

УДК: 613.2:613.63/64

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ РАБОТАЮЩИХ НА ХИМИЧЕСКОМ ПРОИЗВОДСТВЕ

Лавинский Х.Х., Кулеша З.В., Рябова Н.В.

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

На предприятиях химической промышленности Беларуси занято значительное количество работающих, которые в производственных условиях имеют постоянный контакт с вредными веществами, в том числе и неорганическими соединениями фтора и фосфора, накопление которых в организме приводит к развитию нарушений гомеостаза, патологических нарушений в органах и системах.

Адекватное лечебно-профилактическое питание способствует предотвращению накопления вредных веществ, регуляции обменных процессов, мобилизации защитных сил организма, сохранению и укреплению здоровья.

Цель данного исследования – гигиеническая оценка адекватности фактического питания потребностям организма работающих на заводе по производству фосфатных удобрений: главными вредными агентами являются неорганические соединения фтора и фосфора.

Задачи исследования:

- исследование энергетической и нутриентной адекватности фактического питания, в первую очередь, содержание минеральных веществ и витаминов;
- гигиеническая оценка лечебно-профилактического питания работающих.
- изучение фактического питания работающих осуществлялось с помощью методов: 24-часового воспроизведения суточного рациона питания и анализа лечебно-профилактического питания по меню-раскладкам.

Выводы:

Энергетическая ценность суточного рациона питания работающих мужчин превышает величину энергетических затрат на 9%, рацион работающих женщин, наоборот, характеризуется 20%-ым дефицитом поступления пищевой энергии.

Фактическое питание удовлетворяет потребности организма работающих в пищевом белке, в среднем, лишь на 59,77%. Вклад пищевой энергии за счет утилизации белков составляет 12,9% по отношению к энергетической ценности суточного рациона питания.

Жировой компонент фактического рациона рабочих, наоборот, превышает допустимое суточное поступление жиров при работе в данных производственных условиях. Удельный вес жиров в рационе питания равен 36,6% при рекомендуемом нормативе не более 20%.

Поступление углеводов ниже рекомендуемых значений на 33%. Более выраженный недостаток углеводов наблюдается в рационе женщин.

Соотношение белков, жиров, углеводов в рационе питания по массе равно 1:1,2:3,7 при рекомендуемом 1:0,8-0,9:4.

Фактическое питание работающих характеризуется недостаточным поступлением животных белков: большая часть поступающих белков (60%) представлена белками растительного происхождения, а доля твердых жиров в их общем количестве составляет 77%.

У 67% обследованных выявлены нарушения режима питания. Режим питания не соответствует суточным биологическим и социальным ритмам, не соблюдаются ночные интервалы между приемами пищи.

Рационы питания работающих отличаются недостаточным количеством и дисбалансом большинства минеральных веществ. Количество кальция в пищевых рационах обеспечивает лишь половину нормы потребления, потребность в магнии удовлетворяется на 53%, поступление фосфора избыточно (в 1,5 раза).

В рационе питания работающих наблюдается дефицит витаминов (ретинола, тиамина, рибофлавина и аскорбиновой кислоты).

Продуктовый набор лечебно-профилактических продуктов питания характеризуется отсутствием разнообразия, избыточным количеством животных жиров, макаронных изделий, сахара.

Таким образом, фактическое питание работающих, включая, продуктовый набор лечебно-профилактических продуктов питания, требует коррекции: в первую очередь, увеличения в нем количества белков животного происхождения, содержания витаминов и минеральных веществ, уменьшения животных жиров. Следует изменить режим питания работающих, уменьшить интервалы между приемами пищи за счет увеличения их кратности.

HYGIENIC ESTIMATION OF ACTUAL NUTRITION OF THE WORKERS ON CHEMICAL INDUSTRY

Lavinski Kh.Kh., Kylesha Z.V., Ryabova N.V.

The actual nutrition of men is characterized by high energy value, deficiency of protein, vitamins and minerals. There is no variety in the food collection. Irrational regime of nutrition.