazarou J., Pomeranz B., and Corey P. N. "Incidence of adverse drug reactions in hospitalized patients." *JAMA* 279 (1998): 1200-1205.
- 18 Всемирная организация здравоохранения / World Health Organization. Technical Report Series No. 425. "International Drug Monitoring: the Role of the Hospital." Geneva, Switzerland: World Health Organization, 1966.
- 19 James J. T. "A new, evidence-based estimate of patient harms associated with hospital care." *J Patient Safety* 9 (2013): 122-128.
- 20 Американская ассоциация страхования здоровья / Health Insurance Association of America. *Source Book of Health Insurance Data: 1999-2000*. Washington, DC, 1999.
- 21 Национальный центр медицинской статистики / National Center for Health Statistics. *Health, United States, 2000 with Adolescent Health Chart-book*. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics, 2000.
- 22 Starfield B. *Primary Care: Balancing Health Needs, Services, and Technology*. New York: Oxford University Press, 1998.
- 23 Всемирная организация здравоохранения. Доклад о состоянии здравоохранения в мире, 2000 / World Health Organization. *World Health Report 2000: Пресс-релиз*. "World Health Organization assesses the world's health systems." 21 июня 2000 г. Geneva. На сайте www.who.int.
- 24 PricewaterhouseCoopers. "Behind the Numbers: Slight Uptick in Expected Growth Rate Ends Five-Year Contraction." London: PricewaterhouseCoopers, 2014.
- 25 de Rugy V. "US health care spending more than twice the average for developed countries." Arlington, VA: Mercatus Center, George Mason University, 2013. На сайте mercatus.org/publication/us-health-care-spending-more-twice-average-developed-countries.
- 26 Центры координации программ «Медикэр» и «Медикэйд». "National Health Expenditure Projections 2012-2022." Baltimore, MD: Centers for Medicare and Medicaid Services, 2014. На сайте www.cms.gov/research-statistics-data-and-systems/statistics-trends-and-reports/nationalhealthexpenddata/downloads/proj2012.pdf.
- 27 Shiller R. "US inflation rate by year." 2015. На сайте www.multpl.com/inflation/table.
- 28 Campbell, T. C. Re: "Seize the ACA: The innovator's guide to the Affordable Care Act (executive summary)." [Комментарий в блоге]. Clayton Christensen Institute for Disruptive Innovation, 23 ноября 2014 г. На сайте www.christenseninstitute.org/publications/aca/#comment 159005; PricewaterhouseCoopers. "Behind the Numbers: Slight Uptick in Expected Growth Rate Ends Five-Year Contraction." London: PricewaterhouseCoopers, 2014.
- 29 Coble Y. D. Пресс-релиз Американской медицинской ассоциации «АМА отрицает рост числа незастрахованных американцев» от 30 сентября 2003 г. "AMA decries rise in number of uninsured Americans." Chicago, IL. На сайте www.amaassn.org/ama/pub/article/1617-8064.html.
- 30 Cohen R. A., and Martinez M. E. "Health insurance coverage: early release of estimates from the National Health Interview Survey, January-March 2015." Rockville M.D:

ПРИМЕЧАНИЯ

- Предварительные результаты программы национального анкетирования по вопросам здоровья, центры контроля и профилактики заболеваний США, август 2015 г. На сайте www.cdc.gov/nchs/data/nhis/earlyrelease/insur201508.pdf.
- 31 Campbell T. C. "Present day knowledge on aflatoxin." *Phil. J. Nutr.* 20 (1967): 193-201.
 - 32 Campbell T. C., Caedo J. P., Jr., Bulatao-Jayme J., et al. "Aflatoxin M1 in human urine." *Nature* 227 (1970): 403-404.
 - 33 Эта программа проводилась в сотрудничестве с Министерством здравоохранения Филиппин и финансировалась Агентством США по международному развитию (United States Agency for International Development, USAID). USAID полностью оплачивало мой труд в течение шести лет и спонсировало создание 110 «центров ухода за детьми» на всей территории Филиппин. О результатах реализации данного контракта сообщалось в ежемесячных докладах, которые готовил замдекана Политехнического университета Виргинии К. Энгел для USAID.
 - 34 Hu J., Zhao X., Jia J., et al. "Dietary calcium and bone density among middle-aged and elderly women in China." *Am. J. Clin. Nutr.* 58 (1993): 219-227.
 - 35 Hu J., Zhao X., Parpia B., et al. "Dietary intakes and urinary excretion of calcium and acids: a cross-sectional study of women in China." *Am. J. Clin. Nutr.* 58 (1993): 398-406.
 - 36 Hu J., Zhao X., Parpia B., et al. "Assessment of a modified household food weighing method in a study of bone health in China." *European J. Clin. Nutr.* 48 (1994): 442-452.
 - 37 Potischman N., McCulloch C. E., Byers T., et al. "Breast cancer and dietary and plasma concentrations of carotenoids and vitamin A." *Am. J. Clin. Nutr.* 52 (1990): 909-915.
 - 38 Potischman N., McCulloch C. E., Byers T., et al. "Associations between breast cancer, triglycerides and cholesterol." *Nutr. Cancer* 15 (1991): 205-215.
 - 39 Chen J., Campbell T. C., Li J., et al. *Diet, life-style and mortality in China. A study of the characteristics of 65 Chinese counties.* Oxford, UK; Ithaca, NY; Beijing, PRC: Oxford University Press; Cornell University Press; People's Medical Publishing House, 1990.
 - 40 Campbell T. C., and Chen J. "Diet and chronic degenerative diseases: perspectives from China." *Am. J. Clin. Nutr.* 59 (Приложение) (1994): 1153S-1161S.
 - 41 Campbell T. C. "The dietary causes of degenerative diseases: nutrients vs foods." В: N. J. Temple and D. P. Burkitt (eds.), *Western diseases: their dietary prevention and reversibility*, pp. 119-152. Totowa, NJ: Humana Press, 1994.
 - 42 Campbell T. C., and Chen J. "Diet and chronic degenerative diseases: a summary of results from an ecologic study in rural China." В: N. J. Temple and D. P. Burkitt (eds.), *Western diseases: their dietary prevention and reversibility*, 67-118. Totowa, NJ: Humana Press, 1994.
 - 43 Chittenden R. H. *Physiological economy in nutrition.* New York: F.A. Stokes, 1904.
 - 44 Chittenden R. H. *The nutrition of man.* New York: F. A. Stokes, 1907.

Глава 2

- 1 Mulder G. J. *The Chemistry of Vegetable & Animal Physiology* (перевод Ф. Фромберга). Edinburgh, Scotland: W. Blackwood & Sons, 1849.
- 2 Stillings B. R. "World supplies of animal protein." В: JWG Porter and BA Rolls (eds.), *Proteins in Human Nutrition*, 11-33. London: Academic Press, 1973.
- 3 Campbell T. C., Warner R. G., and Loosli J. K. "Urea and biuret for ruminants." В материалах конференции по диетологии Корнельского университета: Cornell Nutrition Conference, Buffalo, NY, 1960, 96-103.

- 4 Campbell T. C., Loosli J. K., Warner R. G., et al. "Utilization of biuret by ruminants." *J. Animal Science* 22 (1963): 139-145.
- 5 Autret M. "World protein supplies and needs. Proceedings of the Sixteenth Easter School in Agricultural Science, University of Nottingham, 1969." B: R. A. Laurie (ed.), *Proteins in Human Food*, 3-19. Westport, CT: Avi Publishing Company, 1970.
- 6 Scrimshaw N.S., and Young V.R. "Nutritional evaluation and the utilization of protein resources." B: C. E. Bodwell (ed.), *Evaluation of Proteins for Humans*, 1-10. Westport, CT: The Avi Publishing Co., 1976.
- 7 Jalil M. E., and Tahir W. M. "World supplies of plant proteins." B: J. W. G. Porter and B. A. Rolls (eds.), *Proteins in Human Nutrition*, 35-46. London: Academic Press, 1973.
- 8 Blount W. P. "Turkey 'X' Disease." *Turkeys* 9 (1961): 52, 55-58, 61, 77.
- 9 Sargeant K., Sheridan A., O'Kelly J., et al. "Toxicity associated with certain samples of groundnuts." *Nature* 192 (1961): 1096-1097.
- 10 Lancaster M. C., Jenkins F. P., and Philp J. M. "Toxicity associated with certain samples of groundnuts." *Nature* 192 (1961): 1095-1096.
- 11 Wogan G. N., and Newberne P. M. "Dose-response characteristics of aflatoxin B1 carcinogenesis in the rat." *Cancer Res.* 27 (1967): 2370-2376.
- 12 Wogan G. N., Paglialunga S., and Newberne P. M. "Carcinogenic effects of low dietary levels of aflatoxin B1 in rats." *Food Cosmet. Toxicol.* 12 (1974): 681-685.
- 13 Campbell T. C., Caedo J. P., Jr., Bulatao-Jayme J., et al. "Aflatoxin M1 in human urine." *Nature* 227 (1970): 403-404.
- 14 Madhavan T. V., and Gopalan C. "The effect of dietary protein on carcinogenesis of aflatoxin." *Arch. Path.* 85 (1968): 133-137.

Глава 3

- 1 Совет по защите природных ресурсов / Natural Resources Defense Council. "Intolerable risk: pesticides in our children's food." New York: Natural Resources Defense Council, 27 февраля 1989 г.
- 2 Winter C., Craigmill A., and Stimmann M. "Food Safety Issues II. NRDC report and Alar." *UC Davis Environmental Toxicology Newsletter* 9(2) (1989): 1.
- 3 Lieberman A. J., and Kwon S. C. "Fact versus fears: a review of the greatest unfounded health scares of recent times." New York: American Council on Science and Health, июнь 1998 г.
- 4 Whelan E. M., and Stare F. J. *Panic in the pantry: facts and fallacies about the food you buy.* Buffalo, NY: Prometheus Books, 1992.
- 5 Американская ассоциация производителей яблок: релиз о пресс-конференции / U.S. Apple Association. "News release: synopsis of U.S. Apple Press Conference." McLean, VA: U.S. Apple Association, 25 февраля 1999 г.
- 6 Cassens R. G. *Nitrite-cured meat: a food safety issue in perspective.* Trumbull, CT: Food and Nutrition Press, Inc., 1990.
- 7 Lijinsky W., and Epstein S. S. "Nitrosamines as environmental carcinogens." *Nature* 225 (1970): 21-23.
- 8 Национальная программа токсикологии / National Toxicology Program. "Ninth report on carcinogens, revised January 2001." Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Public Health Service, январь 2001 г.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 9 Международное агентство онкологических исследований / International Agency for Cancer Research. IARC Monographs on the Evaluation of the Carcinogenic Risk of Chemicals to Humans: Some N-Nitroso Compounds. Vol. 17. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer, 1978.
- 10 Druckrey H., Janzowski R., and Preussmann R. "Organotrope carcinogene wirkungen bei 65 verschiedenen N-nitroso-verbindungen an BD-ratten." *Z. Krebsforsch.* 69 (1967): 103-201.
- 11 Thomas C., and So B. T. "Zur morphologie der durch N-nitroso-verbindungen erzeugten tumoren im oberen verdauungstrakt der ratte." *Arzneimittelforsch.* 19 (1969): 1077-1091.
- 12 Eisenbrand G., Spiegelhalder B., Janzowski C., et al. "Volatile and non-volatile N-nitroso compounds in foods and other environmental media." *IARC Sci. Publi.* 19 (1978): 311-324.
- 13 Национальное управление архивов и документации США / National Archives and Records Administration. "Code of Federal Regulations: Title 9, Animals and Animal Products, Section 319.180 (9CFR319.180)." Washington, DC: Government Printing Office, 2001.
- 14 Kanfer S. October 2, 1972. "The decline and fall of the American hot dog." *Time*: 86.
- 15 Newberne P. "Nitrite promotes lymphoma incidence in rats." *Science* 204 (1979): 1079-1081.
- 16 Madhavan T. V., and Gopalan C. "The effect of dietary protein on carcinogenesis of aflatoxin." *Arch. Path.* 85 (1968): 133-137.
- 17 Если это нарушение проникает в дочерние клетки первого этапа, то оно будет передаваться всем последующим поколениям клеток с перспективой превратиться в клинически выявляемое раковое заболевание. Однако это упрощение очень сложного процесса. Две существенные гипотезы, похоже, оставлены без внимания: 1) для появления и развития рака нужно больше чем одна мутация и 2) не все генетические нарушения приводят к возникновению онкологических заболеваний.
- 18 Mgbodile MUK, and Campbell TC. "Effect of protein deprivation of male weanling rats on the kinetics of hepatic microsomal enzyme activity." *J. Nutr.* 102 (1972): 53-60.
- 19 Hayes J. R., Mgbodile MUK, and Campbell T. C. "Effect of protein deficiency on the inducibility of the hepatic microsomal drug-metabolizing enzyme system. I. Effect on substrate interaction with cytochrome P 450." *Biochem. Pharmacol.* 22 (1973): 1005-1014.
- 20 Mgbodile M. U. K., Hayes J. R., and Campbell T. C. "Effect of protein deficiency on the inducibility of the hepatic microsomal drug-metabolizing enzyme system. II. Effect on enzyme kinetics and electron transport system." *Biochem. Pharmacol.* 22 (1973): 1125-1132.
- 21 Hayes J. R., and Campbell T. C. "Effect of protein deficiency on the inducibility of the hepatic microsomal drug-metabolizing enzyme system. III. Effect of 3-methylcholanthrene induction on activity and binding kinetics." *Biochem. Pharmacol.* 23 (1974): 1721-1732.
- 22 Campbell T. C. "Influence of nutrition on metabolism of carcinogens (Martha Maso Honors Thesis)." *Adv. Nutr. Res.* 2 (1979): 29-55.
- 23 Preston R. S., Hayes J. R., and Campbell T. C. "The effect of protein deficiency on the in vivo binding of aflatoxin B1 to rat liver macromolecules." *Life Sci.* 19 (1976): 1191-1198.
- 24 Portman R. S., Plowman K. M., and Campbell T. C. "On mechanisms affecting species susceptibility to aflatoxin." *Biochim. Biophys. Acta* 208 (1970): 487-495.
- 25 Prince L. O., and Campbell T. C. "Effects of sex difference and dietary protein level on the binding of aflatoxin B1 to rat liver chromatin proteins in vivo." *Cancer Res.* 42 (1982): 5053-5059.

- 26 Mainigi K. D., and Campbell T. C. "Subcellular distribution and covalent binding of aflatoxins as functions of dietary manipulation." *J Toxicol. Environ. Health* 6 (1980): 659-671.
- 27 Nerurkar L. S., Hayes J. R., and Campbell T. C. "The reconstitution of hepatic microsomal mixed function oxidase activity with fractions derived from weanling rats fed different levels of protein." *J. Nutr.* 108 (1978): 678-686.
- 28 Gurtoo H. L., and Campbell T. C. "A kinetic approach to a study of the induction of rat liver microsomal hydroxylase after pretreatment with 3,4-benzpyrene and aflatoxin B1." *Biochem. Pharmacol.* 19 (1970): 1729-1735.
- 29 Adekunle A. A., Hayes J. R., and Campbell T. C. "Interrelationships of dietary protein level, aflatoxin B1 metabolism, and hepatic microsomal epoxide hydrase activity." *Life Sci.* 21 (1977): 1785-1792.
- 30 Mainigi K. D., and Campbell T. C. "Effects of low dietary protein and dietary aflatoxin on hepatic glutathione levels in F344 rats." *Toxicol. Приложение. Pharmacol.* 59 (1981): 196-203.
- 31 Farber E., and Cameron R. "The sequential analysis of cancer development." *Adv. Cancer Res.* 31 (1980): 125-226.
- 32 Показатели очагов на графиках в этой главе отражают главным образом «% объема печени», объединяющий «количество очагов» и «размер очагов», которые указывают на тенденцию формирования опухоли. Таким образом, результаты отдельных экспериментов можно сравнивать друг с другом, а данные сопоставлять с единой шкалой, на которой зафиксирован эффект от стандартной дозы афлатоксина и 20%-ной белковой диеты.
- 33 Appleton B. S., and Campbell T. C. "Inhibition of aflatoxin-initiated preneoplastic liver lesions by low dietary protein." *Nutr. Cancer* 3 (1982): 200-206.
- 34 Dunaif G. E., and Campbell T. C. "Relative contribution of dietary protein level and Aflatoxin B1 dose in generation of presumptive preneoplastic foci in rat liver." *J. Natl. Cancer Inst.* 78 (1987): 365-369.
- 35 Youngman L. D., and Campbell T. C. "High protein intake promotes the growth of preneoplastic foci in Fischer #344 rats: evidence that early remodeled foci retain the potential for future growth." *J. Nutr.* 121 (1991): 1454-1461.
- 36 Youngman L. D., and Campbell T. C. "Inhibition of aflatoxin B1-induced gamma-glutamyl transpeptidase positive (GGT+) hepatic preneoplastic foci and tumors by low protein diets: evidence that altered GGT+ foci indicate neoplastic potential." *Carcinogenesis* 13 (1992): 1607-1613.
- 37 Dunaif G. E., and Campbell T. C. "Dietary protein level and aflatoxin B1-induced preneoplastic hepatic lesions in the rat." *J. Nutr.* 117 (1987): 1298-1302.
- 38 Horio F., Youngman L. D., Bell R. C., et al. "Thermogenesis, low-protein diets, and decreased development of AFB1-induced preneoplastic foci in rat liver." *Nutr. Cancer* 16 (1991): 31-41.
- 39 Для ускорения роста показателя требуется примерно 12% пищевого белка в рационе, согласно Национальному ученому совету Национальной академии наук.
- 40 Подкомитет по питанию лабораторных животных / Subcommittee on Laboratory Animal Nutrition. Nutrient requirements of laboratory animals. 2-е дополненное издание, выпуск. Washington, DC: National Academy Press, 1972.
- 41 Национальный научный совет. Рекомендации по питанию / National Research Council. Recommended dietary allowances. 10-е издание. Washington, DC: National Academy Press, 1989.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 42 Schulsinger D. A., Root M. M., and Campbell T. C. "Effect of dietary protein quality on development of aflatoxin B1-induced hepatic preneoplastic lesions." *J. Natl. Cancer Inst.* 81 (1989): 1241-1245.
- 43 Youngman L. D. The growth and development of aflatoxin B1-induced preneoplastic lesions, tumors, metastasis, and spontaneous tumors as they are influenced by dietary protein level, type, and intervention. Ithaca, NY: Cornell University, PhD Thesis, 1990.
- 44 Beasley R. P. "Hepatitis B virus as the etiologic agent in hepatocellular carcinoma-epidemiologic considerations." *Hepatology* 2 (1982): 21S-26S.
- 45 Blumberg B. S., Larouze B., London W. T., et al. "The relation of infection with the hepatitis B agent to primary hepatic carcinoma." *Am. J. Pathol.* 81 (1975): 669-682.
- 46 Chisari F. V., Ferrari C., and Mondelli M. U. "Hepatitis B virus structure and biology." *Microbiol. Pathol.* 6 (1989): 311-325.
- 47 Hu J., Cheng Z., Chisari F. V., et al. "Repression of hepatitis B virus (HBV) transgene and HBV-induced liver injury by low protein diet." *Oncogene* 15 (1997): 2795-2801.
- 48 Cheng Z., Hu J., King J., et al. "Inhibition of hepatocellular carcinoma development in hepatitis B virus transfected mice by low dietary casein." *Hepatology* 26 (1997): 1351-1354.
- 49 Hawrylewicz E. J., Huang H. H., Kissane J. Q., et al. "Enhancement of the 7,12-dimethylbenz(a)anthracene (DMBA) mammary tumorigenesis by high dietary protein in rats." *Nutr. Repts. Int.* 26 (1982): 793-806.
- 50 Hawrylewicz E. J. "Fat-protein interaction, defined 2-generation studies." B: C. Ip, D. F. Birt, A. E. Rogers, and C. Mettlin (eds.), *Dietary fat and cancer*, 403-434. New York: Alan R. Liss, 1986.
- 51 Huang H. H., Hawrylewicz E. J., Kissane J. Q., et al. "Effect of protein diet on release of prolactin and ovarian steroids in female rats." *Nutr. Rpts. Int.* 26 (1982): 807-820.
- 52 O'Connor T. P., Roebuck B. D., and Campbell T. C. "Dietary intervention during the post-dosing phase of L-azaserine-induced preneoplastic lesions." *J Natl Cancer Inst* 75 (1985): 955-957.
- 53 O'Connor T. P., Roebuck B. D., Peterson F., et al. "Effect of dietary intake of fish oil and fish protein on the development of L-azaserine-induced preneoplastic lesions in rat pancreas." *J Natl Cancer Inst* 75 (1985): 959-962.
- 54 He Y. Effects of carotenoids and dietary carotenoid extracts on aflatoxin B1-induced mutagenesis and hepatocarcinogenesis. Ithaca, NY: Cornell University, PhD Thesis, 1990.
- 55 He Y., and Campbell T. C. "Effects of carotenoids on aflatoxin B1-induced mutagenesis in *S. typhimurium* TA 100 and TA 98." *Nutr. Cancer* 13 (1990): 243-253.

Глава 4

- 1 Li J.-Y., Liu B.-Q., Li G.-Y., et al. "Atlas of cancer mortality in the People's Republic of China. An aid for cancer control and research." *Int. J. Epid.* 10 (1981): 127-133.
- 2 Higginson J. "Present trends in cancer epidemiology." *Proc. Can. Cancer Conf.* 8 (1969): 40-75.
- 3 Wynder E. L., and Gori G. B. "Contribution of the environment to cancer incidence: an epidemiologic exercise." *J. Natl. Cancer Inst.* 58 (1977): 825-832.
- 4 Doll R., and Peto R. "The causes of cancer: Quantitative estimates of avoidable risks of cancer in the United States today." *J. Natl. Cancer Inst.* 66 (1981): 1192-1265.
- 5 Д. Фэгин, пресс-релиз «Причины рака молочной железы по-прежнему неясны: отсутствие четкой связи между загрязнением окружающей среды и раком молочной железы», 6 августа 2002 г. / Fagin D. News release. "Breast cancer cause still elusive study:

- no clear link between pollution, breast cancer on LI.” 6 августа 2002 г. *Newsday.com*. на сайте www.newsday.com/news/local/longisland/nylicanc062811887aug06.story?coll=ny%2Dtop%2Dheadlines.
- 6 Уровень смертности составлял 82, но примерно треть случаев одного и того же заболевания повторялась у людей другого возраста.
 - 7 Hu F. B., Stampfer M. J., Manson J. E., et al. “Dietary protein and risk of ischemic heart disease in women.” *Am. J. Clin. Nutr.* 70 (1999): 221-227.
 - 8 Chen J., Campbell T. C., Li J., et al. *Diet, life-style and mortality in China. A study of the characteristics of 65 Chinese counties.* Oxford, UK; Ithaca, NY; Beijing, PRC: Oxford University Press; Cornell University Press; People’s Medical Publishing House, 1990.
 - 9 Потребление калорий в Китае у взрослого мужчины весом 65 кг, для которого характерна «легкая физическая активность». Сопоставимые данные для американских мужчин скорректированы для веса тела 65 кг.
 - 10 SerVaas C. “Diets that protected against cancers in China.” *The Saturday Evening Post*, October 1990: 26-28.
 - 11 Все доступные показатели смертности от болезней были объединены в матрицу, чтобы можно было легко определить соотношение каждого отдельного показателя с другими. Каждое сравнение затем оценивалось со знаком плюс или минус, в зависимости от прямой или обратной корреляции. Положительные корреляции были сведены в один список, отрицательные — в другой. Таким образом, каждый пункт находился в положительном отношении со всеми другими пунктами своего списка и в обратной корреляции с записями из второго списка. Большинство корреляций, но не все имели статистическое значение.
 - 12 Campbell T. C., Chen J., Brun T., et al. “China: from diseases of poverty to diseases of affluence. Policy implications of the epidemiological transition.” *Ecol. Food Nutr.* 27 (1992): 133-144.
 - 13 Chen J., Campbell T. C., Li J., et al. *Diet, life-style and mortality in China. A study of the characteristics of 65 Chinese counties.* Oxford, UK; Ithaca, NY; Beijing, PRC: Oxford University Press; Cornell University Press; People’s Medical Publishing House, 1990.
 - 14 Campbell T. C., Chen J., Brun T., et al. “China: from diseases of poverty to diseases of affluence. Policy implications of the epidemiological transition.” *Ecol. Food Nutr.* 27 (1992): 133-144.
 - 15 Эпидемиологический комитет Программы клинического изучения жировых тканей / Lipid Research Clinics Program Epidemiology Committee. “Plasma lipid distributions in selected North American Population. The Lipid Research Clinics Program Prevalence Study.” *Circulation* 60 (1979): 427-439.
 - 16 Campbell T. C., Parpia B., and Chen J. “Diet, lifestyle, and the etiology of coronary artery disease: The Cornell China Study.” *Am. J. Cardiol.* 82 (1998): 18T-21T.
 - 17 Данные для сельских районов Китая приводятся по деревням, в монографии обозначены аббревиатурами SA, LC и RA (для женщин) и SA, QC и NB для мужчин (Chen, et al. 1990).
 - 18 Sirtori C. R., Noseda G., and Descovich G. C. “Studies on the use of a soybean protein diet for the management of human hyperlipoproteinemias.” В: M. J. Gibney and D. Kritchevsky (eds.), *Current Topics in Nutrition and Disease, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 135-148. New York: Alan R. Liss, 1983.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 19 Carroll K.K. "Dietary proteins and amino acids — their effects on cholesterol metabolism." В: M. J. Gibney and D. Kritchevsky (eds.), *Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 9–17. New York: Alan R. Liss, 1983.
- 20 Terpstra A. H. M., Hermus R. J. J., and West C. E. "Dietary protein and cholesterol metabolism in rabbits and rats." В: M.J. Gibney and D. Kritchevsky (eds.), *Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 19–49. New York: Alan R. Liss, 1983.
- 21 Kritchevsky D., Tepper S.A., Czarnecki S.K., et al. "Atherogenicity of animal and vegetable protein. Influence of the lysine to arginine ratio." *Atherosclerosis* 41 (1982): 429–431.
- 22 Содержание пищевого жира может выражаться в % от общей массы рациона или в % от общего объема калорий. Большинство комментаторов и исследователей обозначают содержание жира как % от общего объема калорий, потому что мы едим в первую очередь для того, чтобы удовлетворить нашу потребность в калориях, а не для того, чтобы поправиться. В данной книге я применяю такое же обозначение.
- 23 National Research Council. *Diet, Nutrition and Cancer*. Washington, DC: National Academy Press, 1982.
- 24 Министерство здравоохранения и социальных служб США. *The Surgeon General's Report on Nutrition and Health*. Washington, DC: Superintendent of Documents, U.S. Government Printing Office, 1988.
- 25 Национальный научный совет и Комитет по вопросам диеты и здоровья / National Research Council, and Committee on Diet and Health. *Diet and health: implications for reducing chronic disease risk*. Washington, DC: National Academy Press, 1989.
- 26 Экспертная панель / Expert Panel. *Food, nutrition and the prevention of cancer, a global perspective*. Washington, DC: American Institute for Cancer Research/World Cancer Research Fund, 1997.
- 27 Исключение составляют продукты, лишенные содержания жира, такие как обезжиренное молоко.
- 28 Armstrong D., and Doll R. "Environmental factors and cancer incidence and mortality in different countries, with special reference to dietary practices." *Int. J. Cancer* 15 (1975): 617–631.
- 29 Сенат США / U.S. Senate. "Dietary goals for the United States, 2nd Edition." Washington, DC: U.S. Government Printing Office, 1977.
- 30 Комитет по диете, питанию и онкологии / Committee on Diet Nutrition and Cancer. *Diet, nutrition and cancer: directions for research*. Washington, DC: National Academy Press, 1983.
- 31 Существуют и другие программные заявления, а также многочисленные клинические исследования, которые стали появляться примерно одновременно и которые заслуживали активного публичного обсуждения, будучи связанными с темой отношения пищевого жира к этим заболеваниям. К ним относятся серия докладов с диетическими рекомендациями, инициированными в 1980 г., гарвардское исследование состояния здоровья медсестер 1984 г., Фрамингемское исследование сердца в 1960-х гг., «Исследование семи стран» Анселя Кейза, «Экспериментальное исследование множественных факторов» риска (MRFIT) и др.
- 32 Carroll K.K., Braden L.M., Bell J.A., et al. "Fat and cancer." *Cancer* 58 (1986): 1818–1825.

- 33 Drasar B.S., and Irving D. "Environmental factors and cancer of the colon and breast." *Br. J. Cancer* 27 (1973): 167-172.
- 34 Haenszel W., and Kurihara M. "Studies of Japanese migrants: mortality from cancer and other disease among Japanese and the United States." *J. Natl. Cancer. Inst.* 40 (1968): 43-68.
- 35 Higginson J., and Muir C. S. "Epidemiology in Cancer." В: J. F. Holland and E. Frei (eds.), *Cancer Medicine*, 241-306. Philadelphia: Lea and Febiger, 1973.
- 36 Соотношение потребления жиров с потреблением животных белков составляет 84% на объем потребленного жира и 70% на процент жира относительно калорий.
- 37 Kelsey J. L., Gammon M. D., and Esther M. J. "Reproductive factors and breast cancer." *Epidemiol. Revs.* 15 (1993): 36-47.
- 38 de Stavola B. L., Wang D. Y., Allen D. S., et al. "The association of height, weight, menstrual and reproductive events with breast cancer: results from two prospective studies on the island of Guernsey (United Kingdom)." *Cancer Causes and Control* 4 (1993): 331-340.
- 39 Rautalahti M., Albanes D., Virtamo J., et al. "Lifetime menstrual activity — indicator of breast cancer risk." (1993): 17-25
- 40 В этой группе женщин не удалось обнаружить статистически значимую связь уровня гормонов в крови с риском рака молочной железы, потому что образцы их крови были взяты в разное время их менструального цикла, а показатели рака молочной железы были настолько низкие, что сводили к минимуму возможность обнаружения подобной корреляции, даже если бы она и существовала.
- 41 Key T. J. A., Chen J., Wang D. Y., et al. "Sex hormones in women in rural China and in Britain." *Brit. J. Cancer* 62 (1990): 631-636.
- 42 Эти биомаркеры включают содержание меди, мочевины, эстрадиола, пролактина, тестостерона в плазме крови и, в свою очередь, связывающего половые гормоны глобулина, — каждый из них, как известно из более ранних исследований, зависит от потребления белка животного происхождения.
- 43 Средние уровни потребления пищевой клетчатки в Китае и США составляли 33,3 и 11,1 г в день соответственно. По районам вариативность средних значений составляла 7,7-77,6 г в день в Китае против 2,4-26,6 г в день для 90% мужчин-американцев.
- 44 Корреляция для растительного белка составляла +0,53III, а для животного белка +0,12.
- 45 В принципе, мониторинг «распространенности рака в семьях» является более эффективным методом выявления причин рака и его разновидностей, что позволяет провести исследование влияния диетических факторов отдельно.
- 46 Guo W., Li J., Blot W. J., et al. "Correlations of dietary intake and blood nutrient levels with esophageal cancer mortality in China." *Nutr. Cancer* 13 (1990): 121-127.
- 47 Полный эффект этих жирорастворимых антиоксидантов проявляется только при их концентрации с учетом уровня ЛПНП у каждого индивида. Об этом не было известно на момент исследования; таким образом, соответствующих оговорок сделано не было.
- 48 Kneller R. W., Guo W., Hsing A. W., et al. "Risk factors for stomach cancer in sixty-five Chinese counties." *Cancer Epi. Biomarkers Prev.* 1 (1992): 113-118.
- 49 Campbell T. C. (with Jacobson H.). *The low-carb fraud*. Dallas: BenBella Books, 2013.
- 50 Campbell T. C. (with Jacobson H.). *Whole: rethinking the science of nutrition*. Dallas: BenBella Books, 2013.
- 51 Perlmutter D. *Grain brain*. New York: Little, Brown, 2013, p. 323.
- 52 *Information Plus. Nutrition: a key to good health*. Wylie, TX: Information Plus, 1999.

- 53 Westman E. C., Yancy W. S., Edman J. S., et al. "Carbohydrate Diet Program." *Am. J. Med.* 113 (2002): 30-36.
- 54 Atkins R. C. *Dr. Atkins' New Diet Revolution*. New York: Avon Books, 1999.
- 55 Wright J. D., Kennedy-Stephenson J., Wang C. Y., et al. "Trends in Intake of Energy and Macronutrients—United States, 1971-2000." *Morbidity and Mortality Weekly Report* 53 (6 февраля 2004 г.): 80-82.
- 56 Noakes M., and Clifton P. M. "Weight loss and plasma lipids." *Curr. Opin. Lipidol.* 11 (2000): 65-70.
- 57 Bilsborough S. A., and Crowe T. C. "Low-carbohydrate diets: what are the potential short- and long-term health implications?" *Asia Pac. J. Clin. Nutr.* 12 (2003): 396-404.
- 58 Stevens A., Robinson D. P., Turpin J., et al. "Sudden cardiac death of an adolescent during dieting." *South. Med. J.* 95 (2002): 1047-1049.
- 59 Patty A. "Low-carb fad claims teen's life — Star diet blamed in death." *The Daily Telegraph* (Sidney, Australia) 2 ноября 2002 г.: 10.
- 60 Smith M. J., Trexler E., Sommer A., Starkoff B., and Devor S. "Unrestricted Paleolithic diet is associated with unfavorable changes to blood lipids in healthy subjects." *Int. J. Exerc. Sci.* 7 (2014): 128-139.
- 61 Noto H., Goto A., Tsujimoto T., and Noda M. "Low-carbohydrate diets and all-cause mortality: a systematic review and meta-analysis of observational studies." *PLoS ONE* 8 (2013): 1-10.
- 62 Carroll K. K., Gammal E. B., & Plunkett E. R. "Dietary fat and mammary cancer." *Can. Med. Assoc. J.* 98 (1968): 590-594.
- 63 Drasar B. S., and Irving D. "Environmental factors and cancer of the colon and breast." *Br. J. Cancer* 27 (1973): 167-172; Armstrong D., and Doll R. "Environmental factors and cancer incidence and mortality in different countries, with special reference to dietary practices." *Int. J. Cancer* 15 (1975): 617-631.
- 64 Keys A. "Coronary heart disease in seven countries." *Circulation* 41, Приложение. (1970): I1- I211.
- 65 Atkins, 1999. С. 275.
- 66 Аткинс утверждает, что антиоксидантный коктейль может защитить от развития сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний и старения, — это утверждение было опровергнуто в ходе нескольких крупных судебных разбирательств последнего времени (см. главу 11).
- 67 Atkins, 1999. С. 103.
- 68 Bone J. "Diet doctor Atkins 'obese,' had heart problems: coroner: widow angrily denies that opponents' claims that heart condition caused by controversial diet." *Ottawa Citizen* 11 февраля 2004 г.: A11.
- 69 Welsh J. A., Sharma A. J., Grellinger L., & Vos M. B. "Consumption of added sugars is decreasing in the United States." *Am J Clin Nutr* 94 (2011): 726-734.
- 70 Campbell T. C. "Energy balance: interpretation of data from rural China." *Toxicological Sciences* 52 (1999): 87-94.
- 71 Horio F., Youngman L. D., Bell R. C., et al. "Thermogenesis, low-protein diets, and decreased development of AFB1-induced preneoplastic foci in rat liver." *Nutr. Cancer* 16 (1991): 31-41.
- 72 Krieger E., Youngman L. D., and Campbell T. C. "The modulation of aflatoxin (AFB1) induced preneoplastic lesions by dietary protein and voluntary exercise in Fischer 344 rats." *FASEB J.* 2 (1988): 3304 Abs.

- 73 Цитируемая информация о потреблении животного и растительного белка взята из рецензируемой рукописи.
- 74 Campbell T. C., Chen J., Liu C., et al. "Non-association of aflatoxin with primary liver cancer in a cross-sectional ecologic survey in the People's Republic of China." *Cancer Res.* 50 (1990): 6882-6893.
- 75 Campbell T. C. (with Jacobson H.). *Whole: Rethinking the Science of Nutrition*. Dallas: BenBella Books, 2013.

ЧАСТЬ II

Глава 5

- 1 Adams C. F. "How many times does your heart beat per year?" версия от 20 октября 2003 г. на сайте www.straightdope.com/classics/a1_088a.html.
- 2 Национальный институт болезней сердца, легких и крови США / National Heart, Lung, and Blood Institute. "Morbidity and Mortality: 2002 Chart Book on Cardiovascular, Lung, and Blood Diseases." Bethesda, MD: National Institutes of Health, 2002.
- 3 Американская кардиологическая ассоциация / American Heart Association. "Heart Disease and Stroke Statistics—2003 Update." Dallas: American Heart Association, 2002.
- 4 Braunwald E. "Shattuck lecture—cardiovascular medicine at the turn of the millennium: triumphs, concerns and opportunities." *New Engl. J. Med.* 337 (1997): 1360-1369.
- 5 Американское онкологическое общество / American Cancer Society. "Cancer Facts and Figures — 1998." Atlanta: American Cancer Society, 1998.
- 6 Anderson R. N. "Deaths: leading causes for 2000." *National Vital Statistics Reports* 50 (16) (2002).
- 7 Enos W. E., Holmes R. H., and Beyer J. "Coronary disease among United States soldiers killed in action in Korea." *JAMA* 152 (1953): 1090-1093.
- 8 Esselstyn C. J. "Resolving the coronary artery disease epidemic through plant-based nutrition." *Prev. Cardiol.* 4 (2001): 171-177.
- 9 Antman E. M., and Braunwald E. "Acute myocardial infarction." В: E. Braunwald (ed.), *Heart Disease, a Textbook of Cardiovascular Disease*, Vol. II (5-е издание), 1184-1288. Philadelphia: W. B. Saunders Company, 1997.
- 10 Esselstyn C. J. "Lecture: reversing heart disease." December 5, 2002. Ithaca, NY: Cornell University, 2002.
- 11 Ambrose J. A., and Fuster V. "Can we predict future acute coronary events in patients with stable coronary artery disease?" *JAMA* 277 (1997): 343-344.
- 12 Ellulu M. S., Patimah I., Khaza'ai H., Rahmat A., Abed Y., and Ali F. "Atherosclerotic cardiovascular disease: a review of initiators and protective factors." *Inflammopharmacology* 24 (2016): 1-10, doi:10.1007/s10787-015-0255-y.
- 13 Forrester J. S., and Shah P. K. "Lipid lowering versus revascularization: an idea whose time (for testing) has come." *Circulation* 96 (1997): 1360-1362.
- 14 Теперь именуется Национальным институтом болезней сердца, легких и крови США в Бетесде.
- 15 Gofman J. W., Lindgren F., Elliot H., et al. "The role of lipids and lipoproteins in atherosclerosis." *Science* 111 (1950): 166.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 16 Kannel W.B., Dawber T.R., Kagan A., et al. "Factors of risk in the development of coronary heart disease—six-year follow-up experience." *Ann. Internal Med.* 55 (1961): 33-50.
- 17 Jolliffe N., and Archer M. "Statistical associations between international coronary heart disease death rates and certain environmental factors." *J. Chronic Dis.* 9 (1959): 636-652.
- 18 Scrimgeour E.M., McCall M.G., Smith D.E., et al. "Levels of serum cholesterol, triglyceride, HDL cholesterol, apolipoproteins A 1 and B, and plasma glucose, and prevalence of diastolic hypertension and cigarette smoking in Papua New Guinea Highlanders." *Pathology* 21 (1989): 46-50.
- 19 Campbell T.C., Parpia B., and Chen J. "Diet, lifestyle, and the etiology of coronary artery disease: The Cornell China Study." *Am. J. Cardiol.* 82 (1998): 18T-21T.
- 20 Kagan A., Harris B.R., Winkelstein W., et al. "Epidemiologic studies of coronary heart disease and stroke in Japanese men living in Japan, Hawaii and California." *J. Chronic Dis.* 27 (1974): 345-364.
- 21 Kato H., Tillotson J., Nichaman M.Z., et al. "Epidemiologic studies of coronary heart disease and stroke in Japanese men living in Japan, Hawaii and California: serum lipids and diet." *Am. J. Epidemiol.* 97 (1973): 372-385.
- 22 Morrison L.M. "Arteriosclerosis." *JAMA* 145 (1951): 1232-1236.
- 23 Morrison L.M. "Diet in coronary atherosclerosis." *JAMA* 173 (1960): 884-888.
- 24 Lyon T.P., Yankley A., Gofman J.W., et al. "Lipoproteins and diet in coronary heart disease." *California Med.* 84 (1956): 325-328.
- 25 Gibney M.J., and Kritchevsky D., eds. *Current Topics in Nutrition and Disease, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis.* New York: Alan R. Liss, 1983.
- 26 Sirtori C.R., Nosedà G., and Descovich G.C. "Studies on the use of a soybean protein diet for the management of human hyperlipoproteinemias." B: M.J. Gibney and D. Kritchevsky (eds.), *Current Topics in Nutrition and Disease, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 135-148. New York: Alan R. Liss, 1983.
- 27 Meeker D.R., and Kesten H.D. "Experimental atherosclerosis and high protein diets." *Proc. Soc. Exp. Biol. Med.* 45 (1940): 543-545; Meeker D.R., and Kesten H.D. "Effect of high protein diets on experimental atherosclerosis of rabbits." *Arch. Pathol.* 31 (1941): 147-162.
- 28 Kritchevsky D., and Czarnecki S.K. "Animal and vegetable proteins in lipid metabolism and atherosclerosis." In: M.J. Gibney and D. Kritchevsky (eds.), *Current Topics in Nutrition and Disease, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 1-7. New York: Alan R. Liss, 1983; Newburgh L.H. "The production of Bright's disease by feeding high protein diets." *Arch. Intern. Med.* 24 (1919): 359-377; Newburgh L.H., and Clarkson S. "Production of atherosclerosis in rabbits by diet rich in animal protein." *JAMA* 79 (1922): 1106-1108; Newburgh L.H., and Clarkson S. "The production of arteriosclerosis in rabbits by feeding diets rich in meat." *Arch. Intern. Med.* 31 (1923): 653-676.
- 29 Ignatowski A. "Über die Wirkung des tierischen eiweiss auf die aorta und die parenchymatösen organe der kaninchen." *Vrchow's. Arch. Pathol. Anat. Physiol. Klin. Med.* 198 (1909): 248-270.
- 30 Newburgh L.H., and Clarkson S. "Production of atherosclerosis in rabbits by diet rich in animal protein." *JAMA* 79 (1922): 1106-1108; Newburgh L.H., and Clarkson S. "The production of arteriosclerosis in rabbits by feeding diets rich in meat." *Arch. Intern. Med.* 31 (1923): 653-676.

- 31 Личное общение с Дж. Майерсом, цит. по: Groom D. "Population studies of atherosclerosis." *Ann. Intern. Med.* 55 (1961): 51-62.
- 32 Центры по контролю и профилактике заболеваний США «Курение и здоровье: доклад о здоровье нации» / Centers for Disease Control. "Smoking and health: a national status report." *Morbidity and Mortality Weekly Report* 35 (1986): 709-711.
- 33 Центры по контролю и профилактике заболеваний США «Курение сигарет среди взрослых — США, 2000» / Centers for Disease Control. "Cigarette smoking among adults — United States, 2000." *Morbidity and Mortality Weekly Report* 51 (2002): 642-645.
- 34 С учетом возраста (от 25 до 74 лет).
- 35 Mentias A., Barakat A., Raza M., et al. "An alarming trend: change in risk profile of patients with ST elevation myocardial infarction over the last two decades." *J. Am. Coll. Cardiol.* 67 (2016): 659.
- 36 Marwick C. "Coronary bypass grafting economics, including rehabilitation. Commentary." *Curr. Opin. Cardiol.* 9 (1994): 635-640.
- 37 C.1319 в работе: Gersh B. J., Braunwald E., and Rutherford J. D. "Chronic coronary artery disease." В: E. Braunwald (ed.), *Heart Disease: A Textbook of Cardiovascular Medicine*, Vol. 2 (5-е издание), 1289-1365. Philadelphia: W. B. Saunders, 1997.
- 38 Ornish D. "Avoiding revascularization with lifestyle changes: the Multicenter Lifestyle Demonstration Project." *Am. J. Cardiol.* 82 (1998): 72T-76T.
- 39 Roger V. L., et al. "Heart disease and stroke statistics — 2011 update: a report from the American Heart Association." *Circulation* 123 (2011): e18-e20.
- 40 Shaw P. J., Bates D., Carlidge N. E. F., et al. "Early intellectual dysfunction following coronary bypass surgery." *Quarterly J. Med.* 58 (1986): 59-68.
- 41 Cameron A. A. C., Davis K. B., and Rogers W. J. "Recurrence of angina after coronary artery bypass surgery. Predictors and prognosis (CASS registry)." *J. Am. Coll. Cardiol.* 26 (1995): 895-899.
- 42 C.1320 в работе: Gersh B. J., Braunwald E., and Rutherford J. D. "Chronic coronary artery disease." В: E. Braunwald (ed.), *Heart Disease: A Textbook of Cardiovascular Medicine*, Vol. 2 (5-е издание), 1289-1365. Philadelphia: W. B. Saunders, 1997.
- 43 Kirklin J. W., Naftel D. C., Blackstone E. H., et al. "Summary of a consensus concerning death and ischemic events after coronary artery bypass grafting." *Circulation* 79 (Приложение 1) (1989): I81-I91.
- 44 Waldman P., Armstrong D., and Freedberg S. P. "Deaths linked to cardiac stents rise as overuse seen." *Bloomberg* (26 сентября 2013). На сайте www.bloomberg.com/news/articles/2013-09-26/deaths-linked-to-cardiac-stents-rise-as-overuse-seen.
- 45 Garg S., Serruys P. W. "Coronary stents: current status." *J. Am. Coll. Cardiol.* 56 (2010): S1-S42.
- 46 Stergiopoulos K., Brown D. L. "Initial coronary stent implantation with medical therapy vs medical therapy alone for stable coronary artery disease: meta-analysis of randomized controlled trials." *Arch. Intern. Med.* 172 (2012): 312-319.
- 47 Waldman P., Armstrong D., and Freedberg S. P. "Deaths linked to cardiac stents rise as overuse seen." *Bloomberg* (26 сентября 2013 г.). На сайте www.bloomberg.com/news/articles/2013-09-26/deaths-linked-to-cardiac-stents-rise-as-overuse-seen.
- 48 Information Plus. *Nutrition: A Key to Good Health*. Wylie, TX: Information Plus, 1999.
- 49 Naifeh S. W. *The Best Doctors in America, 1994-1995*. Aiken, SC: Woodward & White, 1994.
- 50 Esselstyn C. B., Jr. "Foreword: changing the treatment paradigm for coronary artery disease." *Am. J. Cardiol.* 82 (1998): 2T-4T.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 51 Esselstyn C. B., Ellis S. G., Medendorp S. V., et al. "A strategy to arrest and reverse coronary artery disease: a 5-year longitudinal study of a single physician's practice." *J. Family Practice* 41 (1995): 560-568.
- 52 Esselstyn C.J. "Introduction: more than coronary artery disease." *Am.J. Cardiol.* 82 (1998): 5T-9T.
- 53 Поток крови пропорционален четвертой степени радиуса. Таким образом, снижение на 7% означает примерно 30%-ное увеличение потока крови, хотя невозможно получить расчетным путем более точное определение этого показателя.
- 54 Личное общение с доктором Эссельстином 15 сентября 2003 г.
- 55 Esselstyn C. B. J., Gendy G., Doyle J., et al. "A way to reverse CAD?" *J. Fam. Pract.* 63 (2014): 356-364b; Esselstyn C., and Golubic M. "The nutritional reversal of cardiovascular disease, fact or fiction? Three case reports." *Exp. Clin. Cardiol.* 20 (2014): 1901-1908.
- 56 «Вилки вместо ножей», режиссер Ли Фалкерсон / Fulkerson, Lee, director. *Forks Over Knives*. Monica Beach Media, 2011.
- 57 Ornish D., Brown S. E., Scherwitz L. W., et al. "Can lifestyle changes reverse coronary heart disease?" *Lancet* 336 (1990): 129-133.
- 58 DeFrances C. J., Licas C. A., Vuie V. C., and Golosinskiy A. "2006 National Hospital discharge survey." Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics, 2008.
- 59 Epstein A. J., Polsky D., Yang F., Yang L., and Groeneveld P. W. "Coronary revascularization trends in the United States, 2001-2008." *JAMA* 305 (2011): 1769-1776.
- 60 Boyles S. "Heart bypass surgery rate is declining." *WebMD Health News* (2011).
- 61 Wani M. "How much does a heart stent cost?" *Buzzle* (2013). На сайте www.buzzle.com/articles/how-much-does-a-heart-stent-cost.html "Heart stent cost." *CostHelperHealth*. На сайте health.costhelper.com/stents.html.
- 62 Heart bypass surgery cost." *CostHelperHealth*. На сайте health.costhelper.com/bypass.html.
- 63 Личное общение с доктором Эссельстином, 2014 г.
- 64 Cooper, R. "Statins: the drug firms' goldmine." *Telegraph* (19 января 2011 г.). На сайте www.telegraph.co.uk/news/health/news/8267876/Statins-the-drug-firms-goldmine.html.
- 65 Heidenreich P.A., et al. "Forecasting the future of cardiovascular disease in the United States: a policy statement from the American Heart Association." *Circulation* 123 (2011): 933-944.
- 66 Википедия, список стран по ВВП (номинал) / Wikipedia. "List of countries by GDP (nominal)." (7 июля 2016 г.). На сайте: [en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_GDP_\(nominal\)](http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_GDP_(nominal)).
- 67 Dmyterko, K. "Circ: costs to treat heart disease will triple to \$818B by 2030." *Cardiovasc Business* (2011). На сайте www.cardiovascularbusiness.com/topics/heart-failure/circ-costs-treat-heart-disease-will-triple-818b-2030.
- 68 Ratliff N. B. "Of rice, grain, and zeal: lessons from Drs. Kempner and Esselstyn." *Cleveland Clin. J. Med.* 67 (2000): 565-566.
- 69 Американская кардиологическая ассоциация «Рекомендации АКА по питанию. Обновление 2000 г. Информация для медицинских специалистов от Комитета по питанию Американской кардиологической ассоциации» / "АНА Dietary Guidelines. Revision 2000 г.: A Statement for Healthcare Professionals from the Nutrition Committee of the American Heart Association." *Circulation* 102 (2000): 2296-2311.
- 70 Национальная образовательная программа по холестерину (National Cholesterol Education Program, NCEP) «Третий доклад экспертного совета NCEP по выявлению,

измерению и лечению высокого содержания холестерина у взрослых: основные выводы» / National Cholesterol Education Program. "Third report of the National Cholesterol Education Program (NCEP) expert panel on detection, evaluation and treatment of high blood cholesterol in adult (adult treatment panel III): executive summary." Bethesda, MD: National Institutes of Health, 2001.

- 71 Castelli W. "Take this letter to your doctor." *Prevention* 48 (1996): 61-64.
 72 Schuler G., Hambrecht R., Schlierf G., et al. "Regular physical exercise and low-fat diet." *Circulation* 86 (1992): 1-11.

Глава 6

- 1 Flegal K. M., Carroll M. D., Ogden C. L., et al. "Prevalence and trends in obesity among U.S. adults, 1999-2000." *JAMA* 288 (2002): 1723-1727.
- 2 Центры по контролю и профилактике заболеваний «Причины ожирения у детей» / Centers for Disease Control and Prevention. "Childhood obesity facts." (27 августа 2015 г.). На сайте www.cdc.gov/healthyschools/obesity/facts.htm.
- 3 Ogden C. L., Flegal K. M., Carroll M. D., et al. "Prevalence and trends in overweight among U.S. children and adolescents." *JAMA* 288 (2002): 1728-1732.
- 4 Dietz W. H. "Health consequences of obesity in youth: childhood predictors of adult disease." *Pediatrics* 101 (1998): 518-525.
- 5 Fontaine K. R., and Barofsky I. "Obesity and health-related quality of life." *Obesity Rev.* 2 (2001): 173-182.
- 6 Colditz G. A. "Economic costs of obesity and inactivity." *Med. Sci. Sports Exerc.* 31 (1999): S663-S667.
- 7 Adcox S. "New state law seeks to cut down obesity." *Ithaca J.* Sept. 21, 2002: 5A.
- 8 Центры по контролю и профилактике заболеваний «Причины ожирения у детей» / Centers for Disease Control and Prevention. "Childhood obesity facts." (27 августа 2015 г.). На сайте www.cdc.gov/healthyschools/obesity/facts.htm.
- 9 Williams G. "The heavy price of losing weight." *U.S. News and World Report* (2013, January 2). На сайте money.usnews.com/money/personal-finance/articles/2013/01/02/the-heavy-price-of-losing-weight.
- 10 Ellis F. R., and Montegriffo V. M. E. "Veganism, clinical findings and investigations." *Am. J. Clin. Nutr.* 23 (1970): 249-255.
- 11 Berenson G., Srinivasan S., Bao W., Newman W. P. R., Tracy, R. E., and Wattigney W. A. "Association between multiple cardiovascular risk factors and atherosclerosis to children and young adults. The Bogalusa Heart Study." *New Engl. J. Med.* 338 (1998): 1650-1656.
- 12 Key T. J., Fraser G. E., Thorogood M., et al. "Mortality in vegetarians and nonvegetarians: detailed findings from a collaborative analysis of 5 prospective studies." *Am. J. Clin. Nutr.* 70 (Suppl.) (1999): 516S-524S.
- 13 Bergan J. G., and Brown P. T. "Nutritional status of 'new' vegetarians." *J. Am. Diet. Assoc.* 76 (1980): 151-155.
- 14 Appleby P. N., Thorogood M., Mann J., et al. "Low body mass index in non-meat eaters: the possible roles of animal fat, dietary fibre, and alcohol." *Int J. Obes.* 22 (1998): 454-460.
- 15 Dwyer J. T. "Health aspects of vegetarian diets." *Am. J. Clin. Nutr.* 48 (1988): 712-738.
- 16 Key T. J., and Davey G. "Prevalence of obesity is low in people who do not eat meat." *Brit. Med. J.* 313 (1996): 816-817.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 17 Shintani T. T., Hughes C. K., Beckham S., et al. "Obesity and cardiovascular risk intervention through the ad libitum feeding of traditional Hawaiian diet." *Am. J. Clin. Nutr.* 53 (1991): 1647S-1651S.
- 18 Barnard R. J. "Effects of life-style modification on serum lipids." *Arch. Intern. Med.* 151 (1991): 1389-1394.
- 19 McDougall J., Litzau K., Haver E., et al. "Rapid reduction of serum cholesterol and blood pressure by a twelve-day, very low fat, strictly vegetarian diet." *J. Am. Coll. Nutr.* 14 (1995): 491-496.
- 20 Ornish D., Scherwitz L. W., Doody R. S., et al. "Effects of stress management training and dietary changes in treating ischemic heart disease." *JAMA* 249 (1983): 54-59.
- 21 Shintani T.T., Beckham S., Brown A. C., et al. "The Hawaii diet: ad libitum high carbohydrate, low fat multi-cultural diet for the reduction of chronic disease risk factors: obesity, hypertension, hypercholesterolemia, and hyperglycemia." *Hawaii Med. J.* 60 (2001): 69-73.
- 22 Nicholson A. S., Sklar M., Barnard N. D., et al. "Toward improved management of NIDDM: a randomized, controlled, pilot intervention using a lowfat, vegetarian diet." *Prev. Med.* 29 (1999): 87-91.
- 23 Ornish D. Scherwitz L. W., Billings J. H., et al. "Intensive lifestyle changes for reversal of coronary heart disease." *JAMA* 280 (1998): 2001-2007.
- 24 Astrup A., Toubro S., Raben A., et al. "The role of low-fat diets and fat substitutes in body weight management: what have we learned from clinical studies?" *J. Am. Diet. Assoc.* 97 (suppl) (1997): S82-S87.
- 25 Burkitt L. "As obesity rises, Chinese kids are almost as fat as Americans." *Wall Street Journal China Real Time Report* (29 мая 2014 г.). На сайте blogs.wsj.com/chinarealtime/2014/05/29/as-obesity-rises-chinese-kids-are-almost-as-fat-as-americans/.
- 26 Duncan K. H , Bacon J. A., and Weinsier R. L. "The effects of high and low energy density diets on satiety, energy intake, and eating time of obese and nonobese subjects." *Am. J. Clin. Nutr.* 37 (1983): 763-767.
- 27 Heaton K. W. "Food fibre as an obstacle to energy intake." *Lancet* (1973): 1418-1421.
- 28 Levin N., Rattan J., and Gilat T. "Energy intake and body weight in ovo-lacto vegetarians." *J. Clin. Gastroenterol.* 8 (1986): 451-453.
- 29 Campbell T. C. "Energy balance: interpretation of data from rural China." *Toxicological Sciences* 52 (1999): 87-94.
- 30 Poehlman E. T., Arciero P. J., Melby C. L., et al. "Resting metabolic rate and postprandial thermogenesis in vegetarians and nonvegetarians." *Am. J. Clin. Nutr.* 48 (1988): 209-213.
- 31 Исследование Пельмана и его соавторов показало высокий уровень потребления кислорода и более высокий уровень метаболизма, но результаты неверно истолкованы авторами. У нас были очень похожие результаты с лабораторными крысами.
- 32 Campbell T. C. "Energy balance: interpretation of data from rural China." *Toxicological Sciences* 52 (1999): 87-94.
- 33 Fogelholm M. and Kukkonen-Harjula K. "Does physical activity prevent weight gain—a systematic review." *Obesity Rev.* 1 (2000): 95-111.
- 34 Ravussin E., Lillioja S., Anderson T. E., et al. "Determinants of 24-hour energy expenditure in man. Methods and results using a respiratory chamber." *J. Clin. Invest.* 78 (1986): 1568-1578.
- 35 Thorburn A. W., and Proietto J. "Biological determinants of spontaneous physical activity." *Obesity Rev.* 1 (2000): 87-94.

- 36 Krieger E., Youngman L. D., and Campbell T. C. "The modulation of aflatoxin (AFB1) induced preneoplastic lesions by dietary protein and voluntary exercise in Fischer 344 rats." *FASEB J.* 2 (1988): 3304 Abs.
- 37 Heshka S., and Allison D. B. "Is obesity a disease?" *Int. J. Obesity Rel. Dis.* 25 (2001): 1401-1404.
- 38 Kopelman P. G., and Finer N. "Reply: is obesity a disease?" *Int J. Obes.* 25 (2001): 1405-1406.
- 39 Campbell T. C. "Are your genes hazardous to your health?" *Nutrition Advocate* 1 (1995): 1-2, 8.
- 40 Campbell T. C. "Genetic seeds of disease. How to beat the odds." *Nutrition Advocate* 1 (1995): 1-2, 8.
- 41 Campbell T. C. "The 'Fat Gene' dream machine." *Nutrition Advocate* 2 (1996): 1-2.

Глава 7

- 1 Mokdad A. H., Ford E. S., Bowman B. A., et al. "Diabetes trends in the U.S.: 1990-1998." *Diabetes Care* 23 (2000): 1278-1283.
- 2 Американская диабетическая ассоциация «Статистика по диабету: общие показатели: диабет и преддиабет» / American Diabetes Association. "Statistics about diabetes. Overall numbers, diabetes and prediabetes." (1 апреля 2016 г.). На сайте www.diabetes.org/diabetes-basics/statistics/.
- 3 Центры по контролю и профилактике заболеваний «Национальные данные о диабете: общая информация и оценки заболеваемости диабетом в США» / Centers for Disease Control and Prevention. "National Diabetes Fact Sheet: General Information and National Estimates on Diabetes in the United States, 2000." Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention.
- 4 Griffin K. L. "New lifestyles: new lifestyles, hope for kids with diabetes." *Milwaukee Journal Sentinel* July 22, 2002: 1G.
- 5 Американская диабетическая ассоциация / American Diabetes Association. "Type 2 diabetes in children and adolescents." *Diabetes Care* 23 (2000): 381-389.
- 6 Американская диабетическая ассоциация «Расходы на диабет» / American Diabetes Association. "The cost of diabetes." (22 июня 2015 г.). На сайте www.diabetes.org/advocacy/news-events/cost-of-diabetes.html.
- 7 Himsworth H. P. "Diet and the incidence of diabetes mellitus." *Clin. Sci.* 2 (1935): 117-148.
- 8 West K. M., and Kalbfleisch J. M. "Glucose tolerance, nutrition, and diabetes in Uruguay, Venezuela, Malaya, and East Pakistan." *Diabetes* 15 (1966): 9-18.
- 9 West K. M., and Kalbfleisch J. M. "Influence of nutritional factors on prevalence of diabetes." *Diabetes* 20 (1971): 99-108.
- 10 Fraser G. E. "Associations between diet and cancer, ischemic heart disease, and all-cause mortality in non-Hispanic white California Seventh-day Adventists." *Am. J. Clin. Nutr.* 70 (Suppl.) (1999): 532S-538S.
- 11 Snowdon D. A., and Phillips R. L. "Does a vegetarian diet reduce the occurrence of diabetes?" *Am. J. Publ. Health* 75 (1985): 507-512.
- 12 Tsunehara C. H., Leonetti D. L., and Fujimoto W. Y. "Diet of second generation Japanese-American men with and without non-insulin-dependent diabetes." *Am. J. Clin. Nutri.* 52 (1990): 731-738.
- 13 Marshall J., Hamman R. F., and Baxter J. "High-fat, low-carbohydrate diet and the etiology of non-insulin-dependent diabetes mellitus: the San Luis Valley Study." *Am. J. Epidemiol.* 134 (1991): 590-603.

- 14 Kittagawa T., Owada M., Urakami T., et al. "Increased incidence of non-insulin-dependent diabetes mellitus among Japanese schoolchildren correlates with an increased intake of animal protein and fat." *Clin. Pediatr.* 37 (1998): 111-116.
- 15 Trowell H. "Diabetes mellitus death-rates in England and Wales 1920-1970 and food supplies." *Lancet* 2 (1974): 998-1002.
- 16 Meyer K.A., Kushi L.H., Jacobs D.R., Jr., et al. "Carbohydrates, dietary fiber, and incident Type 2 diabetes in older women." *Am. J. Clin. Nutri.* 71 (2000): 921-930.
- 17 Anderson J.W. "Dietary fiber in nutrition management of diabetes." В: G.V. Vahouny, and D. Kritchevsky (eds.), *Dietary Fiber: Basic and Clinical Aspects*, 343-360. New York: Plenum Press, 1986.
- 18 Anderson J.W., Chen W.L., and Sieling B. "Hypolipidemic effects of high-carbohydrate, high fiber diets." *Metabolism* 29 (1980): 551-558.
- 19 Story L., Anderson J.W., Chen W.L., et al. "Adherence to high-carbohydrate, high-fiber diets: long-term studies of non-obese diabetic men." *J. Am. Diet. Assoc.* 85 (1985): 1105-1110.
- 20 Barnard R.J., Lattimore L., Holly R.G., et al. "Response of non-insulin-dependent diabetic patients to an intensive program of diet and exercise." *Diabetes Care* 5 (1982): 370-374.
- 21 Barnard R.J., Massey M.R., Cherny S., et al. "Long-term use of a high-complex-carbohydrate, high-fiber, low-fat diet and exercise in the treatment of NIDDM patients." *Diabetes Care* 6 (1983): 268-273.
- 22 Anderson J.W., Gustafson N.J., Bryant C.A., et al. "Dietary fiber and diabetes: a comprehensive review and practical application." *J. Am. Diet. Assoc.* 87 (1987): 1189-1197.
- 23 Jenkins D.J.A., Wolever T.M.S., Bacon S., et al. "Diabetic diets: high carbohydrate combined with high fiber." *Am. J. Clin. Nutri.* 33 (1980): 1729-1733.
- 24 Barnard N., Cohen J., and Ferdowsian H. "A low-fat vegan diet and a conventional diabetes diet in the treatment of type 2 diabetes: a randomized, controlled, 74-wk clinical trial." *Am. J. Clin. Nutr.* 89 (2009): 1588S-1596S.
- 25 Kiehm, T.G., Anderson, J.W., and Ward, K. "Beneficial effects of a high carbohydrate, high fiber diet on hyperglycemic diabetic men." *Am. J. Clin. Nutr.* 29, 895-899 (1976).
- 26 Научная группа Программы профилактики диабета / Diabetes Prevention Program Research Group. "Reduction in the incidence of Type 2 diabetes with lifestyle intervention or Metformin." *New Engl. J. Med.* 346 (2002): 393-403.
- 27 Tuomilehto J., Lindstrom J., Eriksson J.G., et al. "Prevention of Type 2 diabetes mellitus by changes in lifestyle among subjects with impaired glucose tolerance." *New Engl. J. Med.* 344 (2001): 1343-1350.

Глава 8

- 1 Эстроген присутствует в свободной, несвязанной форме.
- 2 Активность эстрогена обусловлена наличием более чем одного аналога, но, как правило, имеют в виду эстрадиол. Я буду использовать общий термин «эстроген», который охватывает все стероидные и схожие женские гормоны, по воздействию аналогичные эстрадиолу. Небольшое количество тестостерона у женщин также дает тот же эффект.
- 3 Wu A.H., Pike M.C., and Stram D.O. "Meta-analysis: dietary fat intake, serum estrogen levels, and the risk of breast cancer." *J. Nat. Cancer Inst.* 91 (1999): 529-534.
- 4 Bernstein L., and Ross R.K. "Endogenous hormones and breast cancer risk." *Epidemiol. Revs.* 15 (1993): 48-65.

- 5 Pike M. C., Spicer D. V., Dahmouh L., et al. "Estrogens, progestogens, normal breast cell proliferation, and breast cancer risk." *Epidemiol. Revs.* 15 (1993): 17-35.
- 6 Bocchinfuso W.P., Lindzey J.K., Hewitt S.C., et al. "Induction of mammary gland development in estrogen receptor-alpha knockout mice." *Endocrinology* 141 (2000): 2982-2994.
- 7 Atwood C. S., Hovey R. C., Glover J. P., et al. "Progesterone induces side-branching of the ductal epithelium in the mammary glands of peripubertal mice." *J. Endocrinol.* 167 (2000): 39-52.
- 8 Rose D. P., and Pruitt B. T. "Plasma prolactin levels in patients with breast cancer." *Cancer* 48 (1981): 2687-2691.
- 9 Dorgan J. F., Longcope C., Stephenson H. E., Jr., et al. "Relation of prediagnostic serum estrogen and androgen levels to breast cancer risk." *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 5 (1996): 533-539.
- 10 Dorgan J.F., Stanczyk F.Z., Longcope C., et al. "Relationship of serum dehydroepiandrosterone (DHEA), DHEA sulfate, and 5-androstene 3 beta, 17 beta-diol to risk of breast cancer in postmenopausal women." *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 6 (1997): 177-181.
- 11 Thomas H. V., Key T. J., Allen D. S., et al. "A prospective study of endogenous serum hormone concentrations and breast cancer risk in post-menopausal women on the island of Guernsey." *Brit. J. Cancer* 76 (1997): 410-415.
- 12 Hankinson S. E., Willett W., Manson J. E., et al. "Plasma sex steroid hormone levels and risk of breast cancer in postmenopausal women." *J. Nat. Cancer Inst.* 90 (1998): 1292-1299.
- 13 Rosenthal M.B., Barnard R.J., Rose D.P., et al. "Effects of a high-complex-carbohydrate, low-fat, low-cholesterol diet on levels of serum lipids and estradiol." *Am. J. Med.* 78 (1985): 23-27.
- 14 Adlercreutz H. "Western diet and Western diseases: some hormonal and biochemical mechanisms and associations." *Scand. J. Clin. Lab. Invest.* 50 (Suppl. 201) (1990): 3-23.
- 15 Heber D., Ashley J.M., Leaf D.A., et al. "Reduction of serum estradiol in postmenopausal women given free access to low-fat high-carbohydrate diet." *Nutrition* 7 (1991): 137-139.
- 16 Rose D. P., Goldman M., Connolly J. M., et al. "High-fiber diet reduces serum estrogen concentrations in premenopausal women." *Am. J. Clin. Nutr.* 54 (1991): 520-525.
- 17 Rose D. P., Lubin M., and Connolly J. M. "Effects of diet supplementation with wheat bran on serum estrogen levels in the follicular and luteal phases of the menstrual cycle." *Nutrition* 13 (1997): 535-539.
- 18 Tymchuk C. N., Tessler S. B., and Barnard R. J. "Changes in sex hormone-binding globulin, insulin, and serum lipids in postmenopausal women on a low-fat, high-fiber diet combined with exercise." *Nutr. Cancer* 38 (2000): 158-162.
- 19 Key T. J. A., Chen J., Wang D. Y., et al. "Sex hormones in women in rural China and in Britain." *Brit. J. Cancer* 62 (1990): 631-636.
- 20 Prentice R., Thompson D., Clifford C., et al. "Dietary fat reduction and plasma estradiol concentration in healthy postmenopausal women." *J. Natl. Cancer Inst.* 82 (1990): 129-134.
- 21 Boyar A.P., Rose D.P., and Wynder E.L. "Recommendations for the prevention of chronic disease: the application for breast disease." *Am. J. Clin. Nutr.* 48 (3 Suppl) (1988): 896-900.
- 22 Nandi S., Guzman R. C., and Yang J. "Hormones and mammary carcinogenesis in mice, rats and humans: a unifying hypothesis." *Proc. National Acad. Sci.* 92 (1995): 3650-3657.
- 23 Peto J., Easton D. F., Matthews F.E., et al. "Cancer mortality in relatives of women with breast cancer, the OPCS study." *Int. J. Cancer* 65 (1996): 275-283.
- 24 Colditz G. A., Willett W., Hunter D. J., et al. "Family history, age, and risk of breast cancer. Prospective data from the Nurses' Health Study." *JAMA* 270 (1993): 338-343.

- 25 Национальный научно-исследовательский институт генома человека «О раке молочной железы» / National Human Genome Research Institute. "Learning About Breast Cancer." На сайте www.genome.gov/10000507#ql.
- 26 Futreal P.A., Liu Q., Shattuck-Eidens D., et al. "BRCA1 mutations in primary breast and ovarian carcinomas." *Science* 266 (1994): 120-122.
- 27 Miki Y., Swensen J., Shattuck-Eidens D., et al. "A strong candidate for the breast and ovarian cancer susceptibility gene BRCA1." *Science* 266 (1994): 66-71.
- 28 Wooster R., Bignell G., Lancaster J., et al. "Identification of the breast cancer susceptibility gene BRCA2." *Nature* 378 (1995): 789-792.
- 29 Tavtigian S.V., Simard J., Rommens J., et al. "The complete BRCA2 gene and mutations in chromosome 13q-linked kindreds." *Nat. Genet.* 12 (1996): 333-337.
- 30 Ford D., Easton D., Bishop D. T., et al. "Risks of cancer in BRCA1 mutation carriers." *Lancet* 343 (1994): 692-695.
- 31 Antoniou A., Pharoah P.D.P., Narod S., et al. "Average risks of breast and ovarian cancer associated with BRCA1 or BRCA2 mutations detected in case series unselected for family history: a combined analysis of 22 studies." *Am. J. Hum. Genet.* 72 (2003): 1117-1130.
- 32 Newman B., Mu H., Butler L. M., et al. "Frequency of breast cancer attributable to BRCA1 in a population-based series of American women." *JAMA* 279 (1998): 915-921.
- 33 Peto J., Collins N., Barfoot R., et al. "Prevalence of BRCA1 and BRCA2 gene mutations in patients with early-onset breast cancer." *J. Nat. Cancer Inst.* 91 (1999): 943-949.
- 34 Tabar L., Fagerberg G., Chen H. H., et al. "Efficacy of breast cancer screening by age. New results from the Swedish Two-County Trial." *Cancer* 75 (1995): 2507-2517.
- 35 Bjurstram N., Bjorneld L., Duffy S.W., et al. "The Gothenburg Breast Cancer Screening Trial: first results on mortality, incidence, and mode of detection for women ages 39-49 years at randomization." *Cancer* 80 (1997): 2091-2099.
- 36 Frisell J., Lidbrink E., Hellström L., and Rutqvist L. E. "Follow-up after 11 years: update of mortality results in the Stockholm mammographic screening trial." *Breast Cancer Res. Treat* 45 (1997): 263-270.
- 37 Greenlee R. T., Hill-Harmon M. B., Murray T., et al. "Cancer statistics, 2001." *CA Cancer J. Clin.* 51 (2001): 15-36.
- 38 Cairns J. "The treatment of diseases and the war against cancer." *Sci. Am.* 253 (1985): 31-39.
- 39 Cuzick J., and Baum M. "Tamoxifen and contralateral breast cancer." *Lancet* 2 (1985): 282.
- 40 Cuzick J., Wang D. Y., and Bulbrook R. D. "The prevention of breast cancer." *Lancet* 1 (1986): 83-86.
- 41 Fisher B., Costantino J. P., Wickerham D. L., et al. "Tamoxifen for prevention of breast cancer: report of the National Surgical Adjuvant Breast and Bowel Project P 1 Study." *J. Nat. Cancer Inst.* 90 (1998): 1371-1388.
- 42 Freedman A. N., Graubard B. I., Rao S. R., et al. "Estimates of the number of U.S. women who could benefit from tamoxifen for breast cancer chemoprevention." *J. Nat. Cancer Inst.* 95 (2003): 526-532.
- 43 Powles T., Eeles R., Ashley S., et al. "Interim analysis of the incidence of breast cancer in the Royal Marsden Hospital tamoxifen randomised chemoprevention trial." *Lancet* 352 (1998): 98-101.
- 44 Veronesi U., Maisonneuve P., Costa A., et al. "Prevention of breast cancer with tamoxifen: preliminary findings from the Italian randomised trial among hysterectomised women." *Lancet* 352 (1998): 93-97.

- 45 Cuzick J. "A brief review of the current breast cancer prevention trials and proposals for future trials." *Eur. J. Cancer* 36 (2000): 1298-1302.
- 46 Cummings S. R., Eckert S., Krueger K. A., et al. "The effect of raloxifene on risk of breast cancer in postmenopausal women: results from the MORE randomized trial." *JAMA* 281 (1999): 2189-2197.
- 47 Dorgan J. F., Hunsberger S. A., McMahon R. P., et al. "Diet and sex hormones in girls: findings from a randomized controlled clinical trial." *J. Nat. Cancer Inst.* 95 (2003): 132-141.
- 48 Ornish D., Scherwitz L. W., Billings J. H., et al. "Intensive lifestyle changes for reversal of coronary heart disease." *JAMA* 280 (1998): 2001-2007.
- 49 Esselstyn C. B., Ellis S. G., Medendorp S. V., et al. "A strategy to arrest and reverse coronary artery disease: a 5-year longitudinal study of a single physician's practice." *J. Family Practice* 41 (1995): 560-568.
- 50 Ornish D., Weidner G., Fair W. R., et al. "Intensive lifestyle changes may affect the progression of prostate cancer." *J. Urol.* 174 (2005): 1065-1069; обсуждение 1069-1070.
- 51 Hildenbrand G. L. G., Hildenbrand L. C., Bradford K., et al. "Five-year survival rates of melanoma patients treated by diet therapy after the manner of Gerson: a retrospective review." *Alternative Therapies in Health and Medicine* 1 (1995): 29-37.
- 52 Youngman L. D., and Campbell T. C. "Inhibition of aflatoxin B1-induced gamma-glutamyl transpeptidase positive (GGT+) hepatic preneoplastic foci and tumors by low protein diets: evidence that altered GGT+ foci indicate neoplastic potential." *Carcinogenesis* 13 (1992): 1607-1613.
- 53 Ronai Z., Gradia S., El-Bayoumy K., et al. "Contrasting incidence of ras mutations in rat mammary and mouse skin tumors induced by anti-benzo[c]phenanthrene 3,4-diol 1,2-epoxide." *Carcinogenesis* 15 (1994): 2113-2116.
- 54 Jeffy B. D., Schultz E. U., Selmin O., et al. "Inhibition of BRCA 1 expression by benzo[a]pyrene and diol epoxide." *Mol. Carcinogenesis* 26 (1999): 100-118.
- 55 Gammon M. D., Santella R. M., Neugut A. I., et al. "Environmental toxins and breast cancer on Long Island. I. Polycyclic aromatic hydrocarbon DNA adducts." *Cancer Epidemiol. Biomarkers Prev.* 11 (2002): 677-685.
- 56 Gammon M. D., Wolff M. S., Neugut A. I., et al. "Environmental toxins and breast cancer on Long Island. II. Organochlorine compound levels in blood." *Cancer Epidemiol. Biomarkers Prev.* 11 (2002): 686-697.
- 57 Gray J., Evans N., Taylor B., Rizzo J., and Walker M. "State of the evidence: the connection between breast cancer and the environment." *Int. J. Occup. Environ. Health* 15 (2009): 43-78; Brophy J. T., et al. "Breast cancer risk in relation to occupations with exposure to carcinogens and endocrine disruptors: a Canadian case-control study." *Environ. Health* 11 (2012): 1-17.
- 58 Brophy J. T., et al. "Breast cancer risk in relation to occupations with exposure to carcinogens and endocrine disruptors: a Canadian case-control study." *Environ. Health* 11 (2012): 1-17.
- 59 Gray J., Evans N., Taylor B., Rizzo J., and Walker M. "State of the evidence: the connection between breast cancer and the environment." *Int. J. Occup. Environ. Health* (2009): 15, 43-78.
- 60 Michels K. B., Mohllajee A. P., Roset-Bahmanyar E., Beehler G. P., and Moysich K. B. "Diet and breast cancer. A review of the prospective observational studies." *Cancer* 109 (2007): 2712-2749.

- 61 Campbell T. C., and Hayes J. R. "Role of nutrition in the drug metabolizing system." *Pharmacol. Revs.* 26 (1974): 171-197; Campbell T. C., and Hayes J. R. "The effect of quantity and quality of dietary protein on drug metabolism." *Fed. Proc.* 35 (1976): 2470-2474.
- 62 Weatherholz W. M., Campbell T. C., and Webb R. E. "Effect of dietary protein levels on the toxicity and metabolism of heptachlor." *J. Nutr.* 98 (1969): 90-94.
- 63 Mgbodile M. U. K., Hayes J. R., and Campbell T. C. "Effect of protein deficiency on the inducibility of the hepatic microsomal drug-metabolizing enzyme system. II. Effect on enzyme kinetics and electron transport system." *Biochem. Pharmacol.* 22 (1973): 1125-1132; Hayes J. R., and Campbell T. C. "Effect of protein deficiency on the inducibility of the hepatic microsomal drug-metabolizing enzyme system. III. Effect of 3-methylcholanthrene induction on activity and binding kinetics." *Biochem. Pharmacol.* 23 (1974): 1721-1732.
- 64 Huang H. H., Hawrylewicz E. J., Kissane J. Q., and Drab E. A. "Effect of protein diet on release of prolactin and ovarian steroids in female rats." *Nutr. Rpts. Int.* 26 (1982): 807-820.
- 65 Rose D. P., Goldman M., Connolly J. M., and Strong L. E. "High-fiber diet reduces serum estrogen concentrations in premenopausal women." *Am. J. Clin. Nutr.* 54 (1991): 520-525.
- 66 Rose D. P., Boyar A. P., Cohen L., and Strong, L. E. "Effect of a low-fat diet on hormone levels in women with cystic breast disease. I. Serum steroids and gonadotropins." *J. Natl. Cancer Inst.* 78 (1987): 623-626.
- 67 Humphries K. H., and Gill S. "Risks and benefits of hormone replacement therapy: the evidence speaks." *Canadian Med. Assoc. J.* 168 (2003): 1001-1010.
- 68 Рабочая группа в рамках инициативы по охране здоровья женщин / Writing Group for the Women's Health Initiative Investigators. "Risks and benefits of estrogen plus progestin in healthy postmenopausal women: principal results from the Women's Health Initiative Randomized Controlled Trial." *JAMA* 288 (2002): 321-333.
- 69 Hulley S., Grady D., Bush T., et al. "Randomized trial of estrogen plus progestin for secondary prevention of coronary heart disease in postmenopausal women. Heart and Estrogen/progestin Replacement Study (HERS) Research Group." *JAMA* 280 (1998): 605-613.
- 70 Хотя данный результат не является статистически значимым, его соответствие выводам Инициативы по охране здоровья женщин поражает.
- 71 Ravdin P. M., et al. "The decrease in breast-cancer incidence in 2003 in the United States." *New Engl. J. Med.* 356 (2007): 1670-1674.
- 72 Международное агентство онкологических исследований «Проект Globocan» / International Agency for Cancer Research. "Globocan." Информация по состоянию на 18 октября 2002 г. на сайте www-dep.iarc/globocan.html.
- 73 Kinzler K. W., and Vogelstein B. "Lessons from Heredity. Colorectal Cancer." *Cell* 87 (1996): 159-170.
- 74 Ferlay J., Bray F., Pisani P., et al. *GLOBOCAN 2000: Cancer Incidence, Mortality and Prevalence Worldwide, Version 1.0.* Lyon, France: IARC Press, 2001.
- 75 Сокращенная версия работы Ферлея и соавторов доступна на сайте www-dep.iarc/globocan.html.
- 76 Экспертный совет «Продукты, питание и профилактика рака. Глобальная перспектива» / Expert Panel. *Food, Nutrition and the Prevention of Cancer, a Global Perspective.* Washington, DC: American Institute for Cancer Research/World Cancer Research Fund, 1997.

- 77 Armstrong D., and Doll R. "Environmental factors and cancer incidence and mortality in different countries, with special reference to dietary practices." *Int. J. Cancer* 15 (1975): 617-631.
- 78 Burkitt D. P. "Epidemiology of cancer of the colon and the rectum." *Cancer* 28 (1971): 3-13.
- 79 Jansen M. C. J. F., Bueno-de-Mesquita H. B., Buzina R., et al. "Dietary fiber and plant foods in relation to colorectal cancer mortality: The Seven Countries Study." *Int. J. Cancer* 81 (1999): 174-179.
- 80 Whiteley L. O., and Klurfeld D. M. "Are dietary fiber-induced alterations in colonic epithelial cell proliferation predictive of fiber's effect on colon cancer?" *Nutr. Cancer* 36 (2000): 131-149.
- 81 Большинство этих корреляций не были статистически значимыми, но систематичность обратной связи клетчатки и колоректального рака впечатляет.
- 82 Campbell T. C., Wang G., Chen J., et al. "Dietary fiber intake and colon cancer mortality in The People's Republic of China." В: D. Kritchevsky, C. Bonfield, and J. W. Anderson (eds.), *Dietary Fiber*, 473-480. New York: Plenum Publishing Corporation, 1990.
- 83 Trock B., Lanza E., and Greenwald P. "Dietary fiber, vegetables, and colon cancer: critical review and meta-analysis of the epidemiologic evidence." *J. Nat. Cancer Inst.* 82 (1990): 650-661.
- 84 Howe G. R., Benito E., Castelletto R., et al. "Dietary intake of fiber and decreased risk of cancers of the colon and rectum: evidence from the combined analysis of 13 case-control studies." *J. Nat. Cancer Inst.* 84 (1992): 1887-1896.
- 85 Bingham S. A., Day N. E., Luben R., et al. "Dietary fibre in food and protection against colorectal cancer in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC): an observational study." *Lancet* 361 (2003): 1496-1501.
- 86 O'Keefe S. J. D., Ndaba N., and Woodward A. "Relationship between nutritional status, dietary intake patterns and plasma lipoprotein concentrations in rural black South Africans." *Hum. Nutr. Clin. Nutr.* 39 (1985): 335-341.
- 87 Sitas F. "Histologically diagnosed cancers in South Africa, 1988." *S. African Med. J.* 84 (1994): 344-348.
- 88 O'Keefe S. J. D., Kidd M., Espitalier-Noel G., et al. "Rarity of colon cancer in Africans is associated with low animal product consumption, not fiber." *Am. J. Gastroenterology* 94 (1999): 1373-1380.
- 89 McKeown-Eyssen G. "Epidemiology of colorectal cancer revisited: are serum triglycerides and/or plasma glucose associated with risk?" *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 3 (1994): 687-695.
- 90 Giovannucci E. "Insulin and colon cancer." *Cancer Causes and Control* 6 (1995): 164-179.
- 91 Bruce W. R., Giacca A., and Medline A. "Possible mechanisms relating diet and risk of colon cancer." *Cancer Epidemiol. Biomarkers Prev.* 9 (2000): 1271-1279.
- 92 Kono S., Honjo S., Todoroki I., et al. "Glucose intolerance and adenomas of the sigmoid colon in Japanese men (Japan)." *Cancer Causes and Control* 9 (1998): 441-446.
- 93 Schoen R. E., Tangen C. M., Kuller L. H., et al. "Increased blood glucose and insulin, body size, and incident colorectal cancer." *J. Nat. Cancer Inst.* 91 (1999): 1147-1154.
- 94 Bruce W. R., Wolever T. M. S., and Giacca A. "Mechanisms linking diet and colorectal cancer: the possible role of insulin resistance." *Nutr. Cancer* 37 (2000): 19-26.
- 95 Lipkin M., and Newmark H. "Development of clinical chemoprevention trials." *J. Nat. Cancer Inst.* 87 (1995): 1275-1277.
- 96 Holt P. R., Atillasoy E. O., Gilman J., et al. "Modulation of abnormal colonic epithelial cell proliferation and differentiation by low-fat dairy foods. A randomized trial." *JAMA* 280 (1998): 1074-1079.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 97 Mobarhan S. "Calcium and the colon: recent findings." *Nutr. Revs.* 57 (1999): 124-126.
- 98 Alberts D. S., Ritenbaugh C., Story J. A., et al. "Randomized, double-blinded, placebo-controlled study of effect of wheat bran fiber and calcium on fecal bile acids in patients with resected adenomatous colon polyps." *J. Nat. Cancer Inst.* 88 (1996): 81-92.
- 99 Chen J., Campbell T. C., Li J., et al. *Diet, Life-style and Mortality in China. A Study of the Characteristics of 65 Chinese Counties.* Oxford, UK; Ithaca, NY; Beijing, PRC: Oxford University Press; Cornell University Press; People's Medical Publishing House, 1990.
- 100 Jass J. R. "Colon cancer: the shape of things to come." *Gut* 45 (1999): 794-795.
- 101 Burt R. W. "Colon cancer screening." *Gastroenterology* 119 (2000): 837-853.
- 102 Winawer S. J., Zauber A. G., Ho M. N., et al. "Prevention of colorectal cancer by colonoscopic polypectomy." *New Engl. J. Med.* 329 (1993): 1977-1981.
- 103 Pignone M., Rich M., Teutsch S. M., et al. "Screening for colorectal cancer in adults at average risk: a summary of the evidence for the U.S. Preventive Services Task Force." *Ann. Internal Med.* 137 (2002): 132-141.
- 104 Scott R. J., and Sobol H. H. "Prognostic implications of cancer susceptibility genes: Any news?" *Recent Results in Cancer Research* 151 (1999): 71-84.
- 105 Lee M. L., Wang R.-T., Hsing A. W., et al. "Case-control study of diet and prostate cancer in China." *Cancer Causes and Control* 9 (1998): 545-552.
- 106 Villers A., Soulie M., Haillot O., et al. "Prostate cancer screening (III): risk factors, natural history, course without treatment." *Progr. Urol.* 7 (1997): 655-661.
- 107 Stanford J. L. "Prostate cancer trends 1973-1995." Bethesda, MD: SEER Program, National Cancer Institute, 1998.
- 108 Chan J. M., and Giovannucci E. L. "Dairy products, calcium, and vitamin D and risk of prostate cancer." *Epidemiol. Revs.* 23 (2001): 87-92.
- 109 Giovannucci E. "Dietary influences of 1,25 (OH)₂ vitamin D in relation to prostate cancer: a hypothesis." *Cancer Causes and Control* 9 (1998): 567-582.
- 110 Chan J. M., Stampfer M. J., Ma J., et al. "Insulin-like growth factor-I (IGF-I) and IGF binding protein 3 as predictors of advanced-stage prostate cancer." *J. Natl. Cancer Inst.* 94 (2002): 1099-1109.
- 111 Doi S. Q., Rasaiah S., Tack I., et al. "Low-protein diet suppresses serum insulin-like growth factor 1 and decelerates the progression of growth hormone-induced glomerulosclerosis." *Am. J. Nephrol.* 21 (2001): 331-339.
- 112 Heaney R. P., McCarron D. A., Dawson-Hughes B., et al. "Dietary changes favorably affect bone remodeling in older adults." *J. Am. Diet. Assoc.* 99 (1999): 1228-1233.
- 113 Allen N. E., Appleby P. N., Davey G. K., et al. "Hormones and diet: low insulin-like growth factor-I but normal bioavailable androgens in vegan men." *Brit. J. Cancer* 83 (2000): 95-97.
- 114 Cohen P., Peehl D. M., and Rosenfeld R. G. "The IGF axis in the prostate." *Horm. Metab. res.* 26 (1994): 81-84.
- 115 Ornish D., Weidner G., Fair W. R., et al. "Intensive lifestyle changes may affect the progression of prostate cancer." *J. Urol.* 174 (2005): 1065-1069; discussion 1069-1070.
- 116 Ornish D., Magbanua M. J., Weidner G., et al. "Changes in prostate gene expression in men undergoing an intensive nutrition and lifestyle intervention." *Proc. Natl. Acad. Sci. USA.* 105 (2008): 8369-8374.
- 117 Frattaroli J., Weidner G., Dnistrian A. M., et al. "Clinical events in prostate cancer lifestyle trial: results from two years of follow-up." *Urol.* 72 (2008): 1319-1323.

- 118 Yang M., Kenfield S. A., Van Blarigan E. L., et al. "Dietary patterns after prostate cancer diagnosis in relation to disease-specific and total mortality." *Cancer Prev. Res.* 8 (2015): 545-551.
- 119 Yang M., Kenfield S. A., Van Blarigan E. L., et al. "Dairy intake after prostate cancer diagnosis in relation to disease-specific and total mortality." *Int. J. Cancer* 137 (2015): 2462-2469.

Глава 9

- 1 Mackay I. R. "Tolerance and immunity." *Brit. Med. J.* 321 (2000): 93-96.
- 2 Jacobson D. L., Gange S. J., Rose N. R., et al. "Short analytical review. Epidemiology and estimated population burden of selected autoimmune diseases in the United States." *Clin. Immunol. Immunopath.* 84 (1997): 223-243.
- 3 Cooper G. S., Bynum M. L., Somers E. C. "Recent insights in the epidemiology of autoimmune diseases: improved prevalence estimates and understanding of clustering of diseases." *J. Autoimmun.* 33 (2009): 197-207.
- 4 Davidson A., and Diamond B. "Autoimmune diseases." *New Engl. J. Med.* 345 (2001): 340-350.
- 5 Aranda R., Sydora B. C., McAllister P. L., et al. "Analysis of intestinal lymphocytes in mouse colitis mediated by transfer of CD4+, CD45RBhigh T cells to SCID recipients." *J. Immunol.* 158 (1997): 3464-3473.
- 6 Folgar S., Gatto E. M., Raina G., et al. "Parkinsonism as a manifestation of multiple sclerosis." *Movement Disorders* 18 (2003): 108-113.
- 7 Cantorna M. T. "Vitamin D and autoimmunity: is vitamin D status an environmental factor affecting autoimmune disease prevalence?" *Proc. Soc. Exp. Biol. Med.* 223 (2000): 230-233.
- 8 DeLuca H. F., and Cantorna M. T. "Vitamin D: its role and uses in immunology." *FASEB J.* 15 (2001): 2579-2585.
- 9 Winer S., Astsaturov I., Cheung R. K., et al. "T cells of multiple sclerosis patients target a common environmental peptide that causes encephalitis in mice." *J. Immunol.* 166 (2001): 4751-4756.
- 10 Davenport C. B. "Multiple sclerosis from the standpoint of geographic distribution and race." *Arch. Neurol. Psychiatry* 8 (1922): 51-58.
- 11 Alter M., Yamoore M., and Harshe M. "Multiple sclerosis and nutrition." *Arch. Neurol.* 31 (1974): 267-272.
- 12 Carroll M. "Innate immunity in the etiopathology of autoimmunity." *Nature Immunol.* 2 (2001): 1089-1090.
- 13 Karjalainen J., Martin J. M., Knip M., et al. "A bovine albumin peptide as a possible trigger of insulin-dependent Diabetes Mellitus." *New Engl. J. Med.* 327 (1992): 302-307.
- 14 Akerblom H. K., and Knip M. "Putative environmental factors and Type 1 diabetes." *Diabetes/Metabolism Revs.* 14 (1998): 31-67.
- 15 Naik R. G., and Palmer J. P. "Preservation of beta-cell function in Type 1 diabetes." *Diabetes Rev.* 7 (1999): 154-182.
- 16 Virtanen S. M., Rasanen L., Aro A., et al. "Infant feeding in Finnish children less than 7 yr of age with newly diagnosed IDDM. Childhood diabetes in Finland Study Group." *Diabetes Care* 14 (1991): 415-417.
- 17 Savilahti E., Akerblom H. K., Tainio V.-M., et al. "Children with newly diagnosed insulin dependent diabetes mellitus have increased levels of cow's milk antibodies." *Diabetes Res.* 7 (1988): 137-140.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 18 Yakota A., Yamaguchi T., Ueda T., et al. "Comparison of islet cell antibodies, islet cell surface antibodies and anti-bovine serum albumin antibodies in Type 1 diabetes." *Diabetes Res. Clin. Pract.* 9 (1990): 211-217.
- 19 Hammond-McKibben D., and Dosch H.-M. "Cow's milk, bovine serum albumin, and IDDM: can we settle the controversies?" *Diabetes Care* 20 (1997): 897-901.
- 20 Akerblom H. K., Vaarala O., Hyoty H., et al. "Environmental factors in the etiology of Type 1 diabetes." *Am. J. Med. Genet. (Semin. Med. Genet.)* 115 (2002): 18-29.
- 21 Gottlieb M. S., and Root H. F. "Diabetes mellitus in twins." *Diabetes* 17 (1968): 693-704.
- 22 Barnett A. H., Eff C., Leslie R. D. G., et al. "Diabetes in identical twins: a study of 200 pairs." *Diabetologia* 20 (1981): 87-93.
- 23 Borch-Johnsen K., Joner G., Mandrup-Poulsen T., et al. "Relation between breast feeding and incidence rates of insulin-dependent diabetes mellitus: a hypothesis." *Lancet* 2 (1984): 1083-1086.
- 24 Perez-Bravo F., Carrasco E., Gutierrez-Lopez M. D., et al. "Genetic predisposition and environmental factors leading to the development of insulin-dependent diabetes mellitus in Chilean children." *J. Mol. Med.* 74 (1996): 105-109.
- 25 Kostraba J.N., Cruickshanks K.J., Lawler-Heavner J., et al. "Early exposure to cow's milk and solid foods in infancy, genetic predisposition, and risk of IDDM." *Diabetes* 42 (1993): 288-295.
- 26 Pyke D. A. "The genetic perspective: putting research into practice." *B: Diabetes* 1988, Amsterdam, 1989, 1227-1230.
- 27 Kaprio J., Tuomilehto J., Koskenvuo M., et al. "Concordance for Type 1 (insulin-dependent) and Type 2 (non-insulin-dependent) diabetes mellitus in a population-based cohort of twins in Finland." *Diabetologia* 35 (1992): 1060-1067.
- 28 Dahl-Jorgensen K., Joner G., and Hanssen K. F. "Relationship between cow's milk consumption and incidence of IDDM in childhood." *Diabetes Care* 14 (1991): 1081-1083.
- 29 Доля диабета первого типа, связанная с употреблением коровьего молока (значение I_2), составляет 96%.
- 30 LaPorte R. E., Tajima N., Akerblom H. K., et al. "Geographic differences in the risk of insulin-dependent diabetes mellitus: the importance of registries." *Diabetes Care* 8 (Suppl. 1) (1985): 101-107.
- 31 Bodansky H. J., Staines A., Stephenson C., et al. "Evidence for an environmental effect in the aetiology of insulin dependent diabetes in a transmigratory population." *Brit. Med. J.* 304 (1992): 1020-1022.
- 32 Burden A. C., Samanta A., and Chaunduri K. H. "The prevalence and incidence of insulin-dependent diabetes in white and Indian children in Leicester city (UK)." *Int. J. Diabetes Dev. Countries* 10 (1990): 8-10.
- 33 Elliott R., and Ong T. J. "Nutritional genomics." *Brit. Med. J.* 324 (2002): 1438-1442.
- 34 Onkamo P., Vaananen S., Karvonen M., et al. "Worldwide increase in incidence of Type 1 diabetes — the analysis of the data on published incidence trends." *Diabetologia* 42 (1999): 1395-1403.
- 35 Gerstein H. C. "Cow's milk exposure and Type 1 diabetes mellitus: a critical overview of the clinical literature." *Diabetes Care* 17 (1994): 13-19.
- 36 Kimpimaki T., Erkkola M., Korhonen S., et al. "Short-term exclusive breastfeeding predisposes young children with increased genetic risk of Type 1 diabetes to progressive beta-cell autoimmunity." *Diabetologia* 44 (2001): 63-69.

- 37 Virtanen S. M., Laara E., Hypponen E., et al. "Cow's milk consumption, HLA-DQB1 genotype, and Type 1 diabetes." *Diabetes* 49 (2000): 912-917.
- 38 Monetini L., Cavallo M. G., Stefanini L., et al. "Bovine beta-casein antibodies in breast- and bottle-fed infants: their relevance in Type 1 diabetes." *Diabetes Metab. Res. Rev.* 17 (2001): 51-54.
- 39 Visser J. T. J. et al. "Potential mechanisms explaining why hydrolyzed casein-based diets outclass single amino acid-based diets in the prevention of autoimmune diabetes in diabetes-prone BB rats." *Diabetes Metab. Res. Rev.* 28 (2012): 505-513.
- 40 Stankov K., Benc D., and Draskovic D. "Genetic and epigenetic factors in etiology of diabetes mellitus type 1." *Pediatr.* 132 (2013): 1112-1122.
- 41 The EURODIAB Substudy 2 Study Group. "Vitamin D supplement in early childhood and risk of type I (insulin-dependent) diabetes mellitus." *Diabetologia* 42 (1999): 51-54; Hypponen E., Laara E., Jarvelin M. R., and Virtanen S. M. "Intake of vitamin D and risk of type I diabetes." *Lancet* 358 (2001): 1500-1504.
- 42 Knip M., Virtanen S. M., and Akerblom H. K. "Infant feeding and the risk of type 1 diabetes." *Am. J. Clin. Nutr.* 91 (2010): 1506S-1513S; Kondrashova A., et al. "A sixfold gradient in the incidence of type 1 diabetes at the eastern border of Finland." *Ann. Med.* 37 (2005): 67-72.
- 43 Norris J. M., and Pietropaolo M. "Review article. Controversial topics series: milk proteins and diabetes." *J. Endocrinol. Invest.* 22 (1999): 568-580.
- 44 Borchers A. T., Uibo R., and Gershwin M. E. "The geoepidemiology of type 1 diabetes." *Autoimmun. Rev.* 9 (2010): A355-A365; Stankov K., Benc D., and Draskovic D. "Genetic and epigenetic factors in etiology of diabetes mellitus type 1." *Pediatr.* 132 (2013): 1112-1122.
- 45 Carroll K. K. "Dietary proteins and amino acids—their effects on cholesterol metabolism." B: M. J. Gibney, and D. Kritchevsky (eds.), *Current Topics in Nutrition and Disease, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 9-17. New York: Alan R. Liss, 1983; Terpstra A. H. M., Hermus R. J. J., and West C. E. "Dietary protein and cholesterol metabolism in rabbits and rats." B: M. J. Gibney & D. Kritchevsky (eds.), *Current Topics in Nutrition and Disease, Volume 8: Animal and Vegetable Proteins in Lipid Metabolism and Atherosclerosis*, 19-49. New York: Alan R. Liss, 1983.
- 46 Newburgh L. H., and Clarkson S. "The production of arteriosclerosis in rabbits by feeding diets rich in meat." *Arch. Intern. Med.* 31 (1932): 653-676; Meeker D. R., and Kesten H. D. "Experimental atherosclerosis and high protein diets." *Proc. Soc. Exp. Biol. Med.* 45 (1940): 543-545; Meeker D. R., and Kesten H. D. "Effect of high protein diets on experimental atherosclerosis of rabbits." *Arch. Pathol.* 31 (1941): 147-162.
- 47 Appleton B. S., and Campbell T. C. "Effect of high and low dietary protein on the dosing and postdosing periods of aflatoxin B1-induced hepatic preneoplastic lesion development in the rat." *Cancer Res.* 43 (1983): 2150-2154; Appleton B. S., and Campbell T. C. "Dietary protein intervention during the post-dosing phase of aflatoxin B1-induced hepatic preneoplastic lesion development." *J. Natl. Cancer Inst.* 70 (1983): 547-549.
- 48 Reingold S. C. "Research Directions in Multiple Sclerosis." National Multiple Sclerosis Society, 25 ноября 2003 г. На сайте www.nationalmssociety.org/%5CBrochures-Research.asp.
- 49 Ackermann A. "Die multiple sklerose in der Schweiz." *Schweiz. Med. Wchnschr.* 61 (1931): 1245-1250.
- 50 Swank R. L. "Multiple sclerosis: correlation of its incidence with dietary fat." *Am. J. Med. Sci.* 220 (1950): 421-430.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 51 Dip J. B. "The distribution of multiple sclerosis in relation to the dairy industry and milk consumption." *New Zealand Med. J.* 83 (1976): 427-430.
- 52 McDougall J. M. 2002. Multiple sclerosis stopped by McDougall / Swank Program. На сайте www.nealhendrickson.com/McDougall/McDnewannouncementSwank021112.htm. Информация на 16 ноября 2002 г.
- 53 McLeod J. G., Hammond S. R., and Hallpike J. F. "Epidemiology of multiple sclerosis in Australia. With NSW and SA survey results." *Med. J. Austr.* 160 (1994): 117-122.
- 54 Lawrence J. S., Behrend T., Bennett P. H., et al. "Geographical studies of rheumatoid arthritis." *Ann. Rheum. Dis.* 25 (1966): 425-432.
- 55 Keen H., and Ekoe J. M. "The geography of diabetes mellitus." *Brit. Med. J.* 40 (1984): 359-365.
- 56 Swank R. L. "Effect of low saturated fat diet in early and late cases of multiple sclerosis." *Lancet* 336 (1990): 37-39.
- 57 Swank R. L. "Treatment of multiple sclerosis with low fat diet." *A.M.A. Arch. Neurol. Psychiatry* 69 (1953): 91-103.
- 58 Swank R. L., and Bourdillon R. B. "Multiple sclerosis: assessment of treatment with modified low fat diet." *J. Nerv. Ment. Dis.* 131 (1960): 468-488.
- 59 Swank R. L. "Multiple sclerosis: twenty years on low fat diet." *Arch. Neurol.* 23 (1970): 460-474.
- 60 Agranoff B. W., and Goldberg D. "Diet and the geographical distribution of multiple sclerosis." *Lancet* 2 (7888) (November 2 1974): 1061-1066.
- 61 Malosse D., Perron H., Sasco A., et al. "Correlation between milk and dairy product consumption and multiple sclerosis prevalence: a worldwide study." *Neuroepidemiology* 11 (1992): 304-312.
- 62 Malosse D., and Perron H. "Correlation analysis between bovine populations, other farm animals, house pets, and multiple sclerosis prevalence." *Neuroepidemiology* 12 (1993): 15-27.
- 63 Lauer K. "Diet and multiple sclerosis." *Neurology* 49 (Suppl. 2) (1997): S55-S61.
- 64 Swank R. L., Lerstad O., Strom A., et al. "Multiple sclerosis in rural Norway. Its geographic distribution and occupational incidence in relation to nutrition." *New Engl. J. Med.* 246 (1952): 721-728.
- 65 Dagleish A. G. "Viruses and multiple sclerosis." *Acta Neurol. Scand. Suppl.* 169 (1997): 8-15.
- 66 McAlpine D., Lumsden C. E., and Acheson E. D. *Multiple sclerosis: a reappraisal.* Edinburgh and London: E&S Livingston, 1965.
- 67 Alter M., Liebowitz U., and Speer J. "Risk of multiple sclerosis related to age at immigration to Israel." *Arch. Neurol.* 15 (1966): 234-237.
- 68 Kurtzke J. F., Beebe G. W., and Norman J. E., Jr. "Epidemiology of multiple sclerosis in U.S. veterans: 1. Race, sex, and geographic distribution." *Neurology* 29 (1979): 1228-1235.
- 69 Ebers G. C., Bulman D. E., Sadovnick A. D., et al. "A population-based study of multiple sclerosis in twins." *New Engl. J. Med.* 315 (1986): 1638-1642.
- 70 Yadav V., Marracci G., Kim E., et al. "Effects of a low fat plant based diet in multiple sclerosis (MS): Results of a 1-year long randomized controlled (RC) study." *Neurol.* 82 (2014): supp.P6.152.
- 71 Acheson E. D., Bachrach C. A., and Wright F. M. "Some comments on the relationship of the distribution of multiple sclerosis to latitude solar radiation and other variables." *Acta Psychiatrica Neurologica Scand.* 35 (Suppl. 147) (1960): 132-147.
- 72 Warren S., and Warren K. G. "Multiple sclerosis and associated diseases: a relationship to diabetes mellitus." *J. Canadian Sci. Neurol.* 8 (1981): 35-39.

- 73 Wertman E., Zilber N., and Abransky O. "An association between multiple sclerosis and Type 1 diabetes mellitus." *J. Neurol.* 239 (1992): 43-45.
- 74 Marrosu M. G., Cocco E., Lai M., et al. "Patients with multiple sclerosis and risk of Type 1 diabetes mellitus in Sardinia, Italy: a cohort study." *Lancet* 359 (2002): 1461-1465.
- 75 Buzzetti R., Pozzilli P., Di Mario U., et al. "Multiple sclerosis and Type 1 diabetes." *Diabetologia* 45 (2002): 1735-1736.
- 76 Lux W. E., and Kurtzke J. F. "Is Parkinson's disease acquired? Evidence from a geographic comparison with multiple sclerosis." *Neurology* 37 (1987): 467-471.
- 77 Prahalad S., Shear E. S., Thompson S. D., et al. "Increased prevalence of familial autoimmunity in simplex and multiplex families with juvenile rheumatoid arthritis." *Arthritis Rheumatism* 46 (2002): 1851-1856.
- 78 Cantorna M. T., Munsick C., Bemiss C., et al. "1,25-dihydroxycholecalciferol prevents and ameliorates symptoms of experimental murine inflammatory bowel disease." *J. Nutr.* 130 (2000): 2648-2652.
- 79 Cantorna M. T., Woodward W. D., Hayes C. E., et al. "1,25-Dihydroxyvitamin D3 is a positive regulator for the two anti-encephalitogenic cytokines TGF-B1 and IL 4." *J Immunol.* 160 (1998): 5314-5319.
- 80 Cantorna M. T., Humpal-Winter J., and DeLuca H. F. "Dietary calcium is a major factor in 1,25-dihydroxycholecalciferol suppression of experimental autoimmune encephalomyelitis in mice." *J. Nutr.* 129 (1999): 1966-1971.
- 81 Международная федерация рассеянного склероза «Альтернативные методы терапии» / Multiple Sclerosis International Federation. "Alternative Therapies." 25 ноября 2003 г. На сайте www.msif.org/en/symptoms_treatments/treatment_overview/alternative.html.

Глава 10

- 1 Frassetto L. A., Todd K. M., Morris C., Jr., et al. "Worldwide incidence of hip fracture in elderly women: relation to consumption of animal and vegetable foods." *J. Gerontology* 55 (2000): M585-M592.
- 2 Abelow B. J., Holford T. R., and Insogna K. L. "Cross-cultural association between dietary animal protein and hip fracture: a hypothesis." *Calcif. Tissue Int.* 50 (1992): 14-18.
- 3 Wachsman A., and Bernstein D. S. "Diet and osteoporosis." *Lancet* May 4 (1968): 958-959.
- 4 Barzel U. S. "Acid loading and osteoporosis." *J. Am. Geriatr. Soc.* 30 (1982): 613.
- 5 Sherman H. C. "Calcium requirement for maintenance in man." *J. Biol. Chem.* 39 (1920): 21-27.
- 6 В животном белке больше серосодержащих аминокислот. В процессе пищеварения и метаболизма эти аминокислоты производят кислотообразующий сульфат-ион, который должен выделяться почками. Недавнее исследование показало впечатляющую 84%-ную корреляцию между потреблением животного белка и выделением мочевой кислоты из сульфата.
- 7 Brosnan J. T., and Brosnan M. E. "Dietary protein, metabolic acidosis, and calcium balance." В: Н. Н. Draper (ed.), *Advances in Nutritional Research*, 77-105. New York: Plenum Press, 1982.
- 8 Frassetto L. A., Todd K. M., Morris R. C., Jr., et al. "Estimation of net endogenous noncarbonic acid production in humans from diet potassium and protein contents." *Am. J. Clin. Nutri.* 68 (1998): 576-583.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 9 Margen S., Chu J.-Y., Kaufmann N. A., et al. "Studies in calcium metabolism. I. The calciuretic effect of dietary protein." *Am. J. Clin. Nutr.* 27 (1974): 584-589.
- 10 Hegsted M., Schuette S. A., Zemel M. B., et al. "Urinary calcium and calcium balance in young men as affected by level of protein and phosphorus intake." *J. Nutr.* 111 (1981): 553-562.
- 11 Kerstetter J. E., and Allen L. H. "Dietary protein increases urinary calcium." *J. Nutr.* 120 (1990): 134-136.
- 12 Westman E. C., Yancy W. S., Edman J. S., et al. "Carbohydrate Diet Program." *Am. J. Med.* 113 (2002): 30-36.
- 13 Sellmeyer D. E., Stone K. L., Sebastian A., et al. "A high ratio of dietary animal to vegetable protein increases the rate of bone loss and the risk of fracture in postmenopausal women." *Am. J. Clin. Nutr.* 73 (2001): 118-122.
- 14 Hegsted D. M. "Calcium and osteoporosis." *J. Nutr.* 116 (1986): 2316-2319.
- 15 Heaney R. P. "Protein intake and bone health: the influence of belief systems on the conduct of nutritional science." *Am. J. Clin. Nutr.* 73 (2001): 5-6.
- 16 Cummings S. R., and Black D. "Bone mass measurements and risk of fracture in Caucasian women: a review of findings for prospective studies." *Am. J. Med.* 98 (Suppl 2A) (1995): 2S-24S.
- 17 Marshall D., Johnell O., and Wedel H. "Meta-analysis of how well measures of bone mineral density predict occurrence of osteoporotic fractures." *Brit. Med. J.* 312 (1996): 1254-1259.
- 18 Lips P. "Epidemiology and predictors of fractures associated with osteoporosis." *Am. J. Med.* 103(2A) (1997): 3S-11S.
- 19 Lane N. E., and Nevitt M. C. "Osteoarthritis, bone mass, and fractures: how are they related?" *Arthritis Rheumatism* 46 (2002): 1-4.
- 20 Lucas F. L., Cauley J. A., Stone R. A., et al. "Bone mineral density and risk of breast cancer: differences by family history of breast cancer." *Am. J. Epidemiol.* 148 (1998): 22-29.
- 21 Cauley J. A., Lucas F. L., Kuller L. H., et al. "Bone mineral density and risk of breast cancer in older women: the study of osteoporotic fractures." *JAMA* 276 (1996): 1404-1408.
- 22 Mincey B. A. "Osteoporosis in women with breast cancer." *Curr. Oncol. Rpts.* 5 (2003): 53-57.
- 23 Riis B. J. "The role of bone loss." *Am. J. Med.* 98 (Suppl 2A) (1995): 2S-29S.
- 24 Ho S. C. "Body measurements, bone mass, and fractures: does the East differ from the West?" *Clin. Orthopaed. Related Res.* 323 (1996): 75-80.
- 25 Aspray T. J., Prentice A., Cole T. J., et al. "Low bone mineral content is common but osteoporotic fractures are rare in elderly rural Gambian women." *J. Bone Min. Res.* 11 (1996): 1019-1025.
- 26 Tsai K.-S. "Osteoporotic fracture rate, bone mineral density, and bone metabolism in Taiwan." *J. Formosan Med. Assoc.* 96 (1997): 802-805.
- 27 Wu A. H., Pike M. C., and Stram D. O. "Meta-analysis: dietary fat intake, serum estrogen levels, and the risk of breast cancer." *J. Nat. Cancer Inst.* 91 (1999): 529-534.
- 28 Центр лечения мочекаменной болезни при Калифорнийском университете «Мочекаменная болезнь — индекс» / Индекс UCLA Kidney Stone Treatment Center. "Kidney Stones — Index." март 1997 г. На сайте www.radscl.ucla.edu:8000/gu/stones/kidneystone.html.
- 29 Stamatelou K. K., Francis M. E., Jones C. A., et al. "Time trends in reported prevalence of kidney stones." *Kidney Int.* 63 (2003): 1817-1823.
- 30 Эта генетически редкая разновидность мочекаменной болезни обусловлена неспособностью почек реабсорбировать аминокислоту цистеин.

- 31 Ramello A., Vitale C., and Marangella M. "Epidemiology of nephrolithiasis." *J. Nephrol.* 13 (Suppl 3) (2000): S65-S70.
- 32 Robertson W. G., Peacock M., and Hodgkinson A. "Dietary changes and the incidence of urinary calculi in the U.K. between 1958 and 1976." *Chron. Dis.* 32 (1979): 469-476.
- 33 Robertson W. G., Peacock M., Heyburn P. J., et al. "Risk factors in calcium stone disease of the urinary tract." *Brit. J. Urology* 50 (1978): 449-454.
- 34 Robertson W. G. "Epidemiological risk factors in calcium stone disease." *Scand. J. Urol. Nephrol. Suppl.* 53 (1980): 15-30.
- 35 Robertson W. G., Peacock M., Heyburn P. J., et al. "Should recurrent calcium oxalate stone formers become vegetarians?" *Brit. J. Urology* 51 (1979): 427-431.
- 36 Эта информация была обнародована на семинаре доктора Робертсона в Торонто.
- 37 Robertson W. G. "Diet and calcium stones." *Miner Electrolyte Metab.* 13 (1987): 228-234.
- 38 Cao L. C., Boeve E. R., de Bruijn W. C., et al. "A review of new concepts in renal stone research." *Scanning Microscopy* 7 (1993): 1049-1065.
- 39 Scales C. D. J., Smith A. C., Hanley J. M., Seigal C. S., and Urologic Diseases in America Project. "Prevalence of kidney stones in the United States." *Eur. Urol.* 62 (2012): 160-165.
- 40 Broghi L. et al. "Urinary volume, water and recurrences in idiopathic calcium nephrolithiasis: a 5-year randomized prospective study." *J. Urol.* 155 (1996): 839-843.
- 41 Turney B. W. et al. "Diet and risk of kidney stones in the Oxford cohort of the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC)." *Eur. J. Epidemiol.* 29 (2014): 363-369.
- 42 Friedman D. S., Congdon N., Kempen J., et al. "Vision problems in the U.S.: prevalence of adult vision impairment and age-related eye disease in America." Bethesda, MD: Prevent Blindness in America. National Eye Institute, 2002.
- 43 Foote C. S. *Photosensitized Oxidation and Singlet Oxygen: Consequences in Biological Systems. Vol. 2* New York: Academic Press, 1976.
- 44 Seddon J. M., Ajani U. A., Sperduto R. D., et al. "Dietary carotenoids, vitamins A, C, and E, and advanced age-related macular degeneration." *JAMA* 272 (1994): 1413-1420.
- 45 Eye Disease Case-Control Study Group. "Antioxidant status and neovascular age-related macular degeneration." *Arch. Ophthalmol.* 111 (1993): 104-109.
- 46 Остальные четыре группы продуктов — брокколи, морковь, сладкий картофель и тыква, употребление которых приводило к снижению заболеваний на 53, 28, 33 и 44% соответственно. Каждый результат имел минимальное статистическое значение либо был близок к таковому.
- 47 Berman E. R. *Biochemistry of the Eye. (Perspectives in Vision Research)*. New York: Plenum Publishing Corporation, 1991.
- 48 Lyle B. J., Mares-Perlman J. A., Klein B. E. K., et al. "Antioxidant intake and risk of incident age-related nuclear cataracts in the Beaver Dam Eye Study." *Am. J. Epidemiol.* 149 (1999): 801-809.
- 49 Bates C. J., Chen S. J., Macdonald A., et al. "Quantitation of vitamin E and a carotenoid pigment in cataracterous human lenses, and the effect of a dietary supplement." *Int. J. Vitam. Nutr. Res.* 66 (1996): 316-321.
- 50 Varma S. D., Beachy N. A., and Richards R. D. "Photoperoxidation of lens lipids: prevention by vitamin E." *Photochem. Photobiol.* 36 (1982): 623-626.
- 51 Talan J. "Alzheimer's diagnoses can be two years late." *Ithaca J.*: 8A.

- 52 Ассоциация болезни Альцгеймера «Болезнь Альцгеймера: факты и показатели» / 2016 Alzheimer's Association. "Alzheimer's Disease Facts and Figures." Информация по состоянию на 2 сентября 2016 г. на сайте www.alz.org/facts/.
- 53 Petersen R. C., Smith G. E., Waring S. C., et al. "Mild cognitive impairment." *Arch. Neurol.* 56 (1999): 303-308.
- 54 Kivipelto M., Helkala E.-L., Hanninen T., et al. "Midlife vascular risk factors and late-life mild cognitive impairment. A population based study." *Neurology* 56 (2001): 1683-1689.
- 55 Breteler M. M. B., Claus J. J., Grobbee D. E., et al. "Cardiovascular disease and distribution of cognitive function in elderly people: the Rotterdam Study." *Brit. Med. J.* 308 (1994): 1604-1608.
- 56 Haan M. N., Shemanski L., Jagust W. J., et al. "The role of APOE e4 in modulating effects of other risk factors for cognitive decline in elderly persons." *JAMA* 282 (1999): 40-46.
- 57 Sparks D. L., Martin T. A., Gross D. R., et al. "Link between heart disease, cholesterol, and Alzheimer's Disease: a review." *Microscopy Res. Tech.* 50 (2000): 287-290.
- 58 Slioter A. J., Tang M. X., van Duijn C. M., et al. "Apolipoprotein E e4 and risk of dementia with stroke. A population based investigation." *JAMA* 277 (1997): 818-821.
- 59 Messier C., and Gagnon M. "Glucose regulation and cognitive functions: relation to Alzheimer's disease and diabetes." *Behav. Brain Res.* 75 (1996): 1-11.
- 60 Ott A., Stolk R. P., Hofman A., et al. "Association of diabetes mellitus and dementia: the Rotterdam Study." *Diabetologia* 39 (1996): 1392-1397.
- 61 Kannel W. B., Wolf P. A., Verter J., et al. "Epidemiologic assessment of the role of blood pressure in stroke." *JAMA* 214 (1970): 301-310.
- 62 Launer L. J., Masaki K., Petrovitch H., et al. "The association between midlife blood pressure levels and late-life cognitive function." *JAMA* 274 (1995): 1846-1851.
- 63 White L., Petrovitch H., Ross G. W., et al. "Prevalence of dementia in older Japanese-American men in Hawaii. The Honolulu-Asia Aging Study." *JAMA*, 276: 955-960, 1996.
- 64 Hendrie H. C., Ogunniyi A., Hall K. S., et al. "Incidence of dementia and Alzheimer Disease in 2 communities: Yoruba residing in Ibadan, Nigeria and African Americans residing in Indianapolis, Indiana." *JAMA* 285 (2001): 739-747.
- 65 Chandra V., Pandav R., Dodge H. H., et al. "Incidence of Alzheimer's disease in a rural community in India: the Indo-U.S. Study." *Neurology* 57 (2001): 985-989.
- 66 Grant W. B. "Dietary links to Alzheimer's Disease: 1999 Update." *J. Alzheimer's Dis* 1 (1999): 197-201.
- 67 Grant W. B. "Incidence of dementia and Alzheimer disease in Nigeria and the United States." *JAMA* 285 (2001): 2448.
- 68 Это недавно опубликованное исследование заслуживает большего внимания по сравнению с остальными, потому что витамин Е здесь измерялся наиболее точно, с учетом того, что он переносится в жире крови. То есть высокий уровень в крови витамина Е может быть обусловлен высоким содержанием жира в крови. *Am. J. Epidemiol.* 150 (1999): 37-44.
- 69 Влияние витамина С и селена в исследовании Перкинса (*Am. J. Epidemiol.* 150 [1999]: 37-44) в модели логистической регрессии не имело статистического значения, как отмечали авторы. Я не согласен с их выводом, поскольку обратная зависимость «доза-ответ» (высокий уровень антиоксидантов в крови, меньше потеря памяти) была впечатляющей и явно значительной. Авторы не смогли проанализировать такие данные.

- 70 Ortega R. M., Requejo A. M., Andres P., et al. "Dietary intake and cognitive function in a group of elderly people." *Am. J. Clin. Nutr.* 66 (1997): 803-809.
- 71 Perrig W. J., Perrig P., and Stahelin H. B. "The relation between antioxidants and memory performance in the old and very old." *J. Am. Geriatr. Soc.* 45 (1997): 718-724.
- 72 Gale C. R., Martyn C. N., and Cooper C. "Cognitive impairment and mortality in a cohort of elderly people." *Brit. Med. J.* 312 (1996): 608-611.
- 73 Goodwin J. S., Goodwin J. M., and Garry P. J. "Association between nutritional status and cognitive functioning in a healthy elderly population." *JAMA* 249 (1983): 2917-2921.
- 74 Jama J. W., Launer L. J., Witteman J. C. M., et al. "Dietary antioxidants and cognitive function in a population-based sample of older persons: the Rotterdam Study." *Am. J. Epidemiol.* 144 (1996): 275-280.
- 75 Martin A., Prior R., Shukitt-Hale B., et al. "Effect of fruits, vegetables or vitamin E-rich diet on vitamins E and C distribution in peripheral and brain tissues: implications for brain function." *J. Gerontology* 55A (2000): B144-B151.
- 76 Joseph J. A., Shukitt-Hale B., Denisova N. A., et al. "Reversals of age-related declines in neuronal signal transduction, cognitive, and motor behavioral deficits with blueberry, spinach, or strawberry dietary supplementation." *J. Neurosci.* 19 (1999): 8114-8121.
- 77 Gillman M. W., Cupples L. A., Gagnon D., et al. "Protective effect of fruits and vegetables on development of stroke in men." *JAMA* 273 (1995): 1113-1117.
- 78 Kalmijn S., Launer L. J., Ott A., et al. "Dietary fat intake and the risk of incident dementia in the Rotterdam Study." *Ann. Neurol.* 42 (1997): 776-782.
- 79 Тренд появления болезни Альцгеймера не получил статистического подтверждения, возможно, из-за небольшого количества эпизодов заболевания.
- 80 Clarke R., Smith D., Jobst K. A., et al. "Folate, vitamin B12, and serum total homocysteine levels in confirmed Alzheimer disease." *Arch. Neurol.* 55 (1998): 1449-1455.
- 81 McCully K. S. "Homocysteine theory of arteriosclerosis: development and current status." В: A. M. Gotto, Jr. and R. Paoletti (eds.), *Atherosclerosis Reviews*, Vol. 11, 157-246. New York: Raven Press, 1983.
- 82 Однако в этой логике есть потенциальный изъян. Уровень гомоцистеина регулируется отчасти витаминами группы В, особенно фолиевой кислотой и витамином В₁₂, и у людей с дефицитом этих витаминов могут наблюдаться более высокие уровни гомоцистеина. У людей, которые не едят продуктов животного происхождения, может быть понижен В₁₂ и повышен гомоцистеин. Однако, как отмечается в главе 11, это больше связано с нашей удаленностью от природы, а не с недостатком диеты на растительной основе.

ЧАСТЬ III

- 1 Scelfo J. "Dieting: The Next Atkins?" *Newsweek* (4 мая 2003 г.).

Глава 11

- 1 Управление по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США / U.S. Food and Drug Administration. "What Is a Dietary Supplement?" Silver Spring, MD: U.S. Food and Drug Administration, 2015.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 2 Lariviere D. "Nutritional supplements flexing muscles as growth industry." *Forbes*, 18 апреля 2013 г. На сайте www.forbes.com/sites/davidlariviere/2013/04/18/nutritional-supplements-flexing-their-muscles-as-growth-industry/.
- 3 CodexFund. "CODEX and dietary supplements. Frequently asked questions." CodexFund, 2010.
- 4 Федеральная торговая комиссия США / U.S. Federal Trade Commission. "Complaint counsel's proposed findings of fact, conclusions of law and proposed order (Docket No. 9175)." Washington, DC: U.S. Federal Trade Commission, 27 декабря 1985 г.
- 5 Atkins RC. *Dr. Atkins' New Diet Revolution*. New York: Avon Books, 1999.
- 6 The Alpha-Tocopherol Beta Carotene Cancer Prevention Study Group. "The effect of vitamin E and beta carotene on the incidence of lung cancer and other cancers in male smokers." *New Engl. J. Med.* 330 (1994): 1029-1035.
- 7 Omenn G. S., Goodman G. E., Thornquist M. D., et al. "Effects of a combination of beta carotene and vitamin A on lung cancer and cardiovascular disease." *New Engl. J. Med.* 334 (1996): 1150-1155.
- 8 Американская рабочая группа по профилактическим мероприятиям / U.S. Preventive Services Task Force. "Routine vitamin supplementation to prevent cancer and cardiovascular disease: recommendations and rationale." *Ann. Internal Med.* 139 (2003): 51-55.
- 9 Morris C.D., and Carson S. "Routine vitamin supplementation to prevent cardiovascular disease: a summary of the evidence for the U.S. Preventive Services Task Force." *Ann. Internal Med.* 139 (2003): 56-70.
- 10 Kolata G. "Vitamins: more may be too many (Science Section)." *New York Times*, April 29, 2003: 1, 6.
- 11 de Souza A., and Moloi M. W. "Involuntary movements due to the vitamin B12 deficiency." *Neurol. Res.* 36 (2014): 1121-1128.
- 12 LeBlanc E., Chou R., Zakher B., Daeges M., and Pappas M. "Screening for vitamin D deficiency: systematic review for the U.S. Preventive Services Task Force Recommendation." Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality.
- 13 Pines A. "Vitamin D and health issues — questioned benefits." *Climacteric* 17 (2014): 657-659.
- 14 Bowen R. "Vitamin D (calcitriol)." *Vitamins: Introduction and Index*. На сайте www.vivo.colostate.edu/hbooks/pathphys/endocrine/otherendo/vitamind.html.
- 15 Министерство сельского хозяйства США «База данных продуктов питания» / U.S. Department of Agriculture. "USDA Nutrient Database for Standard Reference." Washington, DC: U.S. Department of Agriculture, Agriculture Research Service, 2002. На сайте ndb.nal.usda.gov/.
- 16 Holden J. M., Eldridge A. L., Beecher G. R., et al. "Carotenoid content of U.S. foods: an update of the database." *J. Food Comp. Anal.* 12 (1999): 169-196.
- 17 Точное перечисление продуктов питания в базе данных таково: говяжий фарш, 80% постного мяса, 20% жирного, мясо непереработанное; свинина свежая, фарш, непереработанная; курица, бройлеры или цыплята, мясо и кожа непереработанные; молоко сухое, цельное; шпинат необработанный; помидоры красные, спелые, необработанные, круглогодично; лимская фасоль, крупные, зрелые семена, необработанная; горох зеленый, сырой; картофель красновато-коричневый, мякоть и кожица, сырой.

- 18 Mozafar A. "Enrichment of some B-vitamins in plants with application of organic fertilizers." *Plant and Soil* 167 (1994): 305-311.
- 19 Brand D., and Segelken R. "Largest scientific effort in Cornell's history announced." *Cornell Chronicle*, May 9, 2002.
- 20 Ashrafi K., Chang F. Y., Watts J. L., et al. "Genome-wide RNAi analysis of *Caenorhabditis elegans* fat regulatory genes." *Nature* 421 (2003): 268-272.
- 21 Shermer M. "Skeptical sayings. Wit and wisdom from skeptics past and present." *Skeptic* 9 (2002): 28.
- 22 Мне никогда не нравились такие пороговые точки в отношении возникновения, роста и прогрессирования хронических заболеваний, потому что для каждой стадии хронической болезни они совершенно случайны. Важно знать, что хроническое заболевание может быть с нами большую часть нашей жизни, и если оно прогрессирует, то очень плавно и непрерывно.
- 23 Ornish D., Weidner G., Fair W. R., et al. "Intensive lifestyle changes may affect the progression of prostate cancer." *J. Urol.* 174 (2005): 1065-1069; обсуждение: 1069-1070.
- 24 McDougall J. A. *McDougall's Medicine, A Challenging Second Opinion*. Piscataway, NJ: New Century, 1985.
- 25 Swank R. L. "Multiple sclerosis: twenty years on low fat diet." *Arch. Neurol.* 23 (1970): 460-474.
- 26 Swank R. L. "Effect of low saturated fat diet in early and late cases of multiple sclerosis." *Lancet* 336 (1990): 37-39.
- 27 Kim, T. K., and Han, P. L. "Chronic stress and moderate physical exercise prompt widespread common activation and limited differential activation in specific brain regions." *Neurochemistry international* (2016).
- 28 Campbell T. C. (with Jacobson H.). *Whole: Rethinking the Science of Nutrition*. Dallas: BenBella Books, 2013.

Глава 12

- 1 Davey, G. K. et al. "EPIC-Oxford: lifestyle characteristics and nutrient intakes in a cohort of 33,883 meat eaters and 31,546 non meat-eaters in the UK." *Publ. Health Nutr.* 6 (2003): 259-268; Sobiecki, J. G., Appleby, P. N., Bradbury, K. E., and Key, T. J. "High compliance with dietary recommendations in a cohort of meat eaters, fish eaters, vegetarians, and vegans: results from the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition-Oxford study." *Nutr. Res.* 36 (2016): 464-477.

ЧАСТЬ IV

- 1 Campbell T. C. (with Jacobson H.). *Whole: Rethinking the Science of Nutrition*. Dallas: BenBella Books, 2013.

Глава 13

- 1 Colen B. D. "To die in Tijuana; a story of faith, hope and laetrile." *Washington Post Magazine*, September 4, 1977: 10.
- 2 Burros M. "The sting? America's supplements appetite; scientists are dubious, but America's appetite for food supplements keeps growing." *Washington Post*, August 2, 1979: E1.

- 3 Hilgartner S. *Science on Stage. Expert Advice As Public Drama*. Stanford, CA: Stanford University Press, 2000.
- 4 National Research Council. *Diet, Nutrition and Cancer*. Washington, DC: National Academy Press, 1982.
- 5 Сенат США, «Задачи питания в США. 2-е издание» / U.S. Senate. “Dietary goals for the United States, 2nd Edition.” Washington, DC: U.S. Government Printing Office, 1977.
- 6 Американский совет по науке и здравоохранению, «Об Американском совете по науке и здравоохранению» / American Council of Science and Health. “About American Council on Science and Health.” Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г. На сайте acsh.org/wp-admin/admin-ajax.php.
- 7 Mindfully.org. Американский совет по науке и здравоохранению / “American Council on Science and Health (ACSH).” Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г. на сайте www.mindfully.org/Pesticide/ACSH-Кооп.htm.
- 8 Американское общество специалистов по питанию / American Society for Nutrition. Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г. На сайте www.nutrition.org.

Глава 14

- 1 Национальный научный комитет «Диета, питание и рак» / National Research Council. *Diet, Nutrition, and Cancer*. Washington, DC: National Academy Press, 1982.
- 2 Федеральная торговая комиссия США / United States Federal Trade Commission. “Complaint counsel’s proposed findings of fact, conclusions of law and proposed order (Docket No. 9175).” Washington, DC: United States Federal Trade Commission, 27 декабря 1985 г.
- 3 Associated Press. “Company news; General Nutrition settles complaint.” *New York Times*, 14 июня 1988: D5.
- 4 Willett W. “Diet and cancer: one view at the start of the millennium.” *Cancer Epi. Biom. Prev.* 10 (2001): 3–8.
- 5 Belanger C. F., Hennekens C. H., Rosner B., et al. “The Nurses’ Health Study.” *Am. J. Nursing* (1978): 1039–1040.
- 6 Marchione M. “Taking the long view; for 25 years, Harvard’s Nurses’ Health Study has sought answers to women’s health questions.” *Milwaukee Journal-Sentinel*, 16 июля 2001 г.: 01G.
- 7 Carroll K. K. “Experimental evidence of dietary factors and hormone-dependent cancers.” *Cancer Res.* 35 (1975): 3374–3383.
- 8 Chen J., Campbell T. C., Li J., et al. *Diet, Life-style and Mortality in China. A Study of the Characteristics of 65 Chinese Counties*. Oxford, UK; Ithaca, NY; Beijing, PRC: Oxford University Press; Cornell University Press; People’s Medical Publishing House, 1990.
- 9 Hu F. B., Stampfer M. J., Manson J. E., et al. “Dietary protein and risk of ischemic heart disease in women.” *Am. Journ. Clin. Nutr.* 70 (1999): 221–227.
- 10 Holmes M. D., Hunter D. J., Colditz G. A., et al. “Association of dietary intake of fat and fatty acids with risk of breast cancer.” *JAMA* 281 (1999): 914–920.
- 11 Министерство сельского хозяйства США, «Сельскохозяйственный бюллетень» / U.S. Department of Agriculture. “Agriculture Fact Book.” Washington, DC: U.S. Department of Agriculture, 1998. Цит. по: Information Plus. *Nutrition: A Key to Good Health*. Wylie, TX: Information Plus, 1999.
- 12 Средний процент калорий, получаемых из жира, незначительно снизился, но среднесуточное потребление жира в граммах осталось прежним или увеличилось.

- 13 Information Plus. Nutrition: A Key to Good Health. Wylie, TX: Information Plus, 1999.
- 14 Wegmans.com. Информация по состоянию на 19 января 2004 г., на сайте www.wegmans.com/recipes.
- 15 Mardiweb.com. "Cheesecake." информация по состоянию на 19 января 2004 г., на сайте mardiweb.com/lowfat/dessert.htm#Recipe000857.
- 16 Anonymous. "Center to Coordinate Women's Health Study." Chicago Sun-Times, 12 октября 1992 г.: 14N.
- 17 Prentice R. L., Kakar F., Hursting S., et al. "Aspects of the rationale for the Women's Health Trial." *J. Natl. Cancer Inst.* 80 (1988): 802-814.
- 18 Henderson M. M., Kushi L. H., Thompson D. J., et al. "Feasibility of a randomized trial of a low-fat diet for the prevention of breast cancer: dietary compliance in the Women's Health Trial Vanguard Study." *Prev. Med.* 19 (1990): 115-133.
- 19 Self S., Prentice R., Iverson D., et al. "Statistical design of the Women's Health Trial." *Controlled Clin. Trials* 9 (1988): 119-136.
- 20 Armstrong D., and Doll R. "Environmental factors and cancer incidence and mortality in different countries, with special reference to dietary practices." *Int. J. Cancer* 15 (1975): 617-631.
- 21 Campbell T. C. "The dietary causes of degenerative diseases: nutrients vs foods." В: N. J. Temple and D. P. Burkitt (eds.), *Western Diseases: Their Dietary Prevention and Reversibility*, 119-152. Totowa, NJ: Humana Press, 1994.
- 22 White E., Shattuck A. L., Kristal A. R., et al. "Maintenance of a low-fat diet: follow-up of the Women's Health Trial." *Cancer Epi. Biom. Prev.* 1 (1992): 315-323.
- 23 Willett W. C., Hunter D. J., Stampfer M. J., et al. "Dietary fat and fiber in relation to risk of breast cancer. An 8-year follow-up." *J. Am. Med. Assoc.* 268 (1992): 2037-2044.
- 24 Willett W. "Dietary fat and breast cancer." *Toxicol. Sci.* 52 (Suppl.) (1999): 127-146.
- 25 Hunter D. J., Spiegelman D., Adami H.-O., et al. "Cohort studies of fat intake and the risk of breast cancer — a pooled analysis." *New Engl. J. Med.* 334 (1996): 356-361.
- 26 Missmer S. A., Smith-Warner S. A., Spiegelman D., et al. "Meat and dairy consumption and breast cancer: a pooled analysis of cohort studies." *Int. J. Epidemiol.* 31 (2002): 78-85.
- 27 Rockhill B., Willett W. C., Hunter D. J., et al. "Physical activity and breast cancer risk in a cohort of young women." *J. Nat. Cancer Inst.* 90 (1998): 1155-1160.
- 28 Smith-Warner S. A., Spiegelman D., Adami H.-O., et al. "Types of dietary fat and breast cancer: a pooled analysis of cohort studies." *Int. J. Cancer* 92 (2001): 767-774.
- 29 Hunter D. J., Morris J. S., Stampfer M. J., et al. "A prospective study of selenium status and breast cancer risk." *JAMA* 264 (1990): 1128-1131.
- 30 Smith-Warner S. A., Spiegelman D., Yaun S.-S., et al. "Intake of fruits and vegetables and risk of breast cancer: a pooled analysis of cohort studies." *JAMA* 285 (2001): 769-776.
- 31 Mukamal K. J., Conigrave K. M., Mittleman M. A., et al. "Roles of drinking pattern and type of alcohol consumed in coronary heart disease in men." *New Engl. J. Med.* 348 (2003): 109-118.
- 32 Tanasescu M., Hu F. B., Willett W. C., et al. "Alcohol consumption and risk of coronary heart disease among men with Type 2 diabetes mellitus." *J. Am. Coll. Cardiol.* 38 (2001): 1836-1842.
- 33 Smith-Warner S. A., Spiegelman D., Yaun S.-S., et al. "Alcohol and breast cancer in women. A pooled analysis of cohort studies." *JAMA* 279 (1998): 535-540.
- 34 He K., Rimm E. B., Merchant A., et al. "Fish consumption and risk of stroke in men." *JAMA* 288 (2002): 3130-3136.

- 35 Albert C. M., Hennekens C. H., O'Donnell C. J., et al. "Fish consumption and risk of sudden cardiac death." *JAMA* 279 (1998): 23-28.
- 36 Министерство сельского хозяйства США, «База данных продуктов питания» / U.S. Department of Agriculture. "USDA Nutrient Database for Standard Reference." Washington, DC: U.S. Department of Agriculture, Agriculture Research Service, 2002. На сайте www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp.
- 37 Hu F. B., Stampfer M. J., Rimm E. B., et al. "A prospective study of egg consumption and risk of cardiovascular disease in men and women." *JAMA* 281 (1999): 1387-1394.
- 38 Hu F. B., Manson J. E., and Willett W. C. "Types of dietary fat and risk of coronary heart disease: a critical review." *J. Am. Coll. Nutr.* 20 (2001): 5-19.
- 39 Mitchell S. "Eggs might reduce breast cancer risk." United Press International, February 21, 2003.
- 40 Steinmetz K. A., and Potter J. D. "Egg consumption and cancer of the colon and rectum." *Eur. J. Cancer Prev.* 3 (1994): 237-245.
- 41 Giovannucci E., Rimm E. B., Stampfer M. J., et al. "Intake of fat, meat, and fiber in relation to risk of colon cancer in men." *Cancer Res.* 54 (1994): 2390-2397.
- 42 Fuchs C. S., Giovannucci E., Colditz G. A., et al. "Dietary fiber and the risk of colorectal cancer and adenoma in women." *New Engl. J. Med.* 340 (1999): 169-176.
- 43 Higginson J. "Present trends in cancer epidemiology." *Proc. Can. Cancer Conf.* 8 (1969): 40-75.
- 44 Burkitt D. P. "Epidemiology of cancer of the colon and the rectum." *Cancer* 28 (1971): 3-13.
- 45 Trowell H. C., and Burkitt D. P. *Western Diseases: Their Emergence and Prevention*. London: Butler & Tanner, Ltd., 1981.
- 46 Boyd N. F., Martin L. J., Noffel M., et al. "A meta-analysis of studies of dietary-fat and breast cancer risk." *Brit. J. Cancer* 68 (1993): 627-636.
- 47 Campbell T. C. "Animal protein and ischemic heart disease." *Am. J. Clin. Nutr.* 71 (2000): 849-850.
- 48 Hu F. B., and Willett W. "Reply to T.C. Campbell." *Am. J. Clin. Nutr.* 71 (2000): 850.
- 49 Morris C. D., and Carson S. "Routine vitamin supplementation to prevent cardiovascular disease: a summary of the evidence for the U.S. Preventive Services Task Force." *Ann. Internal Med.* 139 (2003): 56-70.
- 50 Американская рабочая группа по профилактическим мероприятиям «Регулярное употребление витаминных добавок как средство профилактики рака и сердечно-сосудистых заболеваний: рекомендации и обоснования» / U.S. Preventive Services Task Force. "Routine vitamin supplementation to prevent cancer and cardiovascular disease: recommendations and rationale." *Ann. Internal Med.* 139 (2003): 51-55.
- 51 Исследование состояния здоровья медсестер / Nurses' Health Study. На сайте www.nurseshealthstudy.org/.
- 52 Satija A., Yu E., Willett W. C., and Hu F. B. "Understanding nutritional epidemiology and its role in policy." *Adv. Nutr.* 6 (2015): 5-18.
- 53 "Vitamins and supplements: Miracle healers." *The Economist*, 19 сентября 2015 г. На сайте www.economist.com/news/business/21665064-despite-scandals-and-scepticism-americas-supplement-industry-looks-healthy-miracle-healers.
- 54 Bradley J. "NBJ: 'The US supplement industry is \$37 billion, not \$12 billion.'" *NutraIngredients-USA.com*, 1 июня 2015 г. На сайте www.nutraingredients-usa.com/Markets/NBJ-The-US-supplement-industry-is-37-billion-not-12-billion.

- 55 Daniells S. "TABS Analytics vitamins & minerals study: Are heavy users in decline?" NutraIngredients-USA.com, 23 мая 2016 г. На сайте www.nutraingredients-usa.com/Markets/TABS-Analytics-Vitamins-Minerals-Study-Are-heavy-users-in-decline.
- 56 Hooper L., Thompson R. L., Harrison R. A., et al. "Risks and benefits of omega 3 fats for mortality, cardiovascular disease, and cancer: systematic review." *BMJ* 332 (2006): 752-760.
- 57 Gaziano J. M., Glynn R. J., Christen W. G., et al. "Vitamins E and C in the prevention of prostate and total cancer in men: the Physicians' Health Study II randomized controlled trial." *JAMA* 301 (2009): 52-62.
- 58 Christen W. G., Glynn R. J., Sesso H. D., et al. "Age-related cataract in a randomized trial of vitamins E and C in men." *Arch. Ophthalmol.* 128 (2010): 1397-1405.
- 59 Christen W. G., Glynn R. J., Manson J. E., et al. "Effects of multivitamin supplement on cataract and age-related macular degeneration in a randomized trial of male physicians." *Ophthalmol.* 121 (2014): 525-534.
- 60 Sesso H. D., Christen W. G., Bubes V., et al. "Multivitamins in the prevention of cardiovascular disease in men: the Physicians' Health Study II randomized controlled trial." *JAMA* 307 (2012): 1751-1760.
- 61 Gaziano J. M., Sesso H. D., Christen W. G., et al. "Multivitamins in the prevention of cancer in men: the Physicians' Health Study II randomized controlled trial." *JAMA* 308 (2012): 1871-1880.
- 62 Wang L., Sesso H. D., Glynn L., et al. "Vitamin E and C supplementation and risk of cancer in men: posttrial follow-up in the Physicians' Health Study II randomized trial." *Am. J. Clin. Nutr.* 100 (2014): 915-923.
- 63 Wang J., Eliassen A. H., Spiegelman D., et al. "Plasma free 25-hydroxyvitamin D, vitamin D binding protein, and risk of breast cancer in the Nurses' Health Study II." *Cancer Causes & Control* 25 (2014): 819-827; Bertrand K.A., Rosner B., Eliassen A.H., et al. "Premenopausal plasma 25-hydroxyvitamin D, mammographic density, and risk of breast cancer." *Breast Cancer Res. Treat.* 149 (2015): 479-487.
- 64 Massa J., Cho E., Orav E.J., et al. "Long-term use of multivitamins and risk of colorectal adenoma in women." *Brit. J. Cancer* 110 (2014): 249-255.

Глава 15

- 1 Ресурсный центр сбыта сельскохозяйственной продукции «Тенденции потребления продуктов», июль 2012 г. / MRC Agricultural Marketing Resource Center. "Food consumption trends."
- 2 Национальный совет по молочному животноводству, «Наша история» / National Dairy Council. "Our Story." Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте www.nationaldairycouncil.org/our-story.
- 3 Dairy Management Inc. "DMI and the Dairy Checkoff." Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте www.dairy.org/about-dmi.
- 4 Dairy Management Inc. Press release. "Dairy checkoff 2003 unified marketing plan budget geared to help increase demand in domestic and international markets." Информация по состоянию на 24 января 2003 г., на сайте www.dairycheckoff.com/news/release-012403.asp.
- 5 Американский Национальный совет по стимулированию продаж арбузов / National Watermelon Promotion Board. Информация по состоянию на 12 января 2004 г., на сайте www.watermelon.org.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 6 Dairy Management Inc. "2001 Annual Report." Dairy Management, Inc., 2001. На сайте www.dairycheckoff.com/annualreport.htm/.
- 7 Министерство сельского хозяйства США, «Доклад перед Конгрессом о национальной программе сбыта и научных исследований молочной продукции, а также о национальной программе поддержки переработки жидкого молока» / United States Department of Agriculture. "Report to Congress on the National Dairy Promotion and Research Program and the National Fluid Milk Processor Promotion Program." 2000. Информация по состоянию на 2004 г., на сайте www.ams.usda.gov/dairy/prb_intro.htm.IN.
- 8 Министерство сельского хозяйства США, «Доклад перед Конгрессом о национальной программе сбыта и научных исследований молочной продукции, а также о национальной программе поддержки переработки жидкого молока» / United States Department of Agriculture. "Report to Congress on the National Dairy Promotion and Research Program and the National Fluid Milk Processor Promotion Program." 2003. Информация по состоянию на 2004 г., на сайте www.ams.usda.gov/dairy/prb/prb_rept_2003.htm.
- 9 Nutrition Explorations. July 2003. На сайте www.nutritionexplorations.com.
- 10 Powell A. "School of Public Health hosts food fight: McDonald's, dairy industry, dietary reformers face off at symposium." Harvard Gazette, 24 октября 2002 г. На сайте www.news.harvard.edu/gazette/2002/10.24/09-food.html.
- 11 Ha Y. L., Grimm N. K., and Pariza M. W. "Anticarcinogens from fried ground beef: heat-altered derivatives of linoleic acid." *Carcinogenesis* 8 (1987): 1881-1887.
- 12 Ha Y. L., Storkson J., and Pariza M. W. "Inhibition of benzo(a)pyrene-induced mouse forestomach neoplasia by conjugated dienoic derivatives of linoleic acid." *Cancer Res.* 50 (1990): 1097-1101.
- 13 Aydin R., Pariza M. W., and Cook M. E. "Olive oil prevents the adverse effects of dietary conjugated linoleic acid on chick hatchability and egg quality." *J. Nutr.* 131 (2001): 800-806.
- 14 Peters J. M., Park Y., Gonzalez F. J., et al. "Influence of conjugated linoleic acid on body composition and target gene expression in peroxisome proliferator-activated receptor alpha-null mice." *Biochim. Biophys. Acta* 1533 (2001): 233-242.
- 15 Ntambi J. M., Choi Y., Park Y., et al. "Effect of conjugated linoleic acid (CLA) on immune responses, body composition and stearoyl-CoA desaturase." *Can. J. Appl. Physiol.* 27 (2002): 617-627.
- 16 Ip C., Chin S. F., Scimeca J. A., et al. "Mammary cancer prevention by conjugated dienoic derivative of linoleic acid." *Cancer Res.* 51 (1991): 6118-6124.
- 17 Ip C., Cheng J., Thompson H. J., et al. "Retention of conjugated linoleic acid in the mammary gland is associated with tumor inhibition during the post-initiation phase of carcinogenesis." *Carcinogenesis* 18 (1997): 755-759.
- 18 Yaukey J. "Changing cows' diets elevates milks' cancer-fighting." *Ithaca Journal* November 12, 1996: 1.
- 19 Belury M. A. "Inhibition of carcinogenesis by conjugated linoleic acid: potential mechanisms of action." *J. Nutr.* 132 (2002): 2995-2998.
- 20 Ip C., Banni S., Angioni E., et al. "Conjugated linoleic acid-enriched butter fat alters mammary gland morphogenesis and reduces cancer risk in rats." *J. Nutr.* 129 (1999): 2135-2142.
- 21 Griinari J. M., Corl B. A., Lacy S. H., et al. "Conjugated linoleic acid is synthesized endogenously in lactating dairy cows by D9-desaturase." *J. Nutr.* 130 (2000): 2285-2291.

- 22 Ip C., Dong Y., Thompson H. J., et al. "Control of rat mammary epithelium proliferation by conjugated linoleic acid." *Nutr. Cancer* 39 (2001): 233-238.
- 23 Ip C., Dong Y., Ip M. M., et al. "Conjugated linoleic acid isomers and mammary cancer prevention." *Nutr. Cancer* 43 (2002): 52-58.
- 24 Giovannucci E. "Insulin and colon cancer." *Cancer Causes and Control* 6 (1995): 164-179.
- 25 Mills P. K., Beeson W. L., Phillips R. L., et al. "Cohort study of diet, lifestyle, and prostate cancer." *Cancer* 64 (1989): 598-604.
- 26 Толкование понятия «ликопен» см. на сайте www.ncbi.nlm.nih.gov.
- 27 Christian M. S., Schulte S., and Hellwig J. "Developmental (embryo-fetal toxicity/teratogenicity) toxicity studies of synthetic crystalline lycopene in rats and rabbits." *Food Chem. Toxicol.* 41 (2003): 773-783.
- 28 Giovannucci E., Rimm E., Liu Y., et al. "A prospective study of tomato products, lycopene, and prostate cancer risk." *J. Nat. Cancer Inst.* 94 (2002): 391-398.
- 29 Gann P. H., and Khachik F. "Tomatoes or lycopene versus prostate cancer: is evolution anti-reductionist?" *J. Nat. Cancer Inst.* 95 (2003): 1563-1565.
- 30 Tucker G. "Nutritional enhancement of plants." *Curr. Opin.* 14 (2003): 221-225.
- 31 He Y. Effects of carotenoids and dietary carotenoid extracts on aflatoxin B1-induced mutagenesis and hepatocarcinogenesis. Ithaca, NY: Cornell University, PhD Thesis, 1990.
- 32 He Y., and Campbell T. C. "Effects of carotenoids on aflatoxin B1-induced mutagenesis in *S. typhimurium* TA 100 and TA 98." *Nutr. Cancer* 13 (1990): 243-253.
- 33 Kotecha R., Takami A., and Espinoza J. L. Dietary phytochemicals and cancer chemoprevention: a review of the clinical evidence. *Oncotarget* (2016, May 25).
- 34 Gontero, P., et al. A randomized double-blind placebo controlled phase I-II study on clinical and molecular effects of dietary supplements in men with precancerous prostatic lesions. Chemoprevention or "chemopromotion"? *Prostate* 75 (2015): 1177-1186.
- 35 Министерство сельского хозяйства США, «База данных продуктов питания» / U.S. Department of Agriculture. "USDA Nutrient Database for Standard Reference." Washington, DC: U.S. Department of Agriculture, Agriculture Research Service, 2002. На сайте ndb.nal.usda.gov/.
- 36 Eberhardt M. V., Lee C. Y., and Liu R. H. "Antioxidant activity of fresh apples." *Nature* 405 (2000): 903-904.

Глава 16

- 1 Совет по продовольствию и питанию, Институт медицины, «Стандарты потребления энергии, углеводов, клетчатки, жира, жирных кислот, холестерина, белков и аминокислот (макроэлементов)» / Food and Nutrition Board, and Institute of Medicine. "Dietary reference intakes for energy, carbohydrates, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein, and amino acids (macronutrients)." Washington, DC: National Academy Press, 2002. На сайте www.nap.edu/catalog/10490/dietary-reference-intakes-for-energy-carbohydrate-fiber-fat-fatty-acids-cholesterol-protein-and-amino-acids-macronutrients.
- 2 Национальная академия наук. Пресс-релиз «Новые ориентиры питания и физической активности с целью снижения риска возникновения хронических заболеваний» / National Academy of Sciences. Press Release. "Report offers new eating and physical activity targets to reduce chronic disease risk." 5 сентября 2002 г.

ПРИМЕЧАНИЯ

- Washington, DC: National Research Council, Institute of Medicine. На сайте www.nationalacademies.org/onpinews/newsitem.aspx?RecordID=10490.
- 3 Wegmans Company. "Recipe and nutrient facts." Информация по состоянию на 2003 г. На сайте www.wegmans.com.
 - 4 Министерство сельского хозяйства США, «База данных продуктов питания» / "USDA Nutrient Database for Standard Reference." Washington, DC: U.S. Department of Agriculture, Agriculture Research Service, 2002. На сайте www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp.
 - 5 Рекомендованная суточная норма выражается как единичное количество белка, то есть 0,8 г протеина на каждый килограмм массы тела. При дневной норме 2200 ккал для человека весом 70 кг эти 0,8 г составляют около 10–11% от общего количества калорий: $70 \text{ кг} \times 0,8 \text{ г/кг} \times 4 \text{ ккал/г} \times 1 / 2200 \text{ ккал} \times 100 = 10,2\%$.
 - 6 Wright J. D., Kennedy-Stephenson J, Wang CY, et al. "Trends in Intake of Energy and Macronutrients — United States, 1971–2000." *MMWR* 53 (6 февраля 2004 г.): 80–82.
 - 7 Boseley S. "Sugar industry threatens to scupper WHO." *The Guardian* 21 апреля 2003 г.
 - 8 Brundtland G. H. "Sweet and sour; The WHO is accused by the sugar industry of giving unscientific nutrition advice. But its recommendations are based on solid evidence, says Gro Harlem Brundtland." *New Scientist*, 3 мая, 2003: 23.
 - 9 Международный институт биологических наук / International Life Sciences Institute. ILSI North America. Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г. На сайте www.ilsina.org.
 - 10 Kursban M. "Commentary: conflicted panel makes for unfit guidelines." Physicians Committee for Responsible Medicine (Комитет врачей за ответственную медицину). Информация по состоянию на июнь 2003 г. На сайте www.pcrm.org/health/commentary/commentary0004.html.
 - 11 Chaitowitz S. "Court rules against USDA's secrecy and failure to disclose conflict of interest in setting nutrition policies." Physicians Committee for Responsible Medicine (Комитет врачей за ответственную медицину). Информация по состоянию на 27 января 2004 г. На сайте www.pcrm.org/news/health001002.html.
 - 12 В течение нескольких лет я был членом научно-консультативного совета Комитета врачей за ответственную медицину.
 - 13 Совет по продовольствию и питанию, Институт медицины, «Стандарты потребления энергии, углеводов, клетчатки, жира, жирных кислот, холестерина, белков и аминокислот (макроэлементов)» / National Academy of Sciences, and Institute of Medicine. "Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrates, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids [основные положения]." Washington, DC: National Academy Press, сентябрь 2002 г.
 - 14 Служба продовольствия и питания Министерства сельского хозяйства США, «Сводка основных программ последнего месяца» / "Summary of Major Programs for Latest Available Month." Alexandria, VA: Food and Nutrition Service, 5 августа 2016 г. На сайте www.fns.usda.gov/sites/default/files/pd/currentsum.xls.
 - 15 Служба продовольствия и питания Министерства сельского хозяйства США, «Специальная программа обеспечения дополнительного питания для женщин и детей грудного и раннего возраста — участие государства по категориям и расходам» / U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service. "WIC Program: Monthly Data—State Level Participation by Category and Program Costs,

- FY 2014 (Final).” Alexandria, VA: Food and Nutrition Service, 5 августа 2016 г. На сайте www.fns.usda.gov/sites/default/files/pd/WICAgencies2014ytd.xls.
- 16 Национальные институты здравоохранения. Февраль 2004 г. / National Institutes of Health. February 2004. На сайте www.nih.gov.
 - 17 Национальные институты здравоохранения, «План работы на 2016 г.» / National Institutes of Health “Operating Plan for FY 2016.” Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте officeofbudget.od.nih.gov/pdfs/FY17/FY%202016%20NIH%20Operating%20Plan%20Posting.pdf.
 - 18 Национальные институты здравоохранения, «Оценки финансирования исследований различных состояний и категорий заболеваний» / “Estimates of Funding for Various Research, Condition, and Disease Categories (RCDC).” Bethesda, MD: National Institutes of Health, 10 февраля 2016 г. На сайте report.nih.gov/categorical_spending.aspx.
 - 19 Расчеты на основе данных в таблице примечания 18.
 - 20 Национальный институт онкологии США, «Вопросы и ответы по итогам 1999 г.» / National Cancer Institute. “FY 1999 Questions and Answers provided for the record for the FY 1999 House Appropriations Subcommittee.” 15 июля 2003 г. На сайте www3.cancer.gov/admin/fmb/1999Q (в формате htm).
 - 21 Национальный институт онкологии США, «Утверждение стратегии на 2001 г. в Конгрессе» / National Cancer Institute. FY 2001 Congressional Justification. Информация по состоянию на 2 марта 2004 г. На сайте www3.cancer.gov/admin/fmb/index.html.
 - 22 Angell M. “The pharmaceutical industry—to whom is it accountable?” *New Engl. J. Med.* 342 (2000): 1902-1904.
 - 23 Национальный институт онкологии США, «Утверждение стратегии на 2004 г. в Конгрессе» / National Cancer Institute. FY 2004 Congressional Justification. Информация по состоянию на 2003 г. На сайте www3.cancer.gov/admin/fmb/index/html.
 - 24 Demas A. Food Education in the Elementary Classroom as a Means of Gaining Acceptance of Diverse Low Fat Foods in the School Lunch Program [Диссертация на соискание докторской степени]. Ithaca, NY: Cornell University, 1995: 325 pp.
 - 25 Консультативный комитет по диетическим рекомендациям, «Научный доклад за 2015 год» / Dietary Guidelines Advisory Committee. “Scientific Report of the 2015 Dietary Guidelines Advisory Committee: Part A. Executive Summary.” Rockville, MD: Office of Disease Prevention and Health Promotion. Информация по состоянию на 27 августа 2016 г. На сайте health.gov/dietaryguidelines/2015-scientific-report/02-executive-summary.asp.
 - 26 Thune J., et al. Letter to The Honorable Sylvia Matthews Burwell and The Honorable Thomas J. Vilsack. 12 марта 2015 г. На сайте www.agri-pulse.com/Uploaded/DietaryGuidelinesLetter03122015.pdf.
 - 27 Hartzler V. Letter to The Honorable Thomas J. Vilsack and The Honorable Sylvia Matthews Burwell. 31 марта 2015 г. На сайте health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020_Dietary_Guidelines.pdf.
 - 28 Научный центр защиты общественных интересов, «Общественное питание в Конгрессе: как интересы крупных продовольственных и сельскохозяйственных компаний влияют на Конгресс и подрывают общественное здоровье» / Center for Science in the Public Interest. “Congressional Catering: How Big Food and Agricultural

- Special Interests Wield Influence in Congress and Undermine Public Health.” июнь 2015 г. На сайте cspinet.org/new/pdf/riders-dga-campaign-analysis-report.pdf.
- 29 Министерство здравоохранения и социальных служб США и Министерство сельского хозяйства США, «Рекомендации по питанию для американцев на 2015-2020» / 2015-2020 Dietary Guidelines for Americans (8-е издание). Washington, DC: декабрь 2015 г. На сайте health.gov/dietaryguidelines/2015/resources/2015-2020_Dietary_Guidelines.pdf.

Глава 17

- 1 Austoker J. “The ‘treatment of choice’: breast cancer surgery 1860-1985.” *Soc. Soc. Hist. Med. Bull* (London) 37 (1985): 100-107.
- 2 Naifeh S. W. *The Best Doctors in America, 1994-1995*. Aiken, SC: Woodward & White, 1994.
- 3 McDougall J. A., and McDougall M. A. *The McDougall Plan*. Clinton, NJ: New Win Publishing, Inc., 1983.
- 4 Комитет по диетологии в медицинском образовании, «Диетологическое образование в медицинских школах США» / Committee on Nutrition in Medical Education. “Nutrition Education in U.S. Medical Schools.” Washington, DC: National Academy of Sciences, 1985.
- 5 White P. L., Johnson O. C., and Kibler M. J. “Council on Foods and Nutrition, American Medical Association — its relation to physicians.” *Postgraduate Med.* 30 (1961): 502-507.
- 6 Lo C. “Integrating nutrition as a theme throughout the medical school curriculum.” *Am. J. Clin. Nutr.* 72 (Suppl) (2000): 882S-889S.
- 7 Pearson T. A., Stone E. J., Grundy S. M., et al. “Translation of nutrition science into medical education: the Nutrition Academic Award Program.” *Am. J. Clin. Nutr.* 74 (2001): 164-170.
- 8 Kessler W. J. “Appendix F: Testimony of the American Medical Student Association.” Washington, DC: National Academy of Sciences, 1985.
- 9 Zeisel S. H., and Plaisted C. S. “CD-ROMs for Nutrition Education.” *J. Am. Coll. Nutr.* 18 (1999): 287.
- 10 Два из трех авторитетных агентств также финансировали эту программу, но подозреваю, что управляющие этих агентств сочли необходимым связаться с проектом в медицинском образовании для своих личных целей, независимо от темного списка других организаций.
- 11 Питание в медицине / Nutrition in Medicine. Информация по состоянию на 30 сентября 2016 г., на сайте nutritioninmedicine.org/portal/.
- 12 Weinsier R. L., Boker J. R., Brooks C. M., et al. “Nutrition training in graduate medical (residency) education: a survey of selected training programs.” *Am. J. Clin. Nutr.* 54 (1991): 957-962.
- 13 Young E. A. “National Dairy Council Award for Excellence in Medical/Dental Nutrition Education Lecture, 1992: perspectives on nutrition in medical education.” *Am. J. Clin. Nutr.* 56 (1992): 745-751.
- 14 Kushner R. F. “Will there be a tipping point in medical nutrition education?” *Am. J. Clin. Nutr.* 77 (2003): 288-291.
- 15 Angell M. “Is academic medicine for sale?” *New Engl. J. Med.* 342 (2000): 1516-1518.
- 16 Moynihan R. “Who pays for the pizza? Redefining the relationships between doctors and drug companies 1: Entanglement.” *BMJ* 326 (2003): 1189-1192.
- 17 Moynihan R. “Who pays for the pizza? Redefining the relationships between doctors and drug companies. 2. Disentanglement.” *BMJ* 326 (2003): 1193-1196.

- 18 Avorn J., Chen M., & Hartley R. "Scientific versus commercial sources of influence on the prescribing behavior of physicians." *Am. J. Med.* 73 (1982): 4-8.
- 19 Lurie N., Rich E. C., Simpson D. E., et al. "Pharmaceutical representatives in academic medical centers: interaction with faculty and housestaff." *J. Gen. Intern. Med.* 5 (1990): 240-243.
- 20 Steinman M. A., Shlipak M. G., & McPhee S. J. "Of principles and pens: attitudes and practices of medicine housestaff toward pharmaceutical industry promotions." *Am. J. Med.* 110 (2001): 551-557.
- 21 Lexchin J. "Interactions between physicians and the pharmaceutical industry: what does the literature say?" *Can. Med. Assoc. J.* 149 (1993): 1401-1407.
- 22 Lexchin J. "What information do physicians receive from pharmaceutical representatives?" *Can. Fam. Physician* 43 (1997): 941-945.
- 23 Baird P. "Getting it right: industry sponsorship and medical research." *Can. Med. Assoc. Journ.* 168 (2003): 1267-1269.
- 24 Smith R. "Medical journals and pharmaceutical companies: uneasy bedfellows." *BMJ* 326 (2003): 1202-1205.
- 25 Chopra S. S. "Industry funding of clinical trials: benefit or bias?" *JAMA* 290 (2003): 113-114.
- 26 Healy D. "In the grip of the python: conflicts at the university-industry interface." *Sci. Engineering Ethics* 9 (2003): 59-71.
- 27 Olivieri N. F. "Patients' health or company profits? The commercialization of academic research." *Sci. Engineering Ethics* 9 (2003): 29-41.
- 28 Johnson L. "Schools report research interest conflicts." *Ithaca Journal*, 24 октября 2002 г.: 3A.
- 29 Agovino T. "Prescription use by children multiplying, study says." *Ithaca Journal*, September 19, 2002: 1A.
- 30 Associated Press. "Survey: many guidelines written by doctors with ties to companies." *Ithaca Journal*, 12 февраля 2002 г.
- 31 Weiss R. "Correctly prescribed drugs take heavy toll; millions affected by toxic reactions." *Washington Post*, 15 апреля 1998 г.: A01.
- 32 Lasser K. E., Allen P. D., Woolhandler S. J., et al. "Timing of new black box warnings and withdrawals for prescription medications." *JAMA* 287 (2002): 2215-2220.
- 33 Lazarou J., Pomeranz B., and Corey P. N. "Incidence of adverse drug reactions in hospitalized patients." *JAMA* 279 (1998): 1200-1205.
- 34 Adams K. M., Kohlmeier M., Zeisel S. H. "Nutrition education in U.S. medical schools: latest update of a national survey." *Acad. Med.* 85 (2010): 1537-1542.
- 35 Giacomino B., Cram P., Vaughan-Sarrazin M., Girotra S. "Abstract 208: Association of hospital prices for coronary artery bypass graft surgery with hospital quality and reimbursement." *Circulation: Cardiovascular Quality and Outcomes* 8 (2015): A208 (poster session).
- 36 Shanafelt T. D., Hasan O., Dyrbye L. N., et al. "Changes in Burnout and Satisfaction With Work-Life Balance in Physicians and the General US Working Population Between 2011 and 2014." *Mayo Clin. Proc.* 90 (2015): 1600-1613.

Глава 18

- 1 Национальный центр образовательной статистики, «Основные факты» / "Fast Facts." Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте nces.ed.gov/fastfacts/.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 2 Национальные институты здравоохранения, «О Национальных институтах здравоохранения. Чем мы занимаемся. Бюджет» / National Institutes of Health. “About NIH: What We Do: Budget.” 4 апреля 2016 г. Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте www.nih.gov/about-nih/what-we-do/budget.
- 3 Министерство сельского хозяйства США, Национальный институт продовольствия и сельского хозяйства, «Расширение» / U.S. Department of Agriculture, National Institute of Food and Agriculture. “Extension.” Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте nifa.usda.gov/extension.
- 4 Центр СМИ и демократии / Center for Media and Democracy. “SourceWatch: Physicians Committee for Responsible Medicine: Court Rules against USDA Secrecy & Conflicts of Interest.” Последнее обновление 12 марта 2015 г. Информация по состоянию на 3 сентября 2016 г., на сайте www.sourcewatch.org/index.php/Physicians_Committee_for_Responsible_Medicine#Court_rules_against_USDA_secrecy_26_conflicts_of_interest.
- 5 Национальный ученый совет, «Диета, питание и рак» / National Research Council. Diet, Nutrition, and Cancer. Washington, DC: National Academy Press, 1982.
- 6 Kingkade T. “Tenure decline: Inside Higher Ed survey finds provosts relying on non-tenured faculty.” Huffington Post, 23 января 2013 г. На сайте www.huffingtonpost.com/2013/01/23/tenure-decline_n_2537418.html.
- 7 Pankin R., and Weiss C. “Part-time faculty in higher education: a selected annotated bibliography.” DigitalCommons@Providence. Публикации факультета социологии, 1 октября 2011 г. На сайте digitalcommons.providence.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=sociology_fac.
- 8 Washburn J. “Science’s worst enemy: corporate funding.” DiscoverMagazine.com, 11 октября 2007 г. На сайте discovermagazine.com/2007/oct/sciences-worst-enemy-private-funding.
- 9 Ассоциация американских колледжей и университетов, «Научное свободомыслие и педагогическая ответственность» / Association of American Colleges & Universities. “Academic freedom and educational responsibility.” 6 января 2006 г. На сайте www.aacu.org/about/statements/academic-freedom.

Глава 19

- 1 Macilwain G. The General Nature and Treatment of Tumors. London: John Churchill, 1845.
- 2 Williams H. The Ethics of Diet. A Catena of Authorities Deprecatory of the Practice of Flesh-Eating. London: F. Pitman, 1883.
- 3 Бюро переписи населения США «Прогноз прироста населения США по часам» / U.S. Census Bureau. “U.S. Popclock Projection.” март 2004 г. На сайте www.census.gov/cgi-bin/popclock.
- 4 Центры по контролю и профилактике заболеваний США / Centers for Disease Control. “Prevalence of adults with no known risk factors for coronary heart disease — behavioral risk factor surveillance system, 1992.” MMWR 43 (4 февраля 1994 г.): 61–63, 69.
- 5 Kaufman D. W., Kelly J. P., Rosenberg L., et al. “Recent patterns of medication use in the ambulatory adult population of the United States: the Slone survey.” JAMA 287 (2002): 337–344.
- 6 Flegal K. M., Carroll M. D., Ogden C. L., et al. “Prevalence and trends in obesity among U.S. adults, 1999–2000.” JAMA 288 (2002): 1723–1727.

- 7 Американская кардиологическая ассоциация «Высокий уровень холестерина и других липидов в крови — статистика» / American Heart Association. “High blood cholesterol and other lipids — statistics.” март 2004 г. На сайте www.americanheart.org/presenter.jhtml?identifier=2016.
- 8 Wolz M., Cutler J., Roccella E. J., et al. “Statement from the National High Blood Pressure Education Program: prevalence of hypertension.” *Am. J. Hypertens.* 13 (2000): 103-104.
- 9 Lucas J. W., Schiller J. S., and Benson V. “Summary health statistics for U.S. Adults: National Health Interview Survey, 2001.” National Center for Health Statistics. *Vital Health Stat.* 10 (218). 2004
- 10 Robbins J. *The Food Revolution*. Berkeley, CA: Conari Press, 2001.
- 11 Я советую прочесть работу Джона Роббинса «Революция в питании» (John Robbins *The Food Revolution*), которая убедительно показывает связь между вашей диетой и экологией.
- 12 Всемирная организация здравоохранения, «Доклад о состоянии здравоохранения в мире за 1997 г.: пресс-релиз. Гуманитарные и социальные последствия хронических заболеваний будут нарастать, если не заниматься ими сейчас, считает генеральный директор ВОЗ» / World Health Organization. “The World Health Report 1997: Press Release. Human and social costs of chronic diseases will rise unless confronted now, WHO Director-General says.” Geneva, Switzerland: World Health Organization, 1997. На сайте www.who.int/whr2001/2001/archives/1997/presse.htm.
- 13 Ornish D., Brown S. E., Scherwitz L. W., et al. “Can lifestyle changes reverse coronary heart disease?” *Lancet* 336 (1990): 129-133; Esselstyn C. B., Ellis S. G., Medendorp S. V., and Crowe T. D. “A strategy to arrest and reverse coronary artery disease: a 5-year longitudinal study of a single physician’s practice.” *J. Family Practice* 41 (1995): 560-568.
- 14 Vegetarian Resource Group. “How Many Vegetarians Are There?” март 2004 г. На сайте www.vrg.org/journal/vj2003issue3/vj2003issue3poll.htm.
- 15 Herman-Cohen V. “Vegan revolution.” *Ithaca Journal* (reprinted from *LA Times*), 11 августа 2003 г.: 12A.
- 16 Sabate J., Duk A., and Lee C. L. “Publication trends of vegetarian nutrition articles in biomedical literature, 1966-1995.” *Am. J. Clin. Nutr.* 70 (Suppl) (1999): 601S-607S.

Приложение А

- 1 Boyd J. N., Misslbeck N., Parker R. S., et al. “Sucrose enhanced emergence of aflatoxin B1 (AFB1) induced GGT positive rat hepatic cell foci.” *Fed. Proc.* 41 (1982): 356 Abst.
- 2 Tannenbaum A., and Silverstone H. “Nutrition in relation to cancer.” *Adv. Cancer Res.* 1 (1953): 451-501.
- 3 Youngman L. D. *The growth and development of aflatoxin B1-induced preneoplastic lesions, tumors, metastasis, and spontaneous tumors as they are influenced by dietary protein level, type, and intervention*. Ithaca, NY: Cornell University (диссертация на соискание докторской степени), 1990.
- 4 Youngman L. D., and Campbell T. C. “Inhibition of aflatoxin B1-induced gamma-glutamyl transpeptidase positive (GGT+) hepatic preneoplastic foci and tumors by low protein diets: evidence that altered GGT+ foci indicate neoplastic potential.” *Carcinogenesis* 13 (1992): 1607-1613.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 5 Horio F., Youngman L. D., Bell R. C., et al. "Thermogenesis, low-protein diets, and decreased development of AFB1-induced preneoplastic foci in rat liver." *Nutr. Cancer* 16 (1991): 31-41.
- 6 Bell R. C., Levitsky D. A., and Campbell T. C. "Enhanced thermogenesis and reduced growth rates do not inhibit GGT+ hepatic preneoplastic foci development." *FASEB J.* 6 (1992): 1395 Abs.
- 7 Miller D. S., and Payne P. R. "Weight maintenance and food intake." *J. Nutr.* 78 (1962): 255-262.
- 8 Stirling J. L., and Stock M. J. "Metabolic origins of thermogenesis by diet." *Nature* 220 (1968): 801-801.
- 9 Donald P., Pitts G. C., and Pohl S. L. "Body weight and composition in laboratory rats: effects of diets with high or low protein concentrations." *Science* 211 (1981): 185-186.
- 10 Rothwell N. J., Stock M. J., and Tyzbit R. S. "Mechanisms of thermogenesis induced by low protein diets." *Metabolism* 32 (1983): 257-261.
- 11 Rothwell N. J., and Stock M. J. "Influence of carbohydrate and fat intake on diet-induced thermogenesis and brown fat activity in rats fed low protein diets." *J. Nutr.* 117 (1987): 1721-1726.
- 12 Krieger E., Youngman L. D., and Campbell T. C. "The modulation of aflatoxin (AFB1) induced preneoplastic lesions by dietary protein and voluntary exercise in Fischer 344 rats." *FASEB J.* 2 (1988): 3304 Abs.

Приложение Б

- 1 Chen J., Campbell T. C., Li J., et al. *Diet, Life-style and Mortality in China. A Study of the Characteristics of 65 Chinese Counties.* Oxford, UK; Ithaca, NY; Beijing, PRC: Oxford University Press; Cornell University Press; People's Medical Publishing House, 1990.
- 2 Уровень смертности составлял 82, но примерно треть случаев одного и того же заболевания повторялась у людей другого возраста.
- 3 Это также означает, что очень мало или совсем нет полезных данных при включении показателей всех людей в округе. Есть только один показатель заболевания для каждого округа; при этом необходимо иметь только один показатель для любой из переменных для сопоставления с индикатором заболеваемости.
- 4 Piazza A. *Food Consumption and Nutritional Status in the People's Republic of China.* London: Westview Press, 1986.
- 5 Messina M., and Messina V. *The Dietitian's Guide to Vegetarian Diets. Issues and Applications.* Gaithersburg, MD: Aspen Publishers, Inc., 1996.

Приложение В

- 1 Holick M. F. В: М. Е. Shils, J. A. Olson, М. Shike, and А. С. Ross (eds.). *Modern Nutrition in Health and Disease*, 9-е издание, 329-345. Baltimore: Williams and Wilkins, 1999.
- 2 Barger-Lux M. J., Heaney R., Dowell S., et al. "Vitamin D and its major metabolites: serum levels after graded oral dosing in healthy men." *Osteoporosis Int.* 8 (1998): 222-230.
- 3 Биологический период полувыведения витамина D составляет 10-19 дней, то есть за это время он теряет половину своей силы.

- 4 Colston K. W., Berger U., and Coombes R. C. "Possible role for vitamin D in controlling breast cancer cell proliferation." *Lancet* 1 (1989): 188-191.
- 5 Nieves J., Cosman F., Herbert J., et al. "High prevalence of vitamin D deficiency and reduced bone mass in multiple sclerosis." *Neurology* 44 (1994): 1687-1692.
- 6 Al-Qadreh A., Voskaki I., Kassiou C., et al. "Treatment of osteopenia in children with insulin-dependent diabetes mellitus: the effect of 1-alpha hydroxyvitamin D3." *Eur. J. Pediatr.* 155 (1996): 15-17.
- 7 Cantorna M. T., Hayes C. E., and DeLuca H.F. "1,25-Dihydroxyvitamin D3 reversibly blocks the progression of relapsing encephalomyelitis, a model of multiple sclerosis." *Proc. National Acad. Sci.* 93 (1996): 7861-7864.
- 8 Rozen F., Yang X.-F., Huynh H., et al. "Antiproliferative action of vitamin D-related compounds and insulin-like growth factor-binding protein 5 accumulation." *J. Nat. Cancer Inst.* 89 (1997): 652-656.
- 9 Cosman F., Nieves J., Komar L., et al. "Fracture history and bone loss in patients with MS." *Neurology* 51 (1998): 1161-1165.
- 10 Giovannucci E., Rimm E., Wolk A., et al. "Calcium and fructose intake in relation to risk of prostate cancer." *Cancer Res.* 58 (1998): 442-447.
- 11 Peehl D.M., Krishnan A. V., and Feldman D. "Pathways mediating the growth-inhibitory action of vitamin D in prostate cancer." *J. Nutr.* 133 (Suppl) (2003): 2461S-2469S.
- 12 Zella J. B., McCary L. C., and DeLuca H. F. "Oral administration of 1,25-dihydroxyvitamin D3 completely protects NOD mice from insulin-dependent diabetes mellitus." *Arch. Biochem Biophys.* 417 (2003): 77-80.
- 13 Davenport C. B. "Multiple sclerosis from the standpoint of geographic distribution and race." *Arch. Neurol. Psychiatry* 8 (1922): 51-58.
- 14 Alter M., Yamoore M., and Harshe M. "Multiple sclerosis and nutrition." *Arch. Neurol.* 31 (1974): 267-272.
- 15 Van der Mei I. A., Ponsonby A. L., Blizzard L., et al. "Regional variation in multiple sclerosis prevalence in Australia and its association with ambivalent ultraviolet radiation." *Neuroepidemiology* 20 (2001): 168-174.
- 16 McLeod J. G., Hammond S. R., and Hallpike J. F. "Epidemiology of multiple sclerosis in Australia. With NSW and SA survey results." *Med. J. Austr.* 160 (1994): 117-122.
- 17 Holick M. F. "Vitamin D: a millennium perspective." *J. Cell. Biochem.* 88 (2003): 296-307.
- 18 MacLaughlin J. A., Gange W., Taylor D., et al. "Cultured psoriatic fibroblasts from involved and uninvolved sites have a partial, but not absolute resistance to the proliferation- inhibition activity of 1,25-dihydroxyvitamin Ds." *Proc. National Acad. Sci.* 52 (1985): 5409-5412.
- 19 Goldberg P., Fleming M. C., and Picard E. H. "Multiple sclerosis: decreased relapse rate through dietary supplementation with calcium, magnesium and vitamin D." *Med. Hypoth.* 21 (1986): 193-200.
- 20 Andjelkovic Z., Vojinovic J., Pejnovic N., et al. "Disease modifying and immunomodulatory effects of high dose 1a(OH)D3 in rheumatoid arthritis patients." *Clin. Exp. Rheumatol.* 17 (1999): 453-456.
- 21 Hypponen E., Laara E., Reunanen A., et al. "Intake of vitamin D and risk of Type 1 diabetes: a birth-cohort study." *Lancet* 358 (2001): 1500-1503.

ПРИМЕЧАНИЯ

- 22 Breslau N.A., Brinkley L., Hill K. D., et al. "Relationship of animal protein-rich diet to kidney stone formation and calcium metabolism." *J. Clin. Endocrinol. Metab.* 66 (1988): 140-146.
- 23 Langman C. B. "Calcitriol metabolism during chronic metabolic acidosis." *Semin. Nephrol.* 9 (1989): 65-71.
- 24 Chan J. M., Giovannucci E. L., Andersson S.-O., et al. "Dairy products, calcium, phosphorus, vitamin D, and risk of prostate cancer (Sweden)." *Cancer Causes and Control* 9 (1998): 559-566.
- 25 Byrne P. M., Freaney R., and McKenna M. J. "Vitamin D supplementation in the elderly: review of safety and effectiveness of different regimes." *Calcified Tissue Int.* 56 (1995): 518-520.
- 26 Agranoff B. W., and Goldberg D. "Diet and the geographical distribution of multiple sclerosis." *Lancet* 2 (2 ноября 1974 г.): 1061-1066.
- 27 Akerblom H. K., Vaarala O., Hyoty H., et al. "Environmental factors in the etiology of Type 1 diabetes." *Am. J. Med. Genet. (Semin. Med. Genet.)* 115 (2002): 18-29.
- 28 Chan J. M., Stampfer M. J., Ma J., et al. "Insulin-like growth factor-I (IGF-I) and IGF binding protein 3 as predictors of advanced-stage prostate cancer." *J. Natl. Cancer Inst.* 94 (2002): 1099-1109.
- 29 Cohen P., Peehl D. M., and Rosenfeld R. G. "The IGF axis in the prostate." *Horm. Metab. res.* 26 (1994): 81-84.
- 30 Doi S. Q., Rasaiah S., Tack I., et al. "Low-protein diet suppresses serum insulin-like growth factor 1 and decelerates the progression of growth hormone-induced glomerulosclerosis." *Am. J. Nephrol.* 21 (2001): 331-339.
- 31 Heaney R. P., McCarron D. A., Dawson-Hughes B., et al. "Dietary changes favorably affect bone remodeling in older adults." *J. Am. Diet. Assoc.* 99 (1999): 1228-1233.
- 32 Allen N. E., Appleby P. N., Davey G. K., et al. "Hormones and diet: low insulin-like growth factor-I but normal bioavailable androgens in vegan men." *Brit. J. Cancer* 83 (2000): 95-97.

Об авторах

Уже более 40 лет Колин Кэмпбелл находится на переднем крае науки о питании. Его работа «Китайское исследование» — самое полное за всю историю изучение взаимосвязи здоровья и питания. Доктор Кэмпбелл — почетный профессор биохимии питания Корнелльского университета. Он получил гранты на более чем 70 лет исследований и опубликовал свыше 300 научных работ. «Китайское исследование» стало кульминацией двадцатилетнего партнерства Корнелльского университета, Оксфордского университета и Китайской академии профилактической медицины.

Томас Кэмпбелл — один из создателей и клинический директор программы питания в области медицины в Медицинском центре Рочестерского университета. Будучи сертифицированным семейным врачом, Томас Кэмпбелл занимает должность директора по медицине в Центре диетологии Колина Кэмпбелла. Окончил Корнелльский университет, автор «Китайского исследования на практике».

Предметный указатель

- 7,12-диметилбензантрацен (ДВМА) 83
60 Minutes (телепередача) 60
- адвентисты седьмого дня 181, 400,
402
- академические круги 372, 374, 411, 413
- акриламид 282
- алар 60, 64, 282, 464
- алкоголь 45, 181, 197, 200, 336, 337, 339, 381,
424
- альтернативная медицина 285, 410
- Американская ассоциация диabetологов
183
- Американская кардиологическая
ассоциация 29, 151, 161
- Американский институт мясной отрасли
349
- Американский институт онкологиче-
ских исследований, AICR 19, 189,
316-320, 322, 350
- Американское онкологическое общество
19, 26, 317, 319, 322, 426
- амизол 61
- аминокислоты 44, 46-48, 223-226, 262, 271,
272, 368
- аналитические обзоры 340
- ангиопластика 149, 152, 155, 160, 161
- Андерсон, Джеймс 183
- антигены 214, 219, 223-226
- антиоксиданты 16, 84, 85, 112-114, 119, 128,
139, 254-258, 260, 261, 274, 277, 344,
361, 362, 431, 433
- апельсины 360-363
- арахис и арахисовое масло 50-52, 61
- артрит 40, 113, 221, 222, 235, 238-240, 270,
284, 394, 403, 450
- аскорбиновая кислота 113, 271
- Ассоциация производителей говядины
358, 392
- Ассоциация сахара 370
- атеросклероз 144, 147, 233, 369, 388
- атеросклеротические бляшки 138-140
- атлас раковых заболеваний 88-91, 94
- аутоиммунные заболевания 15, 20, 177,
216-218, 221, 222, 224, 225, 234, 235,
238-242, 284, 354, 430 *см. также*
диабет; рассеянный склероз
- научные исследования
заинтересованность промышленности,
финансирование и влияние
398
- афлатоксин 17-19, 38, 283, 307
- белок 64, 65, 68-72
- в арахисе и арахисовом масле 50, 52
- в кукурузе 52
- дети 50
- низкобелковая диета 68, 70
- развитие опухоли 79-81, 84
- развитие очагов 72-74
- рак легких 55
- связь с ДНК 66, 67, 70, 71
- Бауман, Дейл 357, 358, 360
- бедность, болезни *см.* болезни бедных
- белки 45-47
- белок
- аминокислоты 46, 47
- афлатоксин 69-71, 73, 75-77
- в Индии 64
- канцерогены 66, 70
- качество 46, 47, 125, 126
- мясо 43

- научные исследования 439 *см. также*
 высокобелковая диета; глютен;
 животный белок; казеин; низко-
 белковая диета; растительный
 белок; соевый белок
- на Филиппинах 50
- о нем 43, 44
- правительственные рекомендации
 по питанию 76, 312, 314, 366–369
- развитие очагов 72, 74–77
- развитие рака 53, 69, 70, 83, 84
- размер тела 125, 126
- рак печени 18, 53, 64, 65
- уровень холестерина в крови 99
- ферменты 70
- бета-амилоид 259, 262, 263
- бета-каротин 93, 112–115, 261, 274, 277, 278,
 323, 433
- биомаркеры 38, 108, 110, 113, 114, 161, 250,
 430, 442
- болезни бедных 94, 95, 126
- болезни богатых 94, 95, 126, 128, 133, 214,
 228, 238, 281, 334, 385, 428 *см. также*
 специфические заболевания
- болезни западного мира *см. болезни*
 богатых
- болезни сердца *см. сердечно-сосудистые*
 заболевания
- болезнь Альцгеймера 15, 20, 30, 40, 133,
 134, 243, 259–264, 266, 269, 369, 428,
 431 *см. также* когнитивное нару-
 шение
- болезнь Грейвса 221, 239
- болезнь Паркинсона 239
- болезнь Хашимото 239
- Брокоу, Том 312
- Буркитт, Денис 109, 111, 206, 207
- Буш-младший, Джордж 204, 212, 371
- бычий сывороточный альбумин (BSA)
 226, 227
- вегетарианство и веганство
см. растительная диета
- вес (увеличение или снижение) 125, 126,
 168–174
- взаимосвязь болезней 95, 99, 333, 445, 448,
 453, 455
- Вилки вместо ножей (фильм) 437
- вирус гепатита В (HBV) 81–83, 127
- вирусы 236–239
- витаминовые добавки 114, 119, 285, 323,
 344, 347, 360, 449, 452
- витамины 45, 113, 323
- витамин А 278
- витамин В₁₂ 278
- витамин С 113, 362
- витамин D 217, 240, 241, 247, 277–279,
 448–455
- В-клетки 223, 224
- влияние диеты на окружающую среду
 287, 429
- врачи
- выгорание 409
- недостаток знаний о питании 390–393
- непонимание 15, 399
- образование в области диетологии
 391–393, 399
- сопротивление переменам 388–390, 395,
 396, 401, 404 *см. также* медицинские
 школы
- фармацевтическая промышленность
 396–399
- Всемирная организация здравоохране-
 ния (ВОЗ) 370, 429
- Всемирная организация исследования
 сахара 370
- высокобелковая диета 36, 115, 116, 118,
 119, 123–125, 286
- вирус гепатита В (HBV) 82–84
- потребление калорий 121, 124
- правительственные рекомендации
 по питанию 368, 369
- развитие опухоли 79, 80 *см. также*
 казеин
- рак молочной железы 84
- рак печени 18

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- утомляемость 440
- высокоуглеводная диета 118, 120, 121, 180, 183, 185
- Гаити 51
- гемоглобин 110, 111
- географическое распределение заболеваний 235, 260, 450, 454
- аутоиммунные заболевания 222, 238, 239
- болезнь Альцгеймера 259, 260
- камни в почках 251
- колоректальный рак 205, 206
- остеопороз 243, 244
- рак 88
- рассеянный склероз 235
- Гете, Иоганн Вольфганг фон 43, 281
- гипохолестериновая диета 145, 146, 149, 156
- Гиппократ 25, 32, 38, 426
- Главкон 425, 426
- глазные болезни 255, 256
- глютен 78, 299
- гомоцистеин 262, 279
- гормонозаместительная терапия (ГЗТ) 202-204
- гормоны (репродуктивные)
- питание 192, 193
- рак молочной железы 106-108, 192, 193, 196, 197, 202, 203
- химические загрязнители окружающей среды 197, 201
- ДДТ 61
- Демас, Антония 380, 456
- деменция 259-263
- дети
- диабет 221, 222, 225-233
- ожирение 165-167
- отравление афлатоксином 52
- целевая аудитория пищевой промышленности 351, 352
- Джеймс, Филипп 370, 371
- Джентри, Мэрилин 317
- Джукс, Том 310, 311, 315
- диабет
- адвентисты седьмого дня 181
- алкоголь 336
- вес 180 *см. также* аутоиммунные заболевания; болезни богатых
- вирусы 227
- в США 29, 227
- в Финляндии 228, 230
- генетическая предрасположенность 227
- дети 225-232
- изменение образа жизни 187, 188
- иммунная система 225
- колоректальный рак 210
- молоко 225-233
- научные исследования 180-187
- научные споры 232, 233
- о заболевании 28, 29
- питание 15, 16, 179-188
- пищевой жир 181-188
- показатели заболеваемости 176, 179
- расходы на 179
- среди японцев 181
- углеводы 180, 182, 183, 185, 186, 188
- уровень холестерина в крови 181, 183, 184
- факторы риска 228
- диабет первого и второго типов *см. диабет*
- диета *см. питание, разнообразность диет*
- диета Аткинса *см. высокобелковая диета*
- диета животного происхождения 37, 41, 43
- антиоксиданты 112
- витамин D 216 *см. также* молочные продукты
- в США 328, 331-333
- гормоны (репродуктивные) 107, 192
- диабет 180-182
- жиры 102, 104, 105
- инсулиноподобный фактор роста 1 (IGF-1) 216

- историческая основа 426-428
 питательные вещества 276, 277, 279
 поддержка со стороны государства 312
 потребление калорий 454
 развитие опухоли 84, 85
 рак молочной железы 103-108, 341
 рак предстательной железы 213
 рак толстого кишечника 204, 205, 207
 сердечно-сосудистые заболевания
 142-148
 сравнение с растительной диетой 447
 холестерин 98, 99
 Диета, питание и рак (доклад NAS) 102,
 111, 273, 309, 314-316, 320, 322-324
 диета с высоким содержанием жиров
 123, 124, 312, 321
 диета с высоким содержанием клетчатки
 182-185
 диета с низким содержанием жиров
 197
 диабет 180, 182-185, 187
 научные исследования 158
 потребление калорий 122-124
 продукты питания 330-332
 рассеянный склероз 235
 сердечно-сосудистые заболевания
 144-146
 диметилбензантрацен (ДВМА) 83
 диоксины 10, 17, 61, 198, 199, 314
 ДНК 66, 67, 70, 71, 84, 198, 199, 430
 доклад 102
 Долл, Ричард 104
 Дунаиф, Джордж 73
 Дювалье, Папа Док 51

 железо 92, 110, 111
 железы
 рак молочной железы 107
 животный белок
 биомаркеры 108, 110
 витамин D 240, 453-455
 в Китае 327
 в США 328

 жиры 330-337
 инсулиноподобный фактор роста 1
 (IGF-1) 454
 кальций 244
 камни в почках 252-254
 качество белка 46
 остеопороз 244-247
 сердечно-сосудистые заболевания 146,
 147
 уровень кальция в моче 245
 холестерин 98, 209
 животный жир
 пища животного происхождения 105
 рак молочной железы 103, 104,
 106-108
 животный жир
 рак молочной железы 107
 жир см. жировая ткань; пищевой жир
 жирные кислоты 355, 441
 жировая ткань 96

 заболевание
 конституциональная природа 424
 профилактика посредством питания
 40, 41, 133, 134, 219, 220, 284, 314, 377,
 378, 424, 426, 427
 закон о доступном медицинском обслу-
 живании 34, 35
 здоровье и питание 40, 41, 128-130, 132,
 301, 303, 304, 364
 изменение образа жизни 158, 159, 187,
 284, 427
 изменения в системе питания 15, 38, 56,
 79, 182, 183, 186, 197, 220, 270, 299, 339,
 342, 343
 иммунная система 222-225
 диабет 225, 226 см. также аутоиммунные
 заболевания

 ИМТ (индекс массы тела) 165
 Индия 18, 45, 53, 54, 70, 79, 80
 индустрия животных продуктов 307,
 310, 315

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- Инициатива во имя здоровья женщин (WHI) 202, 378
- Инициатива по формированию медицинской учебной программы по питанию 392
- Институт Dannon 373, 392
- Институт исследования продуктов питания 380
- инсулин *см.* диабет
- инсулиноподобный фактор роста 1 (IGF-1) 216, 217, 454
- инсульт 15, 28, 29, 40, 114, 133, 137, 151, 155, 157, 178, 183, 188, 196, 202, 259, 261, 269, 337, 338, 428
- йогурт Dannon 373
- искусственные подсластители 61, 282
- исследование EPIC 208
- Исследование влияния эстрогена/прогестерона на сердце (The Heart and Estrogen/Progestin Replacement Study, HERS) 202
- Исследование здоровья женщин 332
- Исследование здоровья медсестер 326, 327, 329–335, 338–343, 345, 346, 378
- исследования, теория и практика 54–56, 231, 339–345, 347, 355–358, 378, 398, 441, 443–447
- казеин
- вирус гепатита В (HBV) 81–83
 - ДНК 84
 - развитие опухоли 77, 78 *см. также* белок; высокобелковая диета; молочные продукты
 - развитие очагов 79
 - рак 19
 - рак молочной железы 83
 - сердечно-сосудистые заболевания 354
- Каллоуэй, Дорис 313
- кальций
- витамин D 217
 - животный белок 244
 - колоректальный рак 210, 211
 - остеопороз 246–248
 - потребление 247
- кальцитриол 247, 275, 276
- камни в почках 15, 16, 118, 243, 251–254, 269
- канцерогены 60–64, 70, 71, 74
- каротиноидные антиоксиданты 84, 85, 112–114, 255–257, 271, 360, 361
- Касслер, Уильям 392
- Кастелли, Билл 98
- катаракта 40, 113, 134, 196, 255, 257, 258, 347, 431
- Каэдо, Хосе 53
- Кейз, Ансель 149
- Кеннеди, Эйлин 380
- Кинг, Кен 51
- Китай
- вирус гепатита В (HBV) 127
 - диета и питание 92, 93
 - потребление калорий 121
 - рак 89
 - рак молочной железы 89
 - рак печени 126, 127 *см. также* Китайское исследование
- Китайское исследование 10, 13, 20, 38, 56, 57, 66, 86, 91, 93, 95, 97, 99, 103, 105, 106, 108–111, 113, 121, 124–131, 134, 189, 191–193, 207, 218, 247, 252, 266, 274, 280, 291, 297, 302, 303, 332, 333, 406, 408, 410, 443, 444, 447, 457, 459, 460, 512
- Китайское исследование на практике (книга) 115, 512
- клетчатка 109–111, 114, 201, 206–210, 213, 254, 261, 277, 334, 336, 339
- клетчатка как пищевая добавка 185
- Кливлендская клиника 98, 153, 159, 386–389, 403–406, 408
- КЛК (конъюгированная линолевая кислота) 355–360
- когнитивное нарушение 20, 134, 151, 243, 258–261, 263, 431
- колоноскопия 204, 212

- Комитет врачей в поддержку
ответственности в медицине
(PCRM) 373
- Комитет по вопросам питания,
Специальный комитет Сената
США 102, 306
- Комитет по информированию общества
о вопросах питания 308-310, 321
- Комитет по разработке рекомендаций
в области питания 373
- конституциональная природа заболеваний
424, 425
- Корнелльский университет 17, 20, 21, 49,
87, 109, 128, 148, 149, 280, 307, 357, 379,
392, 414-418, 420-422, 443, 457
- коронарное шунтирование 149, 151, 152,
155, 160, 161, 389, 401, 409
- корреляционный принцип исследования
441, 443-445
- корреляция 56-58 *см. также* родственные
болезни
- Крайл-младший, Джордж 386, 387
- криптоксантин 112
- кукуруза 48, 52, 53, 61, 110, 148, 355, 358
- курение 140, 143, 292, 310, 326, 365
- Кэмпбелл, Крис 41, 148
- Кэрролл, Кен 103, 104, 329
- Лайман, Говард 11, 43, 457
- Лечение сердца при помощи правильного
образа жизни (исследование) 158
- лизин 48
- ликопен 112, 360-362
- линолевая кислота 271, 355, 357
- Ли, Цзюньяо 90
- локальная теория болезней 424, 427
- Льюис, Карл 41
- лютеин 257
- Макговерн, Джордж 102, 306, 307, 311, 312
- Макдугалл, Джон 385, 388, 393-397,
399-403, 405, 406, 457
- Маккей, Клайв 17
- Маккей, майор 45
- макронутриенты 45
- макулодистрофия 255-258, 260, 347, 431
- маммография 195
- маркетинговые стратегии 119, 349-352,
354, 360-363
- маркировка продуктов питания 374, 375
- Массачусетский технологический
институт 48-50, 54, 61, 63-65
- медицинская отрасль 348, 391
- альтернативная медицина 306
- неприятие перемен 321, 322, 388, 389,
404, 406
- медицинские вузы 391-394, 397, 399, 437
- медицинские журналы 398
- Международная ассоциация производи-
телей пророщенных семян 349
- Международная федерация по борьбе
с рассеянным склерозом 241
- Международный институт медико-
биологических наук 373
- менархе 106-108, 192
- менопауза 106, 107, 192, 202, 203, 244, 283
- менструация 106, 118, 190
- Месилвен, Джордж 424-427, 432
- метаанализ 58, 59
- механизм действия 58, 245
- миастения 239
- миелин 222, 234
- микронутриенты 45
- минералы 96, 110, 120, 121, 210
- Министерство сельского хозяйства
США 45, 121, 153, 325, 327, 380, 381,
413, 415
- Многоцентровый проект по demonstra-
ции правильного образа жизни
160
- Мозес, Эдвин 41
- молекулярная мимикрия 224, 430
- молоко
- аутоиммунные заболевания 225
- диабет 225-228, 230, 231, 233
- диета и питание 47

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- маркетинговые стратегии 350-354
- рассеянный склероз 236 *см. также*
 казеин; молочная промышленность; молочные продукты
- молочная промышленность 249, 250, 309, 349-355, 359, 372, 373, 380, 393, 416 *см. также* пищевая промышленность
- молочные продукты
 аутоиммунные заболевания 239
 витамин D 216-219 *см. также* казеин; пища животного происхождения
 остеопороз 243, 244, 247-250
 рак предстательной железы 16, 214
- Моррисон, Лестер 144, 145, 153, 159
- МПК (минеральная плотность кости) 249, 250
- Мульдер, Герхард 43
- мясная промышленность 307, 309, 315, 321, 349 *см. также* пищевая промышленность
- мясо 43, 44 *см. также* животный белок; пища животного происхождения
- Навратилова, Мартина 41
- Накадзима, Хироси 429
- наследственные заболевания 15, 279-281
 диабет 227, 229-231
 колоректальный рак 212
 ожирение 170 *см. также* BRCA-1 и BRCA-2
 питание 40
 рак 89, 90, 106, 108
 рак молочной железы 190, 192-194
 рассеянный склероз 237, 238
 сердечно-сосудистые заболевания 143
- научные дебаты 231, 233, 247, 249
- научные и исследовательские комитеты 307-314, 317, 321, 322
- научные исследования
 альтернативная медицина 398
 белок 439, 440
 болезнь Альцгеймера 262
 в Индии 64
 витаминовые добавки 274, 275
 в Китае 38
 диабет 179-187, 226-233
 женское здоровье 326-333 *см. также* Китайское исследование
 заинтересованность промышленности, финансирование и влияние 309-322 350, 351, 396-400
 инсульт 261
 Исследование здоровья медсестер 326-330, 332-335
 камни в почках 252-254
 когнитивное нарушение 259-261
 колоректальный рак 205-210
 конъюгированная линолевая кислота 355-358
 ликопен 360-362
 макулодистрофия 255-257
 метаанализ 58
 на Филиппинах 38, 50, 51
 опыты на животных 439, 440
 остеопороз 244-249
 питание 71-79, 81-86, 104, 154-159, 219, 220, 242, 243, 307-317, 319
 пищевая промышленность 355-359
 причины заболеваний 399
 рак 71-79, 81, 83-86, 89, 219, 220, 314, 315, 439, 440
 рак молочной железы 38, 202, 326, 329, 331-341
 рак предстательной железы 360-362
 рассеянный склероз 234, 235
 сердечно-сосудистые заболевания 138, 140, 141, 143, 144, 146, 147, 387, 388
 фармацевтическая промышленность 396, 397, 399
 финансирование 350, 377, 378
- Национальная академия наук США (NAS) 316, 317
- Диета, питание и рак (доклад) 102, 309
- Путь к здоровому питанию 312

- Национальная программа школьных обедов и завтраков 373
- Национальное общество по борьбе с рассеянным склерозом 234
- Национальные институты здравоохранения 376, 379, 412, 433
- Национальный институт болезней сердца, легких и крови 376
- Национальный институт онкологии 376
- Национальный научно-исследовательский совет США 391
- Национальный совет компаний по переработке жидкого молока 349
- Национальный совет по молочным продуктам 318, 349, 350, 358, 373, 392
- Национальный совет по продвижению и исследованию молочной продукции 349
- Национальный совет по продвижению употребления арбузов 350
- недобросовестная реклама 323, 324
- Недопустимый риск:
пестициды в пище наших детей (доклад NRDC) 60
- незаменимые аминокислоты 46
- незаменимые питательные вещества 278
- неприятные перемены научным сообществом 147-149, 310, 314, 316, 319-322, 343, 438
- нервная система 234
- нехватка белка 48, 49
- низкобелковая диета
афлатоксин 70, 71
вирус гепатита В (HBV) 83
потребление калорий 121, 124
развитие опухолей 79
развитие рака 71
- низкоуглеводная диета *см.* высокобелковая диета
- Низкоуглеводное мошенничество (книга) 115, 345
- нитрит натрия 62
- нитриты 61-64
- нитрозамины 62-64
- Ньюберн, Пол 54
- Нэйдер, Ральф 63
- Обернский университет 49
- Объединение производителей яиц 315, 349
- овощи 112, 114-116, 120, 121, 143, 148, 158
- ожирение 15, 20, 27, 28, 133, 134, 140, 165-168, 170, 174-176, 181, 199, 200, 221, 241
- О'Коннор, Том 84, 324
- оксидаза со смешанной функцией 69, 201
- Олсон, Боб 309, 310, 312-315, 319
- опыты на животных 62-66, 75, 76, 81, 85, 91, 98, 127, 128, 146, 147, 197, 262, 286, 306, 356, 361, 389, 439
- Орниш, Дин 158-160, 163, 164, 218, 219, 429
- Особая комиссия по профилактике заболеваний в США 344
- остеопороз 15, 38, 55, 118, 134, 216-218, 243, 244, 246, 248-250, 369, 393, 431, 450
- Отрет, М. 49
- очаги 72-80
- Палмер, Сушма 316, 457
- пангамовая кислота 306, 311
- Папуа — Новая Гвинея 142
- паратиреоидный гормон 451, 452
- Париза, Майкл 349, 356, 357
- ПАУ (полициклические ароматические углеводороды) 198
- Пето, Ричард 90, 104, 457
- питание
аутоиммунные заболевания 284
взаимодействие пищевых продуктов 272, 273
в Китае 38, 92, 93, 327, 446
влияние на организм 16, 20, 38, 40, 41, 127, 128, 130, 399, 400

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- влияние промышленности 372, 373
 в США 327, 329, 331, 333, 446 *см. также*
 болезни бедных; болезни цивилизации
 в школах 380, 381
 госфинансирование 377
 наследственные заболевания 40
 научные и исследовательские комитеты 307-322
 неблагоприятное воздействие химических веществ 282
 неведение 21, 35, 36, 266, 302, 339
 недостаток знаний у врачей 390-393
 пищевой жир 102, 103
 правительственные рекомендации по питанию 161-163, 366, 368
 профилактика и лечение заболеваний 39, 134, 220, 283, 284, 314, 377
 развитие опухоли 84
 рак 68, 77, 218, 314, 324
 рак печени 84
 уровень холестерина в крови 98, 99
 физическая активность 172, 173
 экономия 41
 пищевая клетчатка *см.* клетчатка
 пищевая пирамида 373, 374
 пищевая промышленность
 влияние 348, 349, 370-372
 злоупотребление научной информацией 21, 363, 364
 маркетинг 349-352, 354
 обучение вопросам питания 391-393
 пищевой жир 84, 92
 в продуктах питания 101
 гормоны (репродуктивные) 107
 диабет 181, 182, 184-188
 животный белок 331-333
 питание 100-102
 пища животного происхождения 102, 103
 правительственные рекомендации по питанию 102, 366, 368-370
 путаница по поводу 100, 101
 рак 104, 325
 рак молочной железы 325, 326, 329, 330
 растительная пища 102
 пищевой рацион 92
 пищевой холестерин 96, 97, 99, 143, 162, 181, 325, 429
 пищевые добавки 15, 35, 37, 44, 48, 114, 119, 157, 185, 208, 211, 247, 256, 272-275, 279, 289, 290, 306-308, 316, 323, 324, 344, 346, 347, 361, 363, 367, 373, 377, 378
 Платон 425, 426, 428, 429
 плесень *см.* афлатоксин
 побочные эффекты лекарств 30, 31, 37, 41, 196, 197, 398, 400
 повышение уровня кальция в моче 245, 254
 полиненасыщенные жирные кислоты
 омега-3 15, 100, 236, 239, 337
 полипы 212
 Политехнический университет Виргинии 414, 418
 полихлорированные дифенилы (ПХД) 198, 199
 полициклические ароматические углеводороды (ПАУ) 198
 половое созревание *см.* менархе
 потребление калорий 92, 101, 105, 109, 117, 121-124, 158, 162, 171-173, 199, 454
 правительственные рекомендации по питанию 365, 366, 368-376
 белок 76, 312, 366, 368, 369
 витаминные добавки 344
 доклад Макговерна 307
 непоследовательность 336, 338-341
 неприятие перемен 317
 опасность 161-163
 пищевой жир 102, 103, 366, 368
 сахар 366, 368
 Престон, Рэйчел 70
 Притыкинский центр 169, 185
 прогестерон 192
 программа Cold is Cool 352
 Программа предоставления продовольственных талонов 373

- программы питания
 Филиппины 50, 51
- Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН (Food and Agriculture Organization, ФАО) 49, 370, 371
- производство лекарств *см.* фармацевтическая промышленность
- производство растительных продуктов 360 *см. также* пищевая промышленность
- пролактин 107
- простые углеводы 120
- публичное раскрытие информации 374
- Путь к здоровому питанию (доклад NAS) 312
- развитие опухоли 72, 76, 77, 79–81, 84, 85, 204
- размер тела 125, 126
- Райс, Джон 60
- рак
 белок 53, 54, 68–70, 84
 вероятность развития 26, 27
 витамин С 113, 114
 витамины 323 *см. также* болезни богатых; канцерогены; развитие опухоли; разновидности рака
 в Китае 88, 90
 генетическая предрасположенность 89, 108
 географическое распределение 88
 глютен 78
 животный белок 454
 казеин 19, 78, 83, 354
 клетчатка 111, 114
 научные исследования 72–86, 102, 103, 219, 220, 314–316
 низкобелковая диета 70
 опыты на животных 439, 440
 питание 68, 77, 79, 80
 пищевой жир 104, 325
 развитие опухоли 72
 размер тела 125, 126
 растительная диета 429–431
 смертность 26, 87, 89, 90
 стадии 66–68
 уровень холестерина в крови 96–98
- рак желудка 113, 114
- рак легких 227, 274, 433
- рак молочной железы *см.* рак груди
- алкоголь 336, 339
- биомаркеры 38
 в Китае 88
 в США 89, 97 *см. также* BRCA-1 и BRCA-2
- выживаемость 195
- генетическая предрасположенность 190, 191, 194, 195
- гормонозаместительная терапия (ГЗТ) 202, 204
- гормоны (репродуктивные) 16, 106, 107, 192, 197, 198, 200, 201
- диета и питание 84, 100–102, 104, 105, 324, 326, 327, 329–339
- жиры 102, 103, 105, 106, 324–327
- казеин 83
- менархе 106
- минеральная плотность кости 249
- научные исследования 38, 202, 203, 327, 329–337, 339–341
- смертность 329
- тамоксифен 196, 197
- уровень холестерина в крови 106
- факторы риска 192
- эстроген 107, 192, 193, 196, 201
- рак печени
 белок 18, 53, 64
 вирус гепатита В (HBV) 81–83, 127, 128
 в Китае 127
 казеин 81, 82
 отравление афлатоксином 18, 51–53, 67
 питание 85
 уровень холестерина в крови 127, 128
- рак пищевода 113, 114
- рак поджелудочной железы 84

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- рак предстательной железы 190, 213, 218, 219, 242, 269, 284
- рак прямой кишки *см.* рак толстой кишки
- рак толстого кишечника 111
- в ЮАР 209
- географическое распределение 205, 206
- диабет 216
- кальций 211
- клетчатка 207, 208, 210
- наследственные заболевания 212
- научные исследования 205-210
- питание 205-207
- смертность 205
- физическая активность 211
- рак толстой кишки *см.* колоректальный рак
- рак яичников 194, 306, 357
- рассеянный склероз 234-236, 402 *см. также* аутоиммунные заболевания
- растительная диета
- аутоиммунные заболевания 430
- болезнь Альцгеймера 259-261
- в исторической перспективе 425, 426
- глазные заболевания 431
- гормоны (репродуктивные) 192, 193, 196, 197
- диабет 180-182, 430
- инсульт 261
- камни в почках 431
- катаракта 255
- клетчатка 109, 110, 208
- когнитивное нарушение 259-261, 431
- колоректальный рак 205, 339
- макулодистрофия 255-258
- менопауза 203
- научные исследования 154-156, 158, 159, 242, 243
- остеопороз 431
- питательный состав 276-279
- пищевой жир 101
- польза для организма 37, 92, 93, 429-431
- польза для экологии 286
- потеря веса 168-172
- потребление калорий 171
- программа школьных обедов 380
- профилактика заболеваний 242, 243
- рак 430, 431
- сердечно-сосудистые заболевания 143, 145-149, 429, 430
- скорость обмена веществ 172
- сравнение с пищей животного происхождения 446
- уровень холестерина в крови 98, 99
- чем питаться 171, 172, 290, 292-294, 296-298
- растительный белок
- в Китае 327, 328
- в США 328 *см. также* глютен; соевый белок
- польза для организма 46, 47
- развитие опухоли 85
- рак 19, 78
- сердечно-сосудистые заболевания 145, 147
- уровень холестерина в крови 99
- ревматоидный артрит, юношеский 239
- редукционизм 131, 287, 325, 327, 342, 344, 345, 359, 411, 420, 433
- рекомендованная суточная норма *см.* правительственные рекомендации по питанию
- ретинол 256
- рис 49
- Роббинс, Джон 13, 287, 456
- Робертс, Билл 98
- Робертсон, У.Г. 252-254
- Рубнер, Макс 45
- рыба 330, 337, 346
- рыбный белок 49, 84
- санитарные условия *см.* болезни бедных
- сахар 120, 121, 366, 367, 370, 371, 373, 375
- сахарин 61, 307, 314

- сахарная промышленность 370, 371
см. также пищевая промышленность
- свободные радикалы 112, 113, 254–260
- Северо-Восточный центр исследования молочной продукции 358
- селен 129, 257, 260, 323, 335, 336
- Сенека 427–429
- сердечно-сосудистые заболевания 29
 алкоголь 336
 артериальный кровоток 156
 витамин С 113 *см. также* болезни богатых
 в США 97, 137, 150, 151
 генетическая предрасположенность 143
 гормонозаместительная терапия (ГЗТ) 202–204
 казеин 354
 коэффициент выживаемости 145
 лечение 149
 научные исследования 138, 140, 141, 144–146, 388
 о них 138–140
 питание 16, 144–149, 337, 429
 смертность 137, 142
 среди американских солдат 138
 уровень холестерина в крови 141
 факторы риска 140, 141, 227
 Фрамингемское исследование сердца 140, 141
- система здравоохранения 26, 29, 30, 32–34
- скорость обмена веществ 171, 172
- Скотт, Дэйв 41
- сложные углеводы 120, 121, 143, 210
- смертность 30
- смертность, причины
 в Китае 88, 90
 в США 97, 137, 138
 колоректальный рак 206–210
 рак 26, 87–90
 рак молочной железы 329
- рассеянный склероз 235
- сердечно-сосудистые заболевания 137, 138, 140–145
- СМИ 37, 60, 93, 114, 117, 149, 158, 273, 275, 302, 303, 319, 352, 355, 360, 411, 412, 415, 417, 419
- Совет по охране природных ресурсов (NRDC) 60
- Совет по питанию яйцами 392
- Совет по пищевым продуктам и питанию 309, 366, 368–373, 375, 376
- Совет по сельскому хозяйству, науке и технологии 315
- Совет производителей говядины 358
- соевый белок 78, 146
- Сократ 425, 426, 428, 429
- солнечный свет 217, 239, 240, 275, 278, 280, 449, 450, 452, 453
- сосудистая деменция 259, 261
- Специальная программа обеспечения дополнительного питания для женщин и детей грудного и раннего возраста 373–375
- специфический антиген простаты (PSA) 214
- среда токсичной еды 12
- Стайнем, Глория 108
- Стampfфер, Меир 336
- Старфилд, Барбара 30
- статистика
 аутоиммунные заболевания 221
 диабет 28
 здоровье в США 15, 427
 ожирение 28, 29, 165–167
 статистическая значимость 57, 58, 80, 95, 108, 111, 118, 129
 стенокардия 29, 139, 151, 155
- Стилингс, Брюс 49
- Суонк, Рой 234–236, 239, 402
- США
 диабет 29, 227
 диета и питание 29, 92, 326–330, 332, 333, 446

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- потребление калорий 122
 рак молочной железы 89, 97
 сердечно-сосудистые заболевания 97,
 137, 151
 смертность 97, 137
 статистика заболеваний 16, 427, 428
- тамоксифен 196, 197, 204
 термогенез 172, 440
 Тернер, Джеймс 309
 Т-клетки 224, 240
 Томпсон, Томми 371
 Тоув, Сэм 319, 320
 трансгенные мышцы 81
 трансплантация сердца 149
- углеводы 115-121, 182, 183, 185, 186, 188,
 210, 366, 367 *см. также* высоко-
 белковая диета
- Уиллет, Уолтер 326, 339, 342, 343, 346
 Университет Пердью 48
 уровень сахара в крови *см.* диабет
 уровень холестерина в крови 95, 129, 130
 диабет 179-188
 диета и питание 98, 99
 животный белок 98, 209
 рак 99
 рак молочной железы 106
 рак печени 127
 сердечно-сосудистые заболевания
 140-142
- усталость 440
 Уэбб, Райланд 51
- факторы риска заболеваний 140, 141,
 143, 146, 183, 189, 192, 194, 200, 205,
 210, 212-214, 216, 218, 228-230, 234,
 237-239, 241, 249, 253
- фармацевтическая промышленность
 40, 317, 319-321, 348, 373, 378, 379, 384,
 396-399, 403, 406, 407, 427
- Федеральная комиссия по торговле 324,
 364
- Федерация американских обществ
 экспериментальной биологии
 и медицины 307
- ферменты 69-71
- физические нагрузки 172, 173, 182, 211,
 212
- Филиппины 17, 18, 38, 43, 49-54, 64, 65, 307,
 394, 422
- Финляндия 228, 230
- Флоридская ассоциация компаний
 по переработке цитрусовых 349
- Флоридская комиссия цитрусовых
 363
- Фойт, Карл 44
- фолиевая кислота 261, 262, 274, 344
- Фостер, Е. М. 349
- фотосинтез 112, 113
- Фрамингемское исследование сердца
 98, 140, 141, 143, 144, 163, 261
- фруктовая промышленность 362
- фрукты 112, 114-116, 120, 121, 148, 158
- Хайдрих, Руфь 41
- Харпер, Альф 309-312, 315, 319, 349
- Хегстед, Марк 247, 248, 316
- Хе, Юпинг 84, 361
- химические загрязнители окружающей
 среды 197-199, 204, 282
- химические изменения окружающей
 среды 14, 197, 199-201, 365
- Химсворт, Гарольд 179
- холестерин *см.* содержание холестерина
 в крови; пищевой холестерин
- холизм 287, 345, 411, 425, 438
- холистический подход к здоровью 285,
 287
- Хорио, Фумийики 76
- хот-доги 61, 63, 96, 168, 188
- Хоффман, Фредерик 426
- Ху, Ф. Б. 342
- Ху, Цзифан 81
- цвет (фруктов и овощей) 112, 113

- Целое (книга) 115, 131, 287, 303, 411, 414
 цельные продукты 37, 114, 116, 120, 121,
 124, 129, 130, 133, 134, 154, 156, 163,
 168-172, 182, 183, 185, 186, 188, 192,
 196, 210, 220, 238, 242, 250, 263, 267,
 273, 274, 284-286, 290, 295, 303, 316,
 324, 325, 328, 339, 343, 347, 360, 362,
 382, 385, 389, 392, 393, 395, 429-431,
 434, 445 *см. также* растительная
 диета
 Центр комплементарной медицины
 Аткинса 117, 245
 цикламат 61
 цинк 35, 261, 306

 Чейни, Дик 204
 чеснок 291, 306
 Чжоу Эньлай 87
 Читтенден, Рассел 41
 Чэн, Чжицян 81
 Чэнь, Цзюньши 87, 90, 443, 447

 школы 351-354, 380
 шпинат 76, 114, 256, 257, 270
 Шульсингер, Дэвид 78

 экологический принцип исследования
 441, 442, 445
 Энджелл, Марсия 378, 398
 Энджел, Чарли 50
 эозинофильный васкулит 239
 Эпплбаум, Говард 313
 Эплтон, Скотт 73
 Эссельстин-младший, Колдуэлл 98, 153,
 164, 381, 385-387, 406, 416, 429,
 457
 эстроген 107, 192, 193, 196, 201-203, 441
см. также гормоны (репродук-
 тивные); пролактин
 Этуотер, Уилбер 45
 ЮАР 209
 юношеский диабет *см. диабет*
 юношеский ревматоидный артрит 239

 яблоки 12, 60, 121, 290
 яйца 13, 37, 47, 181, 266, 291, 292, 295, 337-339,
 358, 395, 446
 яичная промышленность 309, 315, 349, 419
см. также пищевая промышлен-
 ность
 Янгмен, Линда 457
 Япония 76, 143, 181, 182, 204, 228, 260

 Baxter Healthcare Corporation 392
 BRCA-1 и BRCA-2, ассоциированный рак
 молочной железы 190, 194, 196
 Bristol-Myers Squibb Company 392
 BSA (бычий сывороточный альбумин)
 227
 Burger King 373

 Chef Combo's Fantastic Adventures 352
 Coca-Cola 373
 Dairy Management 350, 354
 Danone Group 348, 415
 Eli Lilly & Co 348

 General Nutrition 323, 324, 344

 Healthy Greens 323, 324

 Incaragina (пищевая добавка) 48

 Johnson & Johnson 348
 Kraft Foods 348, 351, 358

 Laetrile 306

 McDonalds 12, 99, 297, 312, 321, 348
 Mead Johnson Nutritionals 320, 373
 Medicare 160, 374, 375
 M&M Mars 371, 373

 Nestlé 373, 392
 N-нитрозометилмочевина (NMU) 83

 Pfizer 348, 373

ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- PlantPure Nation 22, 437
Puramid Cafe', образовательная программа
352
Puramid Explorations, образовательная
программа 352
Roche 373
Taco Bell (сеть ресторанов быстрого
питания) 373
The McDougallPlan (План Макдугалла) 388
Wendy's (сеть ресторанов быстрого
питания) 348
Wyeth-Ayerst Laboratories 392