

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В САНАТОРНО-КУРОРТНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

*Расулова Н.Ф., Гулямов С.С., Акбарходжаев А.А.
Ташкентский педиатрический медицинский институт*

Актуальность. Питание человека – одна из наиболее важных задач. Оно имеет принципиальное отличие от всех остальных загадок природы. Питание является важнейшей физиологической потребностью организма. Для построения и непрерывного обновления клеток и тканей, для восполнения энергетических затрат организма необходимо питание. С давних времен люди понимали огромное значение питания, они считали еду источником здоровья и силы, а также бодрости. С учетом условий жизни, труда и быта правильное питание обеспечивает постоянство внутренней среды организма человека, деятельность различных органов и систем и, таким образом, является неременным условием хорошего здоровья, гармоничного развития, высокой работоспособности.

Организация санаторно-курортного питания призвана обеспечить удовлетворение потребностей организма в калориях, питательных и биологически активных веществах. Изучение организации санаторно-курортного питания является актуальной проблемой.

Цель исследования. Изучить методы и систему организации санаторно-курортного питания в санаториях Республики Узбекистан

Материалы исследования. Исследованием изучена организация, диететика и культура санаторно-курортного питания в Республике Узбекистан.

Результаты исследования. Питание в санаторно-курортных учреждениях направлено на выполнение трех основных функций. Снабжении организма энергией является первым основным функцией питания. Рациональное питание предусматривает примерный баланс поступающей в организм энергии и расходуемой на обеспечение процессов жизнедеятельности. Для того чтобы получать достаточное количество энергии в виде калорий, санаторно-курортное питание должно содержать достаточное количество жиров и углеводов, которые являются основными источниками калорий. В рационе энергетическая ценность составляет: Б -100-120гр; Ж – 80-100гр; У – 400-450гр; энергии. 3500 ккал; свободной жидкости 1,5 л.

Вторая функция питания – снабжение организма пластическими веществами. К ним относятся белки, минеральные вещества, жиры и меньшей степени – углеводы. В процессе жизнедеятельности в организме человека постоянно разрушаются одни клетки и внутриклеточные структуры и вместо них появляются другие.



Пластическая функция осуществляется за счет достаточного содержания в пище белков. Они поступают в организм с мясными, рыбными, некоторыми растительными, молочными продуктами и яйцами. Большее количество белковых продуктов необходимо растущим организмам.

Третья функция питания – это снабжение организма биологически активными веществами, необходимыми для регуляции процессов жизнедеятельности – это третья функция питания. Гормоны, ферменты являются регуляторами химических процессов, протекающих в организме, и они синтезируются самим организмом. Однако некоторые из них организм человека может синтезировать только из специальных предшественников, находящихся в пище. Этими предшественниками являются витамины, присутствующие в продуктах питания. При недостаточном питании снижается общий иммунитет, при этом уменьшается сопротивляемость организма самым различным инфекциям. Диетическое питание – это лечебное и профилактическое питание в санаторно-курортных учреждениях и является обязательной и неотъемлемой частью комплексного лечения независимо от заболевания. Формируя рацион диетического питания, следует учитывать, что все продукты различны по своему химическому составу, а следовательно, и по характеру воздействия на наш организм. В санаторно-курортных учреждениях больным предложено пять объединенных универсальных диетических рационов питания. Цель такого питания заключается в том, чтобы содействовать процессам санаторно-курортного лечения тех или иных заболеваний и не вызвать обострения сопутствующих заболеваний. Диетические рационы рассматриваются как тренирующие и стимулирующие компенсаторные механизмы, позволяющие больному получать разнообразное и полноценное питание.

Диетические рационы условно можно разделить на две группы.

К 1-й группе относятся такие, в которых регулируется в основном продуктовый набор, количественный состав тех или иных составных частей (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины, микроэлементы), в то время как метод кулинарной обработки существенной роли не играет.

Ко 2-й группе относятся диетические рационы, в которых истинную роль играет кулинарная обработка при заболеваниях органов пищеварения. Это еще раз подтверждает необходимость объединения диет в отдельные группы.

Выводы. Диетические рационы рассматриваются как тренирующие и стимулирующие компенсаторные механизмы, такие, которые позволяют больному получать разнообразное и полноценное питание.

Учитывая рекомендации к продуктовому набору для больного при тех или иных состояниях организма, а также, признаки заболеваний и характер обменных процессов в санаторно-курортных учреждениях предложено 5 (пять) универсальных диет (рационов).

1 й. – при хронических заболеваниях желудка с повышенной кислотностью и при хронических панкреатитах;

2 й. – при хронических заболеваниях желудка с пониженной кислотностью и при хронических холециститах;

3 й. – при нарушении обмена веществ, при сахарном диабете, ожирении;

4 й. – при заболевании сердечно-сосудистой и мочеполовой системы;

5 й. – для практически здоровых людей, а также для больных с заболеваниями, что не представляют собой необходимости в диетпитании.

В санаториях и профилакториях диетическое питание способствует более интенсивному лечебному действию природно-климатических факторов на отдыхающих и скорейшей их реабилитации.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ:

1. Е.Г. Степанов. Санаторно-курортное лечение: Учебное пособие (для студентов всех форм обучения по направлению подготовки 0504 – «Туризм»)- Харьков: ХНАГХ, 2006. – С.332

2. Акбарходжаев А.А. Изучение подходов оценки деятельности медицинских и санаторно-курортных учреждений / Бюллетень Ассоциации врачей Узбекистана, Ташкент, 2014, №3, С.102-106

3. Джалилова Г.А. Лечебное питание в санаторно-курортных учреждениях // Материалы международной научно-практической конференции “Роль и значение санаторно-курортных учреждений в сохранении и восстановлении здоровья населения Узбекистана”, 7-9 ноября 2019, – С.39

4. Назарова С.К., Оташехов З.И. Роль отделения гигиены питания в профилактики йододефицитных сосотояний в Республике Узбекистан// Научный журнал "Интернаука", №18 (147), часть 1, Россия, 2020. С.53-54

5. Асадова, Гульнора Акмаловна. "ОРГАНИЗАЦИЯ ПЛАНОВОЙ ИММУНИЗАЦИИ НАСЕЛЕНИЯ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ." European Journal of Interdisciplinary Research and Development 14 (2023): 30-33.