

*Лукерчик П.С.*

## **ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА БАЗОВОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ ОРГАНИЗАЦИЙ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ**

*Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Дорошевич В.И.*

*Кафедра общей гигиены*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Питание является одним из ведущих факторов окружающей среды, определяющих не только качество жизни, но также функциональный статус человека, сопротивляемость к инфекционным заболеваниям и процессы восстановления. Несоответствие количественной и качественной адекватности питания энергетическим и пластическим потребностям неблагоприятно действует на организм. В организациях здравоохранения гигиеническая полноценность рациона приобретает особое значение, оказывает существенное влияние на эффективность лечения пациентов и их реабилитацию.

В источниках информации имеются сведения о продуктовом наборе рациона и содержании белков, жиров и углеводов. Отсутствуют материалы по содержанию микронутриентов и сбалансированности основных пищевых веществ, определяющих биологическую ценность. Из этого следует, что гигиеническая оценка базового рациона в организациях здравоохранения является актуальной.

**Цель:** гигиеническая оценка фактического базового рациона пациентов организаций здравоохранения.

**Материалы и методы.** Объектом исследования являлся базовый рацион (диета Б), принятый в организациях здравоохранения, для пациентов в состоянии, не требующем назначения прочих стандартных диет. Состав рациона принимался в соответствии с нормами, установленными Постановлением Министерства Здравоохранения №106 в действующей редакции, которое регламентирует среднесуточные наборы продуктов для пациентов. Предметом исследования являлась гигиеническая оценка фактического макро- и микронутриентного состава и энергетической ценности базового рациона. Для расчета использовались справочники «Химический состав пищевых продуктов» (Москва, 1976 г.) и «Химический состав пищевых продуктов. Книга 2» (Москва, 1987 г.).

**Результаты и их обсуждение.** Базовый рацион соответствует энергетическим потребностям организма. Имеет место неоптимальное соотношение белков, жиров и углеводов по своему абсолютному количеству (соотношение 1:1,26:3,34). Распределение суточной энергетической ценности рациона по макронутриентам составило: белки – 14,61%, жиры – 37,13%, углеводы – 48,26%. Это свидетельствует о выраженном дефиците в рационе углеводов и избыточном содержании жиров, что не обеспечивает их оптимальную сбалансированность и снижает биологическую ценность. При этом среди общего числа жиров только 23,78% приходится на жиры растительного происхождения, в результате чего ухудшается обеспеченность организма полиненасыщенными жирными кислотами.

**Выводы.** Базовый рацион не обеспечивает в полной мере физиологических потребностей пациентов по ряду нутриентов, что требует его коррекции с учетом потерь при термической обработке продуктов и биодоступности пищевых веществ.