

УДК 613.2 - 057.874

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПИТАНИЯ И ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

Г.К. Турдунова, А.С. Керимкулова, Ш.М. Токешева, Г.Р. Даутбаева, К.С. Турдунов

Центр здорового питания г.Семей,
ГУ УГСЭН по г.Семей ДКГСЭН МЗ РК по ВКО

Тұжырым**МЕКТЕП ОҚУШЫЛАР ТАМАҚТАНУЫНЫҢ ЖӘНЕ ДЕНСАУЛЫҒЫНЫҢ ГИГИЕНАЛЫҚ АСПЕКТТЕРІ**

Мақалада мектеп бағдарламаларын сапалы меңгерудің және өсіп кележатқан ұрпақтың денсаулығының негізгі факторы болып табылатын мектептегі тамақтану жөніндегі сұрақтар қозғалған. Ерекше назарды талап ететін мәселе салауатты тамақтану негіздері бойынша оқушылардың сауаттылығының төменгі деңгейі болып табылады. Бұл мәселе оқушылардың тамақтануында көптеген бұзушылықтарының анықталуының себебі болды.

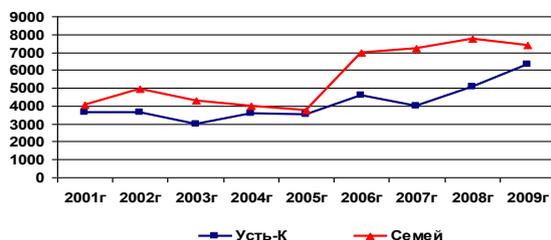
Summary**HIGIENIC ASPECTS OF NUTRITION AND HEALTH PUPLES**

The article contains data regarding the issues of school nutrition, which is the basic factor, defining a quality of school program study as well as the basic of growing generation health. Special attention should be paid at low awareness of school children about issues of healthy nutrition, which is one of the main reasons, of the defined food disbalans.

Полноценное питание школьников – это обязательный элемент образовательного процесса и базовый фактор, определяющий качество освоения школьных программ, а также основа здоровья подрастающего поколения и необходимое условие для полноценного физического и умственного развития [1].

По данным национальных исследований 2008 года в отдельных регионах республики дети школьного возраста по антропометрическим показателям существенно отстают от рекомендуемых ВОЗ нормативов, а показатели их липидного обмена свидетельствуют о высоком риске развития в дальнейшем сердечно-сосудистых заболеваний [2].

Динамика заболеваемости органов
пищеварения у подростков



В настоящее время тенденция в изменении здоровья школьников имеет негативную направленность: рост числа хронических заболеваний, психических отклонений и пограничных состояний, нарушения физического развития. Нарушение питания у детского населения является одной из причин высокой частоты заболеваний желудочно - кишечного тракта, занимающих первое место в структуре заболеваемости у школьников, а также в возникновении анемии и болезни обмена веществ (за последние годы отмечен рост до 14-16%) [4].

Так, сравнительный анализ динамики заболеваемости органов пищеварения у подростков г.Семей и Усть – Каменогорск (диаграмма) показал тенденцию к росту [5].

Примерно у 11% детей отмечаются низкая масса тела или сниженный рост.

Современные проблемы школьного питания имеют не только физиологические, биохимические и гигиенические, но и социально-экономические и организационные аспекты, которые выявляют роль школьного питания в обеспечении здоровья учащихся.

Целью исследования было гигиеническое изучение и оценка организации питания в школах г.Семей (далее города). Задачи исследования включали: выборочное анкетирование школьников, анализ результатов анкети-

рования, изучение состояния столовых и буфетов школ, изучение перспективного 2-х недельного меню.

В ходе исследования было установлено, что в городе функционируют 54 общеобразовательных школ. Горячим питанием охвачены 43 школы, что составляет 79,6%, буфетным - 6 школ (11,1%). В 5 школах города питание не организовано (9,2%). В школах с организованным горячим питанием разработано и согласовано с УГСЭН перспективное 2-х недельное меню. В школах, где функционируют буфеты реализуются в большинстве случаев духовые пирожки, учпучмаки, самса, шоколадные батончики, соки и сокодерживающие напитки, холодный бутилированный чай. В продаже отсутствуют газированные напитки, чипсы, кириешки и др. вредные для организма продукты питания.

При изучении перспективных меню были установлены следующее: повторяемость «дежурных» блюд, избыток мучных изделий, чрезмерная увлеченность первыми блюдами, отсутствие салатов, выраженный дефицит фруктов, натуральных соков, кисломолочных продуктов, рыбы и мяса.

При оценке санитарного состояния пищеблоков было отмечено что во многих школьных столовых холодильное и электрооборудование, мебель подлежат замене, а помещения требуют ремонта.

В рамках изучения состояния фактического питания и информированности школьников о принципах здорового питания нами было проведено выборочное активное анкетирование учащихся 5 общеобразовательных школ города (№1,6,11,31,42), что составило 9,2% от всех школ. Анкетированием было охвачено 218 школьников, в возрасте 10 лет (63), 15 лет (155).

По результатам анкетирования нами были выявлены следующие пищевые нарушения:

- ✓ нарушение режима питания
- ✓ уменьшение частоты потребления рекомендуемых продуктов (сырых овощей, фруктов, рыбы, молочных продуктов)
- ✓ увеличение в рационе квоты не рекомендуемых продуктов (сладостей, газированных напитков, чипсов, хот-догов и др.)
- ✓ формирование неправильных пищевых стереотипов
- ✓ низкий уровень грамотности школьников по вопросам здорового питания.
- ✓ снижение или ограничение двигательной активности

Таким образом, с целью улучшения качества питания и повышения мотивации детей и подростков питаться в школьной столовой во всех школах города необходимо внедрить примерно 2-х недельное меню

разработанное КАП и одобренное областными департаментами образования и здравоохранения.

Арендаторам школьных столовых руководствоваться Методическими рекомендациями утвержденными Приказом Председателя Комитета ГСЭН МЗ РК № 98 от 13 августа 2008 года «Организация горячего питания учащихся в школьных столовых».

С целью улучшения информированности школьников, их родителей и учителей по вопросам формирования ЗОЖ, в том числе правильного питания, проводить гигиеническое обучение (организация и проведение бесед, чтение лекций, выпуск наглядный пособий, брошюр, буклетов и т.д.).

Проблема организации школьного питания межведомственная и кардинальное решение может быть обеспечено с участием правительства, местных органов исполнительной власти и руководства школы.

Увеличение инвестиций в школьное питание – это бесценный капитал в гармоничное развитие и успешную учебу подрастающего поколения. Школа – время, когда ребенок учится социальной адаптации, самостоятельности, ответственности (в том числе выбору здорового рациона). Следовательно, культуру питания в школьном

обучении следует рассматривать как важный вклад в здоровье периода взрослости [1].

Литература:

1. Айджанов М.М. Доклад: Школьное питание, проблемы и пути ее решения. Семинар для специалистов департаментов ЦЗП ОО «АПМ» Алматы, 13 октября 2011 г.

2. Шарманов Т.Ш. «Питание – важнейший фактор здоровья человека». – Алматы: Асем - Систем, 2010г. - 400с.

3. Методические рекомендации «Организация горячего питания учащихся в школьных столовых». Под редакцией академика Т.Шарманова, Астана-Алматы, 2009 г. Утверждены Приказом Председателя Комитета ГСЭН МЗ РК № 98 от 13 августа 2008 года.

4. Материалы Международной научно-практической конференции «Питание и здоровье». Специальный выпуск журнала «Здоровье и болезнь», 2010 г., № 6 (91).

5. Статистический сборник «О состоянии здоровья населения и системы здравоохранения Восточно – Казахстанской области» в период с 2000 по 2009 годы.

УДК 616.2-002.153-616.633.455.623+579.8

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МИКРООРГАНИЗМОВ, НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ВЫЗЫВАЮЩИХ ПНЕВМОНИЮ У ДЕТЕЙ

Б.С. Абилова

КГКП «Больница скорой медицинской помощи», г. Семей

Резюме

В проведенных исследованиях было установлено, что у детей гг. Семей и Алматы, к патогенным формам, способными вызвать пневмонию, относятся *St.aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Neisseria*, *Haemophilus*.

Тұжырым

БАЛАРДА ӨКПЕ ҚАБЫНУЫН ЖИІ ШАҚЫРАТЫН МИКРООРГАНИЗМДЕРДІҢ САЛЫСТЫРМАЛЫ СИПАТТАМАСЫ
Жүргізілген зерттеулерде Семей және Алматы қалаларында балаларда өкпе қабынуын шақыратын патогенді формаларға *St.aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Neisseria*, *Haemophilus* жататыны анықталған.

Summary

THE MICROORGANISMS, MORE OFTEN CAUSING THE ACUTE PNEUMONIA BY CHILDREN

In researches was determined that the microorganisms, more often causing the acute pneumonia by children are *St.aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Neisseria*, *Haemophilus*.

В проведенных исследованиях была изучена нормальная микрофлора у детей гг. Семей и Алматы. Было установлено, что особым различий по видовому содержанию микроорганизмов, колонизирующих ротовую полость, носоглотку и полость носа не наблюдается. Основной процент высеванных и идентифицированных микроорганизмов составляет аутохтонную облигатную и транзитную микрофлору (стрептококки, стафилококки, клостриеллы, нейсерии и др.). Встречаются аллохтонные микроорганизмы, входящие в состав других областей, как, например, *Lactobacillus* или *Clostridium*, в состав кишечника. Таким образом, нормальная микрофлора двух регионов практически одинаково несет в себе виды условно – патогенных микроорганизмов, наиболее часто вызывающих внебольничную пневмонию.

В проведенных исследованиях было установлено, что у детей гг. Семей и Алматы, к патогенным формам, способными вызвать пневмонию, относятся *St.aureus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Neisseria*, *Haemophilus*. Кроме того, как уже говорилось, доля неопознанных микробных ценозов принадлежит микоплазмам, моракселлам и т.д. Следовательно, эти микроорганизмы могут лежать в первопрочине развития пневмонии у детей

что доказали наши исследования, при которых было установлено, что наиболее часто внебольничные пневмонии вызываются именно данными видами микроорганизмов. Это подтверждается другими исследователями, изучающими причины, наиболее часто приводящих к возникновению внебольничных пневмоний /1,2/.

Однако проведенными исследованиями выявлено, что существуют различия в частоте встречаемости и видах микроорганизмов, наиболее часто вызывающих внебольничную пневмонию у детей гг. Семей и Алматы. Так, например, если в г. Семей ведущим микроорганизмом, вызывающим заболевание, является *St.pyogenes* (58,7±1,8%), то в г. Алматы – *Str. Pneumoniae* (41,3±2,2%). Отличаются по частоте и другие микроорганизмы, идентифицированные, как наиболее часто вызывающие внебольничную пневмонию. Например, в г. Семей штамм *Haemophilus* вызывает пневмонию в 2,6±0,4%, а в г. Алматы в 9,6±1,3%.

Очень небольшой процент приходился на долю протея, цитобактера, микоплазмы. Необходимо отметить, что пневмонии, вызванные данными возбудителями, не имели атипичного течения, а протекали с клиническими и лабораторными показателями «банальной» пневмо-