

на здоровье остается актуальной задачей для научного сообщества, чтобы развивать более глубокое понимание проблемы и принимать информированные меры в интересах национального здоровья.

Литература:

1. Шалыгин, Л. Д., Еганян, Р. А. «Энергетические напитки – реальная опасность для здоровья детей, подростков, молодежи и взрослого населения. Часть 1. Состав энергетических напитков и влияние на организм их отдельных компонентов» (рус.) // Профилактическая медицина: Медицинский журнал. – М.: Издательство «Медиа Сфера». – 2016. – Вып. 1. – № 19. – С. 56.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ПОЛЕВЫХ УСЛОВИЯХ

Гриневич А.Д.

Гродненский государственный медицинский университет
г. Гродно, Республика Беларусь

Научный руководитель – канд. биол. наук Лисок Е.С.

Актуальность. При проведении учений в мирное время военнослужащие могут размещаться в полевых условиях, которые с гигиенической точки зрения характеризуются рядом специфических особенностей: снижение уровня коммунально-хозяйственного обслуживания, скученность, слабая защищенность от неблагоприятного влияния погодных факторов, постоянный контакт с почвой, возможность контакта с опасными для здоровья представителями флоры и фауны, затруднения в организации водоснабжения и питания, а также в удалении различных отходов [1, с. 27]. Все вышперечисленное предъявляет повышенные требования к состоянию здоровья военнослужащих, которое должно обеспечивать высокий уровень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов среды обитания [2, с. 287]. Одним из условий формирования высокого уровня неспецифической резистентности организма военнослужащих является их снабжение необходимым рационом питания, который, однако, должен подлежать регулярной гигиенической оценке на соответствие установленным требованиям [3, с. 2], что и обусловило актуальность проведенного нами исследования.

Цель: оценить с гигиенических позиций фактическое питание военнослужащих в полевых условиях.

Материалы и методы исследования. На основе учетно-отчетной документации продовольственной службы по планированию питания

(раскладки продуктов по норме 8 рациона питания в полевых условиях) при использовании инструкции по применению «Порядок гигиенической оценки фактического питания военнослужащих», утвержденной Министерством здравоохранения Республики Беларусь 14.12.2010 г. № 114-1210 произведена оценка фактического питания военнослужащих, размещенных в полевых условиях.

Результаты и их обсуждение. В ходе проведенного исследования установлено, что в полевых условиях рацион питания должен быть приготовлен из пищевых продуктов по норме 8, представленных в таблице 1.

Таблица 1 – Набор пищевых продуктов по норме 8 рациона питания в полевых условиях

Наименования пищевых продуктов	Количество на 1 человека в сутки, г/мл
1. Хлеб из смеси муки ржаной и муки пшеничной 1-го сорта	250
2. Хлеб из муки пшеничной высшего сорта	230
3. Печенье сахарное	50
4. Пищевые концентраты для приготовления супов и бульонов из мяса	70
5. Крупа разная	120
6. Макароны изделия	40
7. Консервы мясные	225
8. Изделия из свиного шпика (шпик соленый, венгерский, закусочный, по-домашнему, сало соленое, грудинка соленая)	40
9. Масло растительное подсолнечное	5
10. Молоко цельное сгущенное с сахаром	20
11. Майонез	15
12. Сахар	60
13. Соль поваренная пищевая	15
14. Чай	3
15. Перец молотый	0,2
16. Горчица или хрен столовые	15
17. Уксус	2
18. Кетчуп	15
19. Овощи сушеные, всего, в том числе:	85
19.1. картофель сушеный	80
19.2. морковь сушеная	5
20. Лук репчатый	30
21. Соки плодовые и ягодные пакетированные	200

Из вышеуказанного набора пищевых продуктов для военнослужащих, находившихся в полевых условиях, были приготовлены блюда, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Блюда, приготовленные из набора пищевых продуктов по норме 8 рациона питания в полевых условиях

Наименование блюд	Общая масса готового блюда, г/нед	Масса мясных и рыбных порций, г/нед
Консервы мясные с кашей рисовой вязкой	1490	280
Консервы мясные с кашей перловой вязкой	1322	210
Консервы мясные с кашей гречневой вязкой	2059	350
Консервы мясные отварные с макаронами отварными	939	140
Суп из пищевых концентратов	4200	100
Сосиски отварные с кашей рисовой вязкой	344	70
Сосиски отварные с макаронами отварными	866	170
Сосиски отварные мясные с кашей гречневой вязкой	344	70
Голень отварная с кашей рисовой вязкой	466	70
Голень отварная с макаронами отварными	422	70
Голень с кашей перловой вязкой	466	70
Хлеб из смеси муки ржаной и муки пшеничной 1-го сорта	1750	–
Хлеб из муки пшеничной высшего сорта	1050	–
Молоко сгущенное	140	–
Карамель	140	–
Сало соленое	280	–
Майонез	315	–
Кетчуп	105	–
Лук	385	–
Горчица	105	–
Сахар	350	–
Компот	7	–
Чай	21	–

Дальнейшая оценка фактического питания позволила установить, что практическое доведение продуктового набора было организовано в виде четырехразового питания с выделением завтрака, промежуточного питания, обеда и ужина. Завтрак планировался до начала учений, промежуточное питание – в перерыве, обед – после окончания учений, ужин – за 2-3 часа до отбоя. Промежутки между приемами пищи не превышали 7 часов. Блюда одной и той же рецептуры в течение дня не повторялись, но в течение недели консервы мясные с кашей рисовой вязкой использовались 4 раза, а консервы мясные с кашей гречневой вязкой – 5 раз, что не соответствует установленным требованиям. Острые блюда были предусмотрены через 4 приема пищи, что соответствует рекомендациям по их применению. Количество первых блюд за неделю составило 7, вторых блюд – 21, соотношение между ними – 1:3, что соответствует рекомендованному. Холодные закуски были предусмотрены 7 раз в неделю, но их ассортимент не учитывал повторяемость блюд (ежедневно приготавливался лук с майонезом). Специи использовались в соответствии с установленными нормами. Ассортимент третьих блюд был разнообразен (на завтрак, промежуточное питание и ужин выдавался чай, а на обед – различные виды компота). Использование внеплановых продуктов не предусматривалось. Доведение продовольственной нормы до питающихся с учетом полноценности замены одних продуктов другими соответствовало установленным нормам довольствия.

Выводы. Таким образом, планирование питания военнослужащих, находившихся в полевых условиях, в течении недели в целом соответствовало установленным требованиям за исключением того, что блюда одной и той же рецептуры (консервы мясные с кашей рисовой вязкой, консервы мясные с кашей гречневой вязкой, лук с майонезом) повторялись более 2-3 раз в неделю. В этой связи рекомендуется разнообразить ассортимент вторых блюд и холодных закусок.

Литература:

1. Военная гигиена : учеб. пособие / В.И. Дорошевич [и др.] ; под. ред.: В.И. Дорошевича. – Минск : УО «БГМУ», 2013. – 204 с.
2. Князев, И.Н. Оценка фактического питания военнослужащих по призыву в период адаптации к условиям военной службы / И.Н. Князев // Научно-практическая конференция, посвященная 60-летию Гродненского государственного медицинского университета : материалы респ. с междунар участием, науч.-практ. конф., Гродно, 28–29 сент. 2018 г. / Гродн. гос. мед. ун-т ; редкол.: В.А. Снежицкий (отв. ред.). – Гродно, 2018. – С. 287–290.
3. Порядок гигиенической оценки фактического питания военнослужащих : инструкция по применению № 114-1210, утв. М-вом здравоохранения Респ. Беларусь 14.12.2010. – Минск : ГУ «Республ. науч.-практ. центр гигиены», 2010. – 28 с.