

ЗНАЧЕННЯ НАУКОВИХ РОЗРОБОК З ОСНОВ ХАРЧУВАННЯ ЗДОРОВОЇ ТА ХВОРОЇ ЛЮДИНИ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ.

Здоров'я - найбільша цінність людського життя. Від стану здоров'я залежить все те, що робить наше життя повноцінним і щасливим: якість життя, її тривалість, фізична активність, і т.д. Існує цілком обґрунтоване наукове думка, що при раціональному харчуванні тривалість людського життя може досягати 120 - 150 років. Їжа забезпечує організм енергією, необхідною для пересування і трудової діяльності, служить джерелом "пластичних" речовин, білків, жирів і вуглеводів, а також вітамінів і мінеральних солей, завдяки яким відбувається оновлення клітин і тканин. Вироблення гормонів, ферментів і інших регуляторів обмінних процесів в організмі також відбувається завдяки харчовим продуктам. Від характеру і повноцінності харчування залежить обмін речовин в організмі, функціонування органів і систем, тканин і клітин. При правильному харчуванні забезпечується постійність внутрішнього середовища організму людини, що є запорукою здоров'я, фізичної активності та довголіття. Забезпечується повноцінне функціонування імунної системи, підвищується опірність організму, його можливість протистояти хворобам. Для підтримки нормального перебігу енергетичних, пластичних і каталітичних процесів харчування повинно бути повноцінним.

Харчування здорової людини має відповідати його фізіологічним потребам в залежності від статі, регіону проживання, характеру праці та інших факторів. Їжа повинна бути різноманітна. У раціон харчування повинні входити всі групи продуктів, необхідні для поповнення енергетичних витрат і функціонування всіх органів і систем організму.

Неправильне харчування призводить до порушення процесів обміну речовин в організмі, ослаблення імунітету, виникнення хронічних захворювань, передчасного старіння. Надмірне харчування є частою причиною захворювань органів кровообігу, ожиріння, атеросклерозу, цукрового діабету, подагри,

поліостеохондрозу. Недолік харчування внаслідок білкової недостатності їжі викликає важкі захворювання у дітей: уповільнення зростання, розумового розвитку, формування кісток, виникнення змін в підшлунковій залозі і печінці.

Для кращого засвоєння їжа повинна піддаватися певній кулінарній обробці, при якій повинна бути збережена її поживна цінність. Важливу роль в правильному харчуванні грає культура споживання їжі, її кількість, якість, естетика приготування страв, що покращує апетит і процеси травлення. Крім кількості і якості їжі, істотне значення має режим харчування - час прийому їжі, проміжки між її прийомами, розподіл протягом дня.

Через погіршення екологічної ситуації якість продуктів харчування і питної води значно погіршилося. Як відомо, вода - основна складова людського організму. Всі процеси життєдіяльності організму відбуваються за участю води, тому її якість впливає на здоров'я. Воду для пиття і приготування їжі потрібно застосовувати тільки очищену, особливо в промислових регіонах.

Використання при виробництві продуктів харчування генетично модифікованих продуктів рослинництва і тваринництва становить загрозу для здоров'я нинішнього і майбутнього поколінь. Їх випробування проводилися не в повному обсязі і були недостатньо тривалими за термінами для винесення остаточного висновку, так як вплив ГМП може проявитися через кілька поколінь.

Саме тому, досягнення розуміння лікарями-інтернами значення теорій харчування в системі первинної та вторинної профілактики захворювань та їх відображення в раціональному, лікувальному, дієтичному, лікувально-профілактичному харчуванні у відповідності до Конституції України та Закону про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення України є пріоритетним напрямком підготовки майбутніх лікарів на кафедрі гігієни та екології № 2 Харківського національного медичного університету.

На сьогоднішній час питання харчування здорової і хворої людини в медичній практиці лікаря вважається актуальним у зв'язку із зростанням аліментарно-обумовлених станів, необхідністю адекватного використання

аліментарних чинників терапії та профілактики сучасних гострих та хронічних захворювань, підвищення вимог до організації харчування. Окремими питаннями, однак не менш значущими, слід вважати визначення питань безпеки харчових продуктів, основ харчування у екологічно несприятливих умовах, питань профілактики харчових отруєнь.

В умовах перманентного реформування системи охорони здоров'я України постійно виникає дисбаланс між необхідністю та можливістю реалізації напрямків організації роботи всіх структурних підрозділів ЛПЗ. Одним із потенційно небезпечних структурних підрозділів з точки зору впливу на здоров'я хворого є дієтологічна служба ЛПЗ. Ці ризики обумовлені не тільки невідповідністю призначення дієтичного та лікувального харчування діагнозу хворого, але і досить великою вірогідністю виникнення харчових отруєнь у зв'язку з фатальними порушеннями організації роботи дієтологічної служби та, як кінцевий результат, якості виготовлених страв. У зв'язку з цим необхідно в концептуальній формі в умовах семінару проаналізувати штати, обов'язки, технології вирішення проблемних питань профілактики можливих харчових отруєнь та ускладнень перебігу хронічної патології в умовах стаціонару у відповідності до старих нормативних документів.

Вищезазначене обумовлює сучасну актуальність для лікарів практичної ланки охорони здоров'я вивчення питань, які висвітлюються у програмі підготовки майбутніх лікарів з основ харчування здорової та хворої людини.

У зв'язку з цим на кафедрі гігієни та екології № 2 розроблені наукові розробки які висвітлюють оцінку та рекомендації щодо організації харчування в лікувально-профілактичних закладах, інтернатах, на великих підприємствах, у школах та дитячих садках і т. ін.

Таким чином, враховуючи особливу актуальність зв'язку харчування з виникненням захворювань, стає необхідність введення курсу з основ харчування здорової та хворої людини для лікарів-інтернів терапевтичного профілю на кафедрі гігієни та екології №2. На кафедрі розроблено велику кількість методичних розробок з даного питання, однак вони використовуються

лише для проведення циклу тематичного удосконалення “Вибрані питання харчування здорової і хворої людини в медичній практиці лікаря”.

Тому, у разі проведення даного курсу на кафедрі гігієни та екології №2, в результаті теоретичного і практичного навчання майбутні лікарі ознайомляться з останніми даними стосовно теорій харчування, та нормативно-технічними документами питань організації роботи дієтологічної служби різних організованих контингентів (лікувально-профілактичних закладів, інтернатів, домів престарілих, дитячих дошкільних і шкільних установ і т. ін.), з сучасними медичними технологіями стосовно аліментарної профілактики несприятливих факторів сучасного навколишнього середовища (ксенобіотики, радіація, ядохімікати), а також поглиблять знання з основних напрямків профілактики масових харчових отруєнь.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Закон України "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення". № 4004-12, від 12.06.2011р.
2. Закон України "Про безпечність та якість харчових продуктів" № 771/97-ВР від 23.12.1997 р.
3. Петровский К. С., Ванханен В. Д. Гигиена питания – М.: Медицина, 1981, - 528 с.
4. Гігієна харчування з основами нутріціології. /В. І. Ципріян та ін. Навч. посібник – К.: Здоров'я, 1999. – 568 с.
5. Гігієна харчування з основами нутріціології: Підручник; У 2 кн. – Кн.1 / Т. І. Аністратенко, Т. М. Білко, О. В. Благо дарова та ін.; За ред. проф. В. І. Ципріяна. – К.: Медицина, 2007. – 528 с.
6. Гігієна харчування з основами нутріціології: Підручник; У 2 кн. – Кн.2 / В. І. Ципріян, І. Т. Матасар, В. І. Слобод кін та ін.; За ред. проф. В. І. Ципріяна. – К.: Медицина, 2007. – 544 с.