

УДК [811.161.1+811.161.3]:42:070:641

**МИКРОПОЛЕ FOOD AND HEALTH ‘ПИЩА И ЗДОРОВЬЕ’
В АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ: СТРУКТУРНО-СЕМАНТИЧЕСКИЕ
ОСОБЕННОСТИ**

О.А. Шуманская

*Белорусский государственный университет иностранных языков
Минск, Республика Беларусь, olga.shumanskaya@gmail.com*

В статье представлены результаты выявления и описания структуры и содержания лексико-семантического микрополя *Food and Health* ‘Пища и здоровье’ на материале, извлеченном из словарей английского языка. Автором установлены тематические и ценностные доминанты рассматриваемого микрополя.

Ключевые слова. Лингвокультурология, лексикографический подход, лексико-семантическое поле, витальные потребности, пища.

В современном обществе все больше внимания уделяется функциональному аспекту пищи. С одной стороны, еда воспринимается как ресурс с лечебными свойствами; понятия функциональных продуктов (пищи, содержащей биоактивные соединения: антиоксиданты, пробиотики, суперфуды) стали частью массовой культуры и вошли в повседневный обиход широкой аудитории [1, 2]. С другой стороны, массовое производство пищи, насыщенной синтетическими добавками, видится как потенциальная угроза здоровью, приводящая к ряду серьезных заболеваний.

Описанное отношение к еде находит отражение в языке в виде лексем и устойчивых словосочетаний, номинирующих полезные и вредные, натуральные и искусственные компоненты в пище, различные диеты и заболевания, связанные с питанием (*eating disorder* 'расстройство пищевого поведения', *obesity* 'ожирение', *bulimia* 'булимия'). Рассмотрение данного пласта лексики представляется необходимым для более глубокого и детального изучения способов номинации гастрономической картины мира носителей английского языка, в которой помимо продуктов и блюд, приготовления, сервировки и потребления пищи вербализацию получает полезный, лечебный или наоборот вредоносный потенциал еды. Для этого был собран материал исследования, представляющий собой лексемы и устойчивые словосочетания на английском языке, номинирующие взаимосвязь пищи и здоровья. Они были извлечены из 4-го издания толкового словаря английского языка «Cambridge Advanced Learner's Dictionary» и из онлайн-версии словаря синонимов и антонимов «Cambridge Dictionary. English Thesaurus». Общее количество лексем и устойчивых словосочетаний составило 79 единиц. Они были объединены в лексико-семантическое микрополе *Food and Health* 'пища и здоровье', представляющее собой часть более обширного лексико-семантического объединения – ЛСП *Food* 'пища'.

Для выделения микрополя *Food and Health* 'пища и здоровье' был использован логико-семантический метод, основанный на принципе идентификации Ш. Балли, согласно которому, выделение лексико-семантического поля начинается с установления его имени. В качестве имени поля используется «слово-идентификатор», выражающее «общий смысл для входящих в поле слов в наименее эмоциональной и наиболее объективной форме» [3, стр. 23]. Словами-идентификаторами для рассматриваемого поля послужили лексемы, наиболее точно и полно отражающие его содержание: *food* 'пища' и *health* 'здоровье'.

В английском языке микрополе *Food and Health* 'пища и здоровье' состоит из объединения лексем и устойчивых словосочетаний, связанных темами: 1) состав пищи; 2) диеты; 3) яды и очищение организма; 4) заболевания, вызванные питанием; 5) типы пищи, влияющие на здоровье (функциональная еда, вредная еда); 6) проблемы пищеварения.

Особенность рассматриваемого микрополя заключается в том, что в его состав в большом количестве входят слова и словосочетания, изначально употреблявшиеся в сфере медицины, но со временем получившие массовое распространение. К подобным лексемам относятся названия витаминов (*vitamin A* 'витамин А', *thiamine* 'тиамин или витамин B1'), полезных и вредных компонентов пищи (*nutrient* 'питательное вещество', *allergen* 'аллерген'), болезней (*diabetes* 'диабет', *allergy* 'аллергия', *obesity* 'ожирение'), типов диет (*Atkins diet* 'диета Аткинса', *calorie controlled diet* 'диета с ограничением калорийности'). Посвященные им словарные статьи включают элементы энциклопедических сведений, таких как названия химических элементов, их природные источники и полезные свойства:

vitamin 'C is a specialized ascorbic 'acid, a vitamin found in foods such as citrus fruit, green vegetables with a lot of leaves..., important for healthy bones, joints, teeth... 'Витамин С – это специализированная аскорбиновая кислота, витамин, который содержится в таких продуктах, как цитрусовые, зеленые листовые овощи..., и имеет важное значение для здоровья костей, суставов и зубов'. Несмотря на то, что словарные статьи стремятся к нейтральности в описании явлений, в них фиксируются положительные или отрицательные коннотативные компоненты. Они проявляются в описании положительных или отрицательных свойств, в примерах употребления слов в контексте, как в случае с термином *trans fat* 'трансжир': *a type of fat that is produced by hydrogenation (when vegetable oil is made into solid fat) and is used in MARGARINE, fried foods, etc.: An excess of trans fats in the diet can cause high cholesterol levels* 'Тип жира, получаемый в процессе гидрогенизации (когда растительное масло превращается в твердый жир) и используемый в маргарине, жареных блюдах и т. д.: Избыток трансжиров в рационе может привести к высокому уровню холестерина'.

К основным проблемам современного общества, связанным с питанием, относится переедание и его крайняя степень – ожирение. О важности проблемы свидетельствует значительное количество названий диет, направленных на снижение веса, зафиксированных в словаре: *crash diet* 'полуголодная диета, экспресс-диета'; *starvation diet* 'диета, основанная на голодании'. Тема диет и похудения также актуализируется при помощи лексем *calories* 'калории', *empty calories* 'пустые калории'. В словаре фиксируются устойчивые словосочетания со словом диета: *balanced* 'сбалансированная'/*good* 'хорошая'/*healthy* 'здоровая, полезная'/*varied* 'разнообразная'/*unhealthy* 'вредная'/*poor* 'скудная, несбалансированная'/*strict diet* 'строгая диета'. Перечисленные словосочетания отражают представления носителей языка о диетическом питании. Оно категоризируется по критериям пользы, разнообразия, сбалансированности и строгости ограничений. Противоположными ожирению проблемами являются голодание и истощение от голода. Данные проблемы актуализируются при помощи лексем *starvation* 'голодание, истощение от голода', *malnutrition* 'недоедание', *undernourished* 'недоедающий, истощенный', *malnourished* 'страдающий от неполноценного питания'.

В пределах тематического объединения «состав пищи» выделяются слова, номинирующие полезные составляющие еды. В словарных дефинициях они ассоциируются с поддержанием здоровья и отсутствием токсичности (*vitamin C* 'витамин Ц', *protein* 'белок', *Omega-3* 'Омега-3', *fiber* 'клетчатка'). В данное объединение также входят лексемы, номинирующие вредные элементы, потенциально патогенные или подлежащие исключению из рациона (*trans fat* 'трансжиры', *toxin* 'токсин', *allergen* 'аллерген'). К объединению «состав пищи» также относятся условно нейтральные компоненты пищи, эффект которых зависит от индивидуальной переносимости: *lactose* 'лактоза', *saccharin* 'сахарин' и др.

Объединение «типы пищи, влияющие на здоровье (функциональная еда, вредная еда)» включает лексемы и словосочетания, номинирующие полезную и вредную пищу. Согласно словарю, еда, описываемая как нездоровая, как правило, имеет искусственное происхождение и содержит синтетические добавки: (*junk food* 'фастфуд, нездоровая пища', *genetically modified food* 'генетически модифицированная пища'). К здоровой пище относятся продукты естественного происхождения, с низким содержанием сахара и жиров: *health food* <...> *is believed to be good for you because it does not contain artificial chemicals or much sugar or fat* 'Здоровая пища – это продукты питания, которые считаются полезными для здо-

ровья, поскольку они не содержат искусственных химических веществ, а также большого количества сахара или жиров'. Полезной также считается еда, обогащенная питательными веществами, усиливающими ее положительный эффект на организм человека и повышающими ее функциональную ценность. К такому виду пищи относятся *functional or nutraceutical food* 'функциональные или нутрицевтические продукты питания' (пища, в которую были добавлены витамины, минералы или лекарственные вещества для повышения её пользы для здоровья). К функциональной пище также относят *superfood* 'суперфуд' (продукт питания, который считается исключительно полезным для здоровья); *macrobiotic food* 'макробиотические продукты' (пища, разделенная на группы по специальным принципам, выращенная без применения химикатов и считающаяся исключительно полезной для здоровья). Перечисленные понятия (суперфуд, функциональные продукты питания, макробиотические продукты питания) отражают сложившиеся в обществе ожидания от пищи, полезность которой определяется по таким критериям как натуральность и насыщенность полезными элементами.

Заслуживает внимания понятие *comfort food* 'комфортная еда' (тип пищи, которую люди едят в состоянии грусти или тревоги; часто это сладкие продукты или еда, которую они ели в детстве). Данное понятие наделяет еду психологическим смыслом, концептуализирует ее психотерапевтический эффект и тем самым сближает пищу с такой областью человеческого здоровья, как эмоциональное и психологическое благосостояние. Примечательно, что данный вид пищи обычно не соответствует представлениям о здоровой еде. В словарях *comfort food* 'комфортная еда' определяется как «обычно сладкая еда». В примерах употребления данного понятия фигурируют такие виды комфортной еды, как шоколад, мороженое и другие сладкие или жирные блюда, не имеющие отношения к правильному питанию. Однако понятие комфортной еды не обладает отрицательной коннотацией. В нем заложена идея психологической самопомощи через регулирование пищевых практик, что поощряется и принимается в современном обществе [4].

Объединение «яды и очищение организма» содержит лексемы, номинирующие содержащиеся в еде вредные вещества естественного или искусственного происхождения и связанные с ними понятия: *toxic* 'ядовитый, токсичный', *toxin* 'токсин', *poisoning* 'отравление', *food poisoning* 'пищевое отравление', *botulism* 'ботулизм'. В объединение также входят лексемы, номинирующие способы очищения, детоксикации организма: *detoxify* 'очищать от токсинов, выводить яды', *detoxification* 'детоксификация'. Объединение «заболевания, вызванные питанием» включает лексемы *diabetes* 'диабет', *allergy* 'аллергия', *eating disorder* 'расстройство пищевого поведения'. Тема «проблемы пищеварения» актуализируется при помощи слов и словосочетаний: *stomach ache* 'боли в животе', *gastritis* 'гастрит', *gastroenteritis* 'гастроэнтерит', *dyspepsia* 'диспепсия'.

Таким образом, лексико-семантическое микрополе *Food and Health* 'Пища и здоровье' представляет собой динамичный фрагмент лексической системы английского языка, номинирующий представления носителей языка о взаимосвязи здоровья и пищи. Данное микрополе состоит преимущественно из лексем и словосочетаний, заимствованных из медицинской сферы (названия витаминов, диет, заболеваний) и получивших широкое употребление в массовой культуре. Это свидетельствует о том, что в современном обществе медицинские знания, связанные с вопросами питания, воспринимаются как часть повседневности.

Поскольку тема здоровья и пищи затрагивает витальный аспект (физическое и ментальное благосостояние человека, его работоспособность, качество и продол-

жительность жизни), лексика этой темы закономерно приобретает положительную или отрицательную коннотацию в зависимости от контекста. Данная особенность отчётливо прослеживается в словарных дефинициях: они фиксируют как позитивную, так и негативную оценку описываемых состояний, веществ: *malnourished* <...> *weak and in bad health because of having too little food*... “недоедающий, человек со слабым здоровьем из-за нехватки пищи или плохого питания”; *protein* <...> *one of the many substances <...> that is necessary for the body to grow and be strong* ‘белок... одно из веществ, которое необходимо для того, чтобы расти и быть сильным’.

Лексемы микрополя организованы вокруг противопоставлений **полезный – вредный** (*junk food* ‘фастфуд, нездоровая пища’, *superfood* ‘суперфуд’), **натуральный – искусственный** (*genetically modified food* ‘генетически модифицированная пища’, *health food* ‘полезная, здоровая пища’), **очищение – отравление** (*toxin* ‘токсин’, *poisoning* ‘отравление’, *detoxify* ‘очищать от токсинов, выводить яды’, *detoxification* ‘детоксификация’). Часто характеристики из перечисленных оппозиций сочетаются: натуральный является одновременно полезным, а искусственный или синтетический воспринимается как вредный (*junk food* ‘фастфуд, нездоровая пища’, *health food* ‘полезная, здоровая пища’).

Основные эффекты, приписываемые пище – это профилактический, заключающийся в способности насыщать организм полезными веществами и укреплять его. Вредоносный эффект заключается в нарушении работы организма и развитии ряда серьезных заболеваний в результате употребления нездоровой пищи или при отравлении. Психотерапевтический эффект пищи заключается в ее способности влиять на эмоциональное состояние, снижать стресс за счет употребления любимой и знакомой с детства еды, вызывающей чувство комфорта и безопасности, ностальгии.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. “Food Is Medicine” Strategies for Nutrition Security and Cardiometabolic Health Equity: JACC State-of-the-Art Review [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0735109723083171>. – Дата доступа: 07.05.2026.
2. Advances in Food-As-Medicine Interventions and Their Impact on Future Food Production, Processing, and Supply Chains [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2161831325000572#:~:text=Abstract,adopting%20a%20general%20healthy%20diet>. – Дата доступа: 07.05.2026
3. Потапова, О.Е. Вербальная репрезентация концепта. Лексико-семантическое поле как фрагмент языковой картины мира (на материале ЛСП «море»): монография / О.Е. Потапова. – Чебоксары: ИД «Среда», 2020. – 164 с.
4. Why Do We Eat Comfort Food? Exploring Expectations Regarding Comfort Food and Their Relationship with Comfort Eating Frequency [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12297910/>. – Дата доступа: 06.05.2026

THE MICROFIELD FOOD AND HEALTH IN ENGLISH: STRUCTURAL AND SEMANTIC FEATURES

O.A. Choumanskaya

Belarusian State University of Foreign Languages,
Minsk, Republic of Belarus, olga.shumanskaya@gmail.com

The article presents the results of a study aimed at identifying and describing the structure and content of the lexico-semantic microfield Food and Health in English, based on data ex-

tracted from English dictionaries. The author establishes the thematic and value dominants that characterise the microfield.

Keywords: linguoculturology, lexicographic approach, lexico-semantic field, vital needs, food.