

**Нестор Александрович МАНИЧКИН,
Елена Тимофеевна ПУШКАРЕВА**

**ИЗМЕНЕНИЯ В ТРАДИЦИОННОМ ПИТАНИИ НЕНЦЕВ:
КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКИЙ ФАКТОР И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ
В УСЛОВИЯХ КРАЙНЕГО СЕВЕРА***

DOI: <http://ord.doi/10.33876/2224-9680/2019-1-17/14>

Ссылка при цитировании:

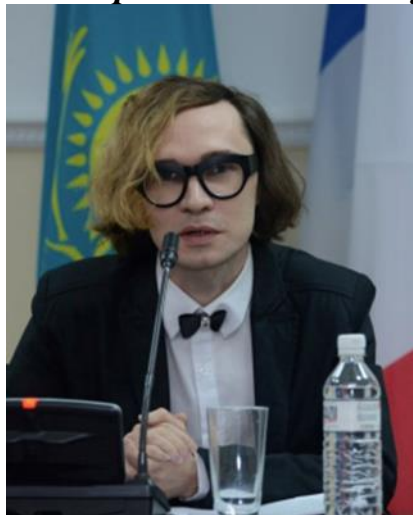
Маничкин, Н.А., Пушкарева, Е.Т. (2019) Изменения в традиционном питании ненцев: культурно-исторический фактор и здоровьесбережение в условиях Крайнего Севера. *Медицинская антропология и биоэтика*, 1(17).

Ключевые слова: традиционное питание, ненцы, народы севера, здоровьесбережение, Ямал, ЯНАО

Аннотация: В интервью обсуждаются последствия изменений в традиционном питании у ненцев, утрата одних блюд, модернизация других, появление новых продуктов, а также наблюдаемый дефицит оленины и местной рыбы с его последствиями для здоровья представителей коренного населения ЯНАО. Затронута и проблема употребления алкоголя, которая рассматривается, в том числе, в связи с некоторыми традиционными ритуальными практиками. Отдельное внимание уделено возможным мерам по преодолению негативных последствий в изменении традиционного питания ненецкого народа.

**Публикуется в соответствии с планом научно-исследовательских работ Института этнологии и антропологии РАН*

Нестор Маничкин беседует с Еленой Пушкаревой



Нестор Александрович Маничкин –

кандидат исторических наук,
научный сотрудник
Центра медицинской антропологии
Института этнологии и антропологии
им. Н.Н. Миклухо-Маклая РАН
(Москва)

<https://orcid.org/0000-0001-9308-0094>

E-mail.: nes.pilawa@gmail.com

–

Н.М.: Начиная с 1920-х годов государство активно берет на себя организацию в производстве питания и в обеспечении питанием некоторых народов Севера, в том числе ненцев. Вместе с тем, осуществляется и их знакомство с русской кухней. Прошло достаточно времени, и теперь можно сделать какие-то выводы. Давайте начнем с вопроса о том, что нового появилось на столе у ненцев?



Елена Тимофеевна Пушкарева¹ –

доктор исторических наук, доцент;
советник РФ 1-го класса;

заместитель генерального директора по науке
ООО ИИФ «Историческая иллюстрация»

<https://orcid.org/0000-0001-5492-7192>

E-mail.:

e_pushkareva@mail.ru

Е.П.: За последние сто лет в пищевом рационе ненцев появилось, конечно, много нового. Самыми первыми прочно прописались в ненецкой кухне мучные изделия и чай (Ёсида 1997). Потребление оленьего мяса сократилось. Вместе с тем, постепенно росла доля привозного мяса. Это говядина, свинина, баранина, курятина. Из рациона ненцев, к сожалению, постепенно исчезли ценные виды рыб, такие как осетрина, муксун, нельма. Соответственно, исчезают и блюда, которые делают из них, например, строганина, уха, икра, вязига, рыбий жир (Пушкарева, 2017; 2019). Место этих блюд стала занимать селедка заводского посола.

Из видов молока теперь чаще используется сгущенное, а не натуральное молоко. Совершенно новое для ненцев порошковое молоко, а также детские смеси тоже заняли определенное место в рационе ненцев. Надо сказать, что некоторые продукты, появившиеся при советской власти, очень полюбились. Это в первую очередь сливочное масло. А из растительных масел особенно популярно подсолнечное. Востребованы и компоты, кисели, варенья, джемы. Я рассматриваю это подробно в одной из своих книг (Пушкарева 2017).

Н.М.: А что касается вкусовых добавок?

Е.П.: В качестве таковых в обиход ненцев вошли соль, сахар, сода, уксус, лавровый лист, перец, лук, кетчуп, аджика, горчица, изредка алкоголь. Эти добавки серьезно изменили вкус блюд. Особенно полюбили перец, лавровый лист и горчица, а соль и сахар стали неотъемлемой частью рациона (Пушкарева, 2005).

Н.М.: Сахар, с излишним употреблением которого сейчас активно борются приверженцы здорового образа жизни, ненцам известен долгое время не был. При этом они активно употребляли ягоды. Как это происходило в традиционной кухне?

Е.П.: Дело в том, что ягоды никогда не засахаривали. Из них во время всего сезона варили так называемые ягодные супы. В котел засыпали ягоды, например, морошку, доводили до кипения и некоторое время держали на огне. Так получался концентрированный суп-пюре, ягодный суп (Пушкарева, 2005; 2019).

Что касается сахара, то есть данные о злоупотреблении этим продуктом. Происходит это из-за того, что снижается уровень традиционного питания, а, значит, растет потребление легкоусвояемых углеводов. Последние показатели говорят о двукратном превышении нормы сахара. И, как подчеркивают сотрудники Научного центра изучения Арктики ЯНАО, жители поселков, расположенных в разных частях округа, не имеют к сахару нормального порога чувствительности (Ионова 2004; Агбалян 2005). Это серьезная проблема.

Н.М.: Привело ли появление пищевых добавок и новых продуктов к исчезновению традиционной кухни?

Е.П.: Нет, не привело, хотя и весьма изменило питание. Можно сказать, что народ остался приверженцем исконных продуктов питания, а это первичные дары природы. Правда, некоторые традиционные блюда стали готовиться с использованием новых методов и способов. Об этом также можно посмотреть в моей работе 2014 года (Пушкарева 2014).

Н.М.: Кухня считается одной из самых консервативных составляющих культуры, хотя, разумеется, она не может не меняться существенно, если меняется тип хозяйственной деятельности или происходят такие глобальные процессы, которые постигли ненцев с приходом сначала администрации Российской Империи, а потом и советской власти. В то же время, народы, живущие в суровых климатических условиях, славятся очень бережным отношением к пище. Присуща ли эта черта ненцам?

Е.П.: Безусловно. Ни одна часть добычи – зверь это, рыба, птица или что-то другое – раньше никогда не оставалась без применения в традиционном ненецком хозяйстве. И сейчас эта черта тоже имеется. К примеру, если какая-то

часть, допустим, шкура не подходит для пищи, то ее используют в одежде, для хозяйственных нужд. Из крыльев птицы делают метелки для подметания пола, ну а косточки захораниваются, возвращаются в природу для удобрения земли. Если это мощные кости больших животных, они могут находить утилитарное и художественное применение. Я бы напомнила еще и об обычае дележа добычи между всеми присутствующими семьями, причем, особенно чутко при этом процессе отношение к вдовам, престарелым и сиротами. В свое время бережное отношение к еде, отчасти и ритуализированное, помогало уберечься от голода. Но и сейчас людям по всему миру не лишне помнить, что голод не исчез. Около 800 миллионов человек в мире голодают, и при этом 30 % продуктов питания, производимых в мире, выбрасывается (Пушкарева 2019). Бережное, экологичное отношение к пищевым ресурсам – то, чему может учить традиционная культура ненцев.

Н.М.: С этим трудно спорить... А ведь, наверное, часть даров природы идет еще и на лекарства в рамках народной медицины?

Е.П.: Конечно. Вот один пример: костный мозг, извлеченный из трубчатых костей, ненцы едят сразу же в сыром виде или несколько позднее, в замороженном состоянии. Растопленный костный мозг из оленьих ног ненцы употребляют при простуде, кашле, заболеваниях печени, а головной мозг оленя применяют при головокружениях.

Или другой пример – панты. Их полезные, тонизирующие свойства теперь известны всему миру. У ненцев же панты издревле применяются при лечении заболеваний опорно-двигательной системы, при расстройствах желудочно-кишечного тракта. Жир и желчь медведей тоже находят применение в народной медицине. Таких средств вообще очень много (см. подробно: Пушкарева 2019).

Н.М.: Если говорить о рационе ненцев, его обогащении, то хотелось бы, конечно, понять, какие новые продукты принесли с собой негативные последствия. Вы уже упомянули мучные изделия. С одной стороны, это быстрые калории, а с другой, – многие люди по всему миру мучаются от проблем с лишним весом на фоне переизбытка хлебобулочной продукцией. Есть ли такие проблемы у ненцев?

Е.П.: Нельзя сказать, что появление мучных изделий принесло больше вреда, чем пользы. Во всяком случае, нет выраженной, локальной специфики. Мучные изделия, конечно, многих спасли от голода. И у лесных ненцев хлеб уже в 1920-е годы являлся довольно важным продуктом. К слову, мука появилась в ненецких землях несколько веков назад. Мясные бульоны заправляли в основном

ржаной мукой, а сейчас хозяйки предпочитают муке вермишель, макароны, рожки, лапшу заводского изготовления. Очень популярны и удобны в полевых условиях сушки. Что касается негативных моментов, то я бы, конечно, назвала алкоголь, а также некоторые частные изменения в рационе, например, исчезновение сырой рыбы у тех ненцев, которые оказывались вне своей среды.

Н.М.: Какие болезни могут возникнуть в таких случаях?

Е.П.: Это хорошо известно по материалам 1945 года из Салехардской колонии, где содержалось и немало ненцев, в основном, посаженных за так называемое расхищение социалистической собственности, то есть колхозных оленей. В тундре ненцы ели парное мясо и сырую рыбу, а оказавшись в колонии, перешли на овощи. В итоге многие заболели цингой (Пушкарева 2019).

Н.М.: А как сейчас обстоит дело с олениной, столь важной для традиционного стола?

Е.П.: С тех пор, как в пищевой рацион поселковых и городских ненцев вошло мясо других животных: говядина, свинина и так далее, – оленины, конечно, поубавилось. В последние годы в Салехарде продается много свинины и говядины из Бразилии. Она доступна, чего не скажешь об оленине. Особенно местная оленина становится труднодоступной для поселковых ненцев, не имеющих родственников в тундре, поскольку в магазинах она дорого стоит. Но есть колбасные изделия из оленины, и их очень любят. Оленья колбаса появилась примерно сорок лет назад. Но, если изначально таковая колбаса из оленеводческого совхоза «Ныдинский» была полностью натуральная, сделанная практически из чистого мяса, то сейчас предприятия всех ненецких округов изготавливают колбасы разных категорий и видов, об я тоже писала (см.: Пушкарева 2017; 2019).

Н.М.: Какие традиционные блюда исчезли или стали очень труднодоступны?

Е.П.: Поскольку исчезли осетрина, муксун, нельма, то исчезла и уха из них, вязига, жир этих рыб. Муксун и нельмы вошли в последние годы в Красную книгу, и вылов их запрещен. Людей, которые продолжают ловить, наказывают. Практически исчезло мясо морских животных, хотя в традиционной кухне оно было блюдом ненцев, живущих вдоль губ морей Северного Ледовитого океана.

Н.М.: А чем заменили свежий или топленый олений жир?

Е.П.: В первую очередь сливочным маслом. Но его не все могут себе позволить. Если семьи не имеют достаточного дохода, масло заменяют маргарином или спредом. Ну а самое популярное растительное масло – подсолнечное. В поселках и городах его активно используют. Но в традиционной кухне в этой

функции выступал «сырой» жидкий рыбий жир. Его использовали как фритюр при приготовлении некоторых блюд (см.: Пушкарева 2005; 2019).

Н.М.: Вы заговорили о негативных последствиях от знакомства ненцев с алкоголем. Что можно отметить по этому вопросу?

Е.П.: Вопрос этот активно исследовался, и о пристрастии народов Севера к алкоголю не писал только ленивый. Я отмечу таких авторов как В.В. Похлебкин (2000), который писал о спаивании русского народа задолго до ненцев, и В.Н. Гриценко (2004), который изучал этот вопрос в жизни сибирских народов. Из истории мы знаем, что распространителями водки были русские торговцы, зыряне-оленоводы и ныдские и надымские самоеды. Сейчас ненцы сами изредка распространяют алкоголь: руководство некоторых подразделений Газпрома и Ямал-СПГ иногда жалуются, что ненцы по просьбе рабочих подвозят водку к месторождениям, а там запрещено употребление спиртного.

Конечно, сегодня ненцы повсеместно употребляют спиртное, хотя среди них есть природные трезвенники и люди, завязавшие с пагубной страстью.

В своих исследованиях я рассматриваю употребление алкоголя ненцами и под таким углом, как ритуальная роль опьяняющих напитков. Я не исключаю, что страсть к спиртному связана именно с этим. Есть огромный пласт хмельных песен самодийских народов. Эти песни называют хмельными, и личными, и индивидуальными, и надо сказать, что практически все исполняемые сегодня со сцены ненецкие песни связаны с данным пластом фольклора (Пушкарева 1990). Здесь важно не количество, а сам факт испития. Выпитое в небольшом количестве позволяет человеку сочинить песню о своем богатстве или бедности, о любви, об обиде... о разном. При этом песню, сочиненную и спетую в пьяном состоянии, запрещается исполнять при авторе: исполнение при нем считается жесточайшим оскорблением. Такое питье есть способ расслабления и снятия накопившихся психологических нагрузок.

Какой-то точной статистикой, которая учитывала бы этническое происхождение алкоголизма жителей ЯНАО, я не располагаю, и, возможно, таковой вообще нет. В открытых источниках публиковались такие данные, что в ЯНАО на 500000 тысяч человек населения насчитывается 7000 алкоголиков. Насколько эти данные отображают реальную картину, сказать трудно. Естественно, есть ненцы, которые страдают алкогольной зависимостью. Но должна сказать, что многие из таких людей, тем не менее, справляются с хозяйством, обеспечивают себя и свои семьи. Мне вообще случаи полной деградации личности из-за алкоголизма среди ненцев не попадались.

Я думаю, что в решении проблемы алкоголизма ненцам на помощь может прийти та же русская культура. Ученые округа выдвинули идею вернуть культуру питания традиционных русских сбитней. Они в перспективе могли бы существенно потеснить рынок крепкого и пивного алкоголя, а значит, уменьшить число связанных с ним негативных социальных явлений. Уже разработан рецепт ямальского сбитня на основе местных продуктов. В состав сбитня вошли спирты, получаемые из сфагнума, а полезные свойства этого растения дополняются позитивными качествами клюквы, брусники, морошки, шикши. Если Ямал сможет развить собственный алкогольный бренд, это положительно скажется на проблеме, которую мы затронули.

Н.М.: Какие еще заболевания Вы можете связать с изменением традиционного рациона ненцев?

Е.П.: Большую работу по выявлению заболеваний с связи с изменением питания у коренного населения проводят надымские ученые Научного центра изучения Арктики ЯНАО. В одном из их исследований участвовали более 1800 человек, и сейчас это самая крупная база по данной теме во всём циркумполярном мире. Я сошлюсь на информацию, которая была в прошлом году озвучена заместителем директора этого научного центра Андреем Лобановым (Ученые и представители власти... 2018; Все о питании... 2018). Он считает, и с этим трудно не соглашаться, что продовольственная безопасность коренного населения в первую очередь зависит от местных продуктов питания, которые позволяют людям адаптироваться к суровым климатическим условиям Арктики. Ни здоровья, ни социального благополучия без такого питания достичь нельзя.

Как мы уже говорили, потребление традиционных продуктов, даже при достаточно большом производстве, неуклонно снижается. К чему это приводит, как раз и проследили сотрудники Научного центра изучения Арктики. А приводит это, по их данным, к росту распространённости гипертонии, инсультов, сосудистых поражений, ишемической болезни, хронического бронхита, избыточной массы тела (Ионова 2004; Агбалян 2005; Агбалян, Колесников 2018; Lobanov et al. 2017). Причем у коренных жителей зафиксированные показатели хуже, чем у пришлого поселения. Исследования в Тазовском районе, которые проводились несколько лет, показали, что на юге района потребление оленины и рыбы больше; интересно, что гипертония диагностируется чаще на севере, где традиционных продуктов едят меньше, а климат еще более суров. Не удивительно и то, что распространённость избыточной массы тела больше в южных частях, то есть там, где ближе до магазинов, торговых точек, поселков.

Н.М.: Выработаны ли какие-то рекомендации в связи с этими данными?

Е.П.: Да, было определено минимально достаточное потребление традиционных продуктов для профилактики гипертонии, и такой показатель был включен в федеральные рекомендации по питанию в Арктике. Согласно мнению названных выше ученых, обеспечить профилактический эффект можно, употребляя в пищу местную рыбу два – четыре раза в неделю. Для профилактики хронического бронхита и заболеваний органов дыхания рекомендованы щёкур, щука и оленина. Для профилактики избыточной массы тела полезны пыжьян и та же оленина.

Еще одна важная рекомендация – это диверсификация сельского хозяйства (Лобанов и др. 2014, Лобанов и др. 2017). По данным, которые были озвучены Андреем Лобановым, на местное потребление приходится только 18% от продукции, заготавливаемой в ЯНАО. Есть дефицит качественного мяса на внутреннем рынке. Связан он еще и с тем, что в оленеводстве происходит так называемая «пантовая революция». То есть, на мясо сдаются в основном ослабленные и выбракованные олени, а доход многие семьи получают теперь не от производства оленины, а от продажи пантов. Это положение дел нужно менять.

Также ученые предложили культивировать дикоросы – клюкву, шикшу, голубику. Здесь возможны определенные меры поддержки: дотации, создание этнопарков, стимулирование инновационного пути развития. В целом, ученые, которые занимаются исследованием вопроса о связи изменений в питании и здоровье среди ненцев, предлагают на законодательном уровне рассмотреть мониторинг потребления традиционных продуктов питания. Также необходимо и прогнозирование состояния здоровья населения, поиск необходимых продуктов питания, которые помогали бы адаптироваться при дефиците местных продуктов. В этом направлении наука, общество и власти должны сотрудничать, быть едины в предпринимаемых усилиях.

Примечание:

¹ В этом году у Елены Тимофеевны Пушкаревой юбилей – 26 сентября ей исполнится 70 лет. Она родилась в п. Нумги Надымского района Ямало-Ненецкого автономного округа; в 1975 г. окончила северное отделение Ленинградского государственного педагогического института им. А.И. Герцена по специальности «Русский язык и литература, языки и литература народов Севера»; в 1983 году стала кандидатом исторических наук, а в 2003 – первой среди ненецких женщин доктором исторических наук. Она много лет преподавала и вела научную работу, но при этом еще находила время для общественной работы, и даже занимала различные должности на государственной службе. В 1981–1988 годы Елена Тимофеевна работала в ЛГПИ им. А.И. Герцена (ассистент, а

потом доцент); в 1988–1990 занимала должность старшего научного сотрудника НИИ национальных школ Министерства народного образования РСФСР; в 1990–1994 годы работала в должности ведущего специалиста Госкомсевера РСФСР. В 1994–2004 годы она была помощником депутата Госдумы РФ М.И. Попова, работая как специалист-эксперт, консультант аппарата Комитета Государственной Думы РФ по проблемам Севера и Дальнего Востока. Позже вернулась в родные края, где с мая по октябрь 2004 г. занимала должность профессора кафедры управления Западно-Сибирского гуманитарного института (г. Надым); с марта 2005 г. по декабрь 2007 г. была главным научным сотрудником Ямальского филиала Института истории и археологии УрО РАН. С ноября 2005 года Е.Т. Пушкаревой пришлось снова стать депутатом – теперь уже Государственной Думы ЯНАО четвертого созыва по многомандатному избирательному округу; она работала в должности заместителя председателя Комитета ГД ЯНАО по местному самоуправлению, а с 2010 по 2015 год, будучи депутатом ЗС ЯНАО по 2 одномандатному избирательному округу, работала в должности зам. председателя Комитета по бюджету, налогам и финансам. Все эти годы Елена Тимофеевна активно занималась научной работой, старательно собирая фольклорные и этнографические материалы. Она издала несколько широко известных в научной среде книг (не только на русском языке); одна из самых известных ее монографий – «Картина мира в фольклоре ненцев: системно-феноменологический анализ» (Екатеринбург, 2007). В настоящее время д.и.н. Елена Тимофеевна Пушкарёва – зам. генерального директора по науке издательства «Историческая Иллюстрация» (СПб.).

Библиография

Агбалян, Е.В. (2005) Прогностическая значимость факторов питания в формировании хронических неинфекционных заболеваний на Крайнем Севере, диссертация на соискание ученой степени доктора биологических наук, Надым: Научно-исследовательский Институт Медицинских проблем Крайнего Севера РАМН. <http://medical-diss.com/medicina/osobennosti-haraktera-pitaniya-i-zdorovie-korenno-malochislennogo-i-prishlogo-naseleniya-kraynego-severa#ixzz62Oum2RLn> (21.05.2019)

Агбалян, Е.В., Колесников, Р.А. (2018) Динамика потребления основных продуктов питания населения, *Вестник ТюмГУ, экология и природопользование*, №3 (4), с. 6–21.

Гриценко, В.Н. (2004) *История Ямальского Севера в очерках и документах*, Омск: Омское кн. изд-во.

Ёсида, А. (1997) *Культура питания гыданских ненцев (интерпретация и социальная адаптация)*, М.: ИЭА РАН.

Ионова, И.Е. (2004) Особенности характера питания и здоровье коренного (малочисленного) и пришлого населения Крайнего Севера, автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата медицинских наук, Надым: Научно-исследовательский Институт Медицинских проблем Крайнего Севера РАМН. (<http://medical-diss.com/medicina/osobennosti-haraktera-pitaniya-i-zdorovie-korenogo-malochislennogo-i-prishlogo-naseleniya-kraynego-severa#ixzz62Oum2RLn>) (21.05.2019)

Лобанов, А.А., Попов, А.И., Андронов, С.В. (2014) Инновационные продукты лечебного питания из растительного сырья Ямала. В.В. Вишневский (ред.), *Труды XVIII Международного Форума по проблемам науки, техники и образования*, М.: Академия наук о Земле, с. 130–131.

Лобанов, А.А., Андронов С.В., Кочкин Р.А., Кострицын, В.В., Лобанова Л.П., Попов А.И., Богданова Е.Н. (2017) Разработка функциональных продуктов питания на основе растительного и животного сырья Арктики, *Сборник избранных трудов по материалам Всеросс. науч.-практич. конф. с междунар. участием*, Архангельск: КИРА, с. 476–480.

Похлебкин, В.В. (2000) *История водки*, М.: Центрполиграф.

Пушкарева, Е.Т. (2014) Арктическая кухня в современном обрамлении, Арктика: современные проблемы развития регионов, Тюмень: ТюмГУ, с. 311–322.

Пушкарева Е. Т. (1990) Личные песни ненцев, *Современное финно-угроведение: опыт и проблемы*, Л.: ГМЭ, с. 81–85.

Пушкарева, Е.Т. (2019) *Гастрономические встречи (этнографические очерки о кухне ненцев и не только...)*, Салехард: Северное издательство (в печати)

Пушкарева, Е.Т. (2017) Трансформации в питании ненцев за последние сто лет. В.И. Харитонова (отв. ред.), *Медицинская этнография: современные подходы и концепции*, сб. статей, М.: ИЭА РАН, с. 173–187.

Пушкарева, Е.Т. (2005) Кухня ненцев (по полевым материалам), *VI Конгресс этнографов и антропологов России, тезисы докладов*, СПб.: МАЭ РАН, с. 226.

Ученые и представители власти обсудят вопросы продовольственной безопасности и здоровья ямальцев (2018) Научный центр изучения Арктики (<http://www.arctic89.ru/2018/12/04/ученые-и-представители-власти-обсудят/>) (06.05.2019).

Всё о питании: ямальские учёные участвуют во всероссийском конгрессе диетологов и нутрициологов (2018) Научный центр изучения Арктики (<http://www.arctic89.ru/2018/10/29/всё-о-питании-ямальские-учёные-участв/>) (06.05.2019).

Lobanov, A.A., Andronov, S.V., Popov A.I., Lobanov L.P., Kostitsyn V.V., Kochkin R.A. (2017) Traditional Food System of the Nenets from North-Western Siberia and Reduction of the Risk of Respiratory and Blood Circulation Diseases, *Materials IX international Congress (Arctic Social Sciences)*, Umea, p. 25.

References

Agbalyan, E.V. (2005) Prognosticheskaya znachimost faktorov pitaniya v formirovaniy hronicheskikh neinfekcionnyh zabolevanij na Krajnem Severe [The prognostic significance of nutrition factors in the formation of chronic noncommunicable diseases in the Far North], Thesis for the degree of Doctor of Biological Sciences, Nadym: Institute of Medical Problems of the Far North RAMS.

Agbalyan, E.V., Kolesnikov, R.A. (2018) Dinamika potrebleniya osnovnyh produktov pitaniya naseleniya [Dynamics of consumption of basic foodstuffs of the population], *Vestnik TyumGU, ekologiya i prirodopolzovanie* [Bulletin of TumSU, ecology and nature management], №3 (4), s. 6-21.

Gritsenko, V.N. (2004) *Istorija Jamal'skogo Severa v ocherkah i dokumentah* [History of the Yamal North in essays and documents], Omsk: Omsk Publishing House.

Ionova, I.E. (2004) Osobennosti haraktera pitaniya i zdorove korenного (malochislennого) i prishlogo naseleniya Krajnego Severa [Features of nutrition and health of the indigenous (small) and alien population of the Far North], synopsis of the PhD thesis in medical sciences, Nadym: Institute of Medical Problems of the Far North RAMS.

Lobanov, A.A., Popov A.I., Andronov, S.V. (2014) Innovacionnye produkty lechebnого pitaniya iz rastitel'nого syr'ja Jamala [Innovative health food products from plant materials of Yamal], V.V. Vishnevsky (ed.), *Trudy XVIII Mezhdunarodnого Foruma po problemam nauki, tehniki i obrazovanija* [Proceedings of the XVIII International Forum on the Problems of Science, Technology and Education], Moscow: Academy of Earth Sciences, p. 130–131.

Lobanov, A.A., Andronov, S.V., Kochkin R.A., Kostitsyn V.V., Lobanova L.P., Popov A.I., Bogdanova E.N. (2017) Razrabotka funkcional'nyh produktov pitaniya na osnove rastitel'nого i zhivotnого syr'ja Arktiki [Development of functional food products based on plant and animal raw materials in the Arctic], *Sbornik izbrannyh*

trudov po materialam Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencija s mezhdunarodnym uchastiem [Collection of selected works based on materials from the All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation], Arkhangelsk: KIRA, p. 476-480.

Lobanov, A.A., Andronov, S.V., Popov A.I., Lobanova L.P., Kostritsyn V.V., Kochkin R.A. (2017) Traditional Food System of the Nenets from North-Western Siberia and Reduction of the Risk of Respiratory and Blood Circulation Diseases, Materials IX international Congress (Arctic Social Sciences), Umeå, p. 25.

Pokhlebkina, V.V. (2000) *Istorija vodki* [History of Vodka], Moscow: Tsentrpoligraf.

Pushkareva, E.T. (2014) Arkticheskaja kuhnja v sovremennom obramlenii [Arctic cuisine in a modern setting], *Arktika: sovremennye problemy razvitiija regionov* [Arctic: contemporary problems of regional development], Tyumen: Tyumen State University, p. 311–322.

Pushkareva, E.T. (2019) *Gastronomicheskie vstrechi (jetnograficheskie ocherki o kuhne nencev i ne tol'ko...)* [Gastronomic meetings (ethnographic essays about the Nenets cuisine and not only ...)], Salekhard: Northern Publishing House (in print).

Pushkareva E. T. (1990) Lichnye pesni nencev [Nenets personal songs], *Sovremennoe finno-ugrovedenie: opyt i problem* [Modern Finno-Ugric Studies: experience and problems], L.: GME, s. 81–85.

Pushkareva, E.T. (2017) Transformacii v pitanii nencev za poslednie sto let. [Transformations in the nutrition of the Nenets over the past hundred years], V.I. Charitonova (ed.), *Medicinskaja jetnografija: sovremennye podhody i koncepcii* [Medical Ethnography: Modern Approaches and Concepts], Moscow: IEA RAS, p. 173–187.

Pushkareva, E.T. (2005) Kuhnja nencev (po polevym materialam) [Nenets cuisine (based on the field materials)], VI Kongress jetnografov i antropologov Rossii [VI Congress of Ethnographers and Anthropologists of Russia], St. Petersburg: MAE RAS, p. 226.

Uchenye i predstaviteli vlasti obsudjat voprosy prodovol'stvennoj bezopasnosti i zdorov'ja jamal'cev [Scientists and government officials will discuss issues of food security and the health of the Yamal] (2018) Nauchnyj centr izuchenija Arktiki [Arctic Research Center] (<http://www.arctic89.ru/2018/12/04/ученые-и-представители-власти-обсудят/>) (06.05.2019).

Vsjo o pitanii: jamal'skie uchjonye uchastvujut vo vserossijskom kongresse dietologov i nutriciologov [All about nutrition: Yamal scientists participate in the All-Russian Congress of Nutritionists and Nutritionists] (2018) Nauchnyj centr izuchenija

Arktiki [Arctic Research Center] (<http://www.arctic89.ru/2018/10/29/всё-о-питании-ямальские-учёные-участв/>) (06.05.2019).

Yosida, A. (1997) *Kultura pitaniya gydanskih nencev (interpretaciya i socialnaya adaptaciya)* [Gydan Nenets food culture (interpretation and social adaptation)], M.: IEA RAS.

Keywords: traditional food, Nenets, peoples of the North, health preservation, Yamal, Yamalo-Nenets Autonomous District

Abstract: The interview reviews the consequences of changes in traditional Nenets nutrition, loss or modernization of certain dishes, the emergence of new food products, as well as a shortage of venison and local fish, and its consequences for people's health in Yamalo-Nenets Autonomous District. The problem of alcohol consumption is also discussed, including in connection with certain traditional ritual practices. Special attention is paid to possible actions for overcoming the negative consequences of changes in traditional Nenets nutrition.

Authors info:

Nestor Alexandrovich Manichkin is Cand. Sc. and Research Fellow at the Center of Medical Anthropology, Institute of Ethnology and Anthropology, Russian Academy of Sciences (Moscow).

E-mail: nes.pilawa@gmail.com

Elena Timofeyevna Pushkareva is Deputy Scientific Director at Historical Illustration Company, Doctor of Historical Sciences, Assistant Professor, Minister-Counselor of Russia.

E-mail: e_pushkareva@mail.ru

Citation link:

Manichkin, N.A., Pushkareva, E.T. (2019) *Izmeneniya v tradicionnom pitanii nencev: kul'turno-istoricheskij faktor i zdorov'esberezhnie v uslovijah Krajnego Severa* [Changes in traditional Nenets nutrition: cultural-historical factor and health preservation in Extreme North conditions]. *Medicinskaja antropologija i biojetika* [Medical anthropology and bioethics], 1(17).