

Раздел дисциплины 4

Питание как фактор сохранения и укрепления здоровья.

Практическое занятие №8 «Гигиеническая оценка адекватности индивидуального питания. Методы оценки адекватности питания. Лечебно-профилактическое и лечебно-диетическое питание».

Вопросы для самоподготовки

1. Дайте определения видов питания и физиологических норм по группам;
2. Дайте определение статуса питания.
3. Укажите методы изучения и оценки статуса питания.
 1. Охарактеризуйте статусы питания.
 2. Охарактеризуйте принцип количественной полноценности суточного рациона;
 3. Охарактеризуйте принцип качественной полноценности суточного рациона;
 4. Охарактеризуйте принцип сбалансированности суточного рациона;
 5. Охарактеризуйте принцип правильного режима питания;
 6. Охарактеризуйте принцип безопасности продуктов суточного рациона;
 7. Охарактеризуйте принцип разнообразия продуктов суточного рациона;
 8. Охарактеризуйте принцип правильной кулинарной обработки;
 9. Охарактеризуйте принцип индивидуализации суточного рациона;
10. Укажите основные гигиенические принципы организации здорового образа жизни;
11. Укажите методы, формы и средства гигиенического просвещения населения;
12. Охарактеризуйте методы оценки адекватности питания.
13. Укажите основные принципы алиментарной профилактики профессиональных заболеваний у лиц, работающих во вредных и особо вредных условиях труда;
14. Определите понятие лечебно-профилактического питания;
15. Перечислите алиментарные пути первичной профилактики заболеваний, связанных с воздействием вредных химических и физических факторов производственной среды
16. Охарактеризуйте виды лечебно-профилактического питания: горячие завтраки, молоко или кисломолочные продукты, витаминные препараты и др.
17. Укажите перечень производств, профессий, должностей, работы в которых дают право на бесплатное получение лечебно-профилактического питания в связи с особо вредными условиями труда.
18. Охарактеризуйте порядок назначения лечебно-профилактического питания.
19. Приведите основные правила выдачи лечебно-профилактического питания рабочим.
20. Охарактеризуйте основные рационы лечебно-профилактического питания

21. Укажите гигиенические требования к организации лечебно-профилактического питания.
22. Охарактеризуйте задачи врача лечебного профиля при контроле за организацией лечебно-профилактического питания.
23. Укажите нормативно-правовые документы, регламентирующие работу врача-диетолога и используемые в ЛПУ диеты.
24. Охарактеризуйте диеты по Певзнеру и показания к их применению.
25. Укажите принцип формирования Новой номенклатуры диет
26. Перечислите требования, предъявляемые к построению диет.
27. Укажите показания к назначению основного варианта стандартной диеты.

Письменные задания (Работа с конспектом лекции):

1. Запишите основные варианты питания и определите соответствующие им статусы питания;
2. Законспектируйте основные принципы рационального питания;
3. Запишите интегральные показатели оценки адекватности питания.

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

Тест 1.

Выберите один правильный ответ

1. УЧЕНЫМ И ПЕДАГОГОМ, ВПЕРВЫЕ ПРЕДЛОЖИВШИМ НАЗВАНИЕ «ГИГИЕНА ПИТАНИЯ» ДЛЯ ОБОЗНАЧЕНИЯ ОТРАСЛИ НАУКИ И АКАДЕМИЧЕСКОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ЯВЛЯЕТСЯ
 - А) А.А. Покровский
 - Б) А.А. Хрусталев
 - В) К.С. Петровский
 - Г) А.В. Рейслер
2. ОСНОВОПОЛОЖНИКОМ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ НАУКИ О ПИТАНИИ, СОЗДАТЕЛЕМ ИНСТИТУТА ПИТАНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ
 - А) А.В. Мольков
 - Б) Д.П. Диатроптов
 - В) М.Н. Шатерников
 - Г) В.В. Пашутин

3. АВТОРОМ КОНЦЕПЦИИ СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ
- А) О.П. Молчанова
 - Б) М.М. Экземплярский
 - В) А.А. Покровский
 - Г) А.А. Хрусталеv
4. ПОД ТЕРМИНОМ РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ПОНИМАЮТ
- А) питание, соответствующее по калорийности энерготратам человека, содержащее все пищевые вещества в необходимых количествах, сбалансированное по содержанию основных пищевых веществ и способствующее хорошему усвоению питательных веществ вследствие высоких органолептических свойств пищи, кроме того, предусматривающее соблюдение определенного режима
 - Б) питание, соответствующее по калорийности энерготратам человека, содержащее балластные вещества, способствующие нормализации пищеварения, с высоким содержанием в рационе основных источников микронутриентов и витаминных элементов, а так же с высоким содержанием соединений металлов и предусматривающее 4-х кратное поступление пищи в течение суток с соблюдением калорийности в зависимости от возраста человека
 - В) питание, содержащее все пищевые вещества в необходимых количествах и сбалансированное по содержанию основных пищевых веществ
 - Г) питание, способствующее хорошему усвоению питательных веществ вследствие высоких органолептических свойств пищи и предусматривающее соблюдение определенного режима
5. К ПИЩЕВЫМ ВЕЩЕСТВАМ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИМ КАЧЕСТВЕННЫЙ СОСТАВ ПИЩИ, ОТНОСЯТСЯ
- А) жиры, белки, витамины, балластные вещества, соединения металлов
 - Б) жиры, белки, витамины, минеральные соли и углеводы.
 - В) витамины, минеральные соли и углеводы
 - Г) белки, витамины, минеральные соли, соединения металлов, балластные вещества
6. ПАРАМЕТРАМИ СБАЛАНСИРОВАННОСТИ ЭНЕРГОНЕСУЩИХ НУТРИЕНТОВ (В % ОТ ЭНЕРГОЦЕННОСТИ РАЦИОНА) ЯВЛЯЮТСЯ
- А) белки – 5-10%, жиры – не менее 30%, углеводы – 60-65%
 - Б) белки – 10-15%, жиры – не более 30%, углеводы – 55-65%
 - В) белки – не более 20%, жиры – не менее 40%, углеводы – не менее 40%

Г) белки – не более 30%, жиры – не менее 30%, углеводы – не менее 40%

7. КОЛИЧЕСТВО ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ КАЖДОЙ ГРУППЫ ВЗРОСЛОГО ТРУДОСПОСОБНОГО НАСЕЛЕНИЯ В ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАХ ПИТАНИЯ

- а) 2
- б) 3
- в) 4
- г) 5
- д) 6

Эталон ответов на тестовые задания:

№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	Г	5	Б
2	В	6	Б
3	В	7	Б
4	А		

Тест 2.

Выберите один правильный ответ

1. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИМ НАЗЫВАЕТСЯ ПИТАНИЕ ЛИЦ
 - А) находящихся на стационарном лечении в лечебно-профилактических учреждениях
 - Б) работающих в условиях неблагоприятного (особо вредного) воздействия производственной среды, направленное в первую очередь на профилактику профессиональных заболеваний
 - В) проживающих в неблагоприятных экологических условиях, направленное на профилактику экологически обусловленных заболеваний
 - Г) находящихся в зоне стихийных бедствий
2. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ
 - А) защиты организма с учетом патогенетических механизмов действия вредных факторов производства
 - Б) предупреждения возникновения и развития синдромов недостаточного питания
 - В) предупреждения возникновения алиментарно-зависимых заболеваний
 - Г) предупреждения возникновения и развития синдромов избыточного питания
3. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ ВЫДАЕТСЯ
 - А) рабочим, инженерно-техническим работникам при наличии вредных производственных факторов

- Б) рабочим химической промышленности, врачам, преподавателям, воспитателям детских садов
- В) инженерно-техническим работникам, работникам горно-добывающей промышленности, водителям транспорта категории С и D
- Г) врачам, сотрудникам научно исследовательских институтов, работникам, занятых разработкой в атомной промышленности
4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ ВЫДАЕТСЯ
- А) в дни нахождения в больнице на лечении
- Б) во время нахождения в государственном отпуске
- В) работникам в дни фактического выполнения ими работы
- Г) в дни нахождения в санатории
5. ВИДЫ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
- А) профилактические завтраки, обеды, ужины
- Б) рационы, витаминные препараты, молоко или кисломолочные продукты, пектин
- В) блюда, напитки, специализированные продукты
- Г) витаминные препараты, горячие обеды, сухие пайки, пектин
6. РАЦИОНЫ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ
- А) варианты № 1, 1а, 1б, 2а, 3а, 4а, 4б, 5, 6, 7а, выдаются в конце рабочей смены и содержат не менее 15% суточной потребности в нутриентах и энергии
- Б) варианты № 1, 2, 3, 4, 5, 6: выдаются в обеденный перерыв; должны содержать не менее 30% суточной потребности в нутриентах и энергии
- В) варианты № 1, 2, 2а, 3, 4, 4а, 4б, 5: выдаются, как правило, перед началом смены; должны содержать не менее 50% суточной потребности в нутриентах и энергии
- Г) варианты №1, 2, 3, 4, выдаются ежедневно и содержат не менее 80% суточной потребности в нутриентах и энергии

Эталон ответов на тестовые задания:

№ вопроса	ответ
Вариант 1	
1	Б
2	А
3	А
4	В
5	Б
6	В

Тестовые задания для самостоятельного решения

Тест 1.

1. ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ В ЭНЕРГИИ И ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПОЛА НАЧИНАЕТСЯ
 - а) с 7 лет
 - б) с 11 лет
 - в) с 14 лет
 - г) с 18 лет
2. ОПТИМАЛЬНЫМ СООТНОШЕНИЕМ БЕЛКОВ, ЖИРОВ И УГЛЕВОДОВ В РАЦИОНАХ ВЗРОСЛОГО ТРУДОСПОСОБНОГО НАСЕЛЕНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ
 - а) 1:1:4
 - б) 1:0,8:5
 - в) 1:1,1:4,8
 - г) 1:0,8:3
 - д) 1:1:6
3. РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИНТЕРВАЛЫ МЕЖДУ ПРИЕМАМИ ПИЩИ У ВЗРОСЛОГО ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА
 - А) 1-2 часа
 - Б) 2-3 часа
 - В) 4-5 часов
 - Г) 3-4 часа
4. ПИЩЕВОЙ СТАТУС ЯВЛЯЕТСЯ КОМПЛЕКСОМ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
 - А) отражающим адекватность фактического питания реальным потребностям человека
 - Б) фактического питания и физического развития организма
 - В) физического развития
 - Г) фактического питания
5. ОСНОВНОЙ ПРИЧИНОЙ МИКРОНУТРИЕНТНОГО ДЕФИЦИТА ЯВЛЯЕТСЯ
 - А) высокое содержание в рационе основных источников микронутриентов с пониженным расходом микронутриентов в защитно-адаптационных процессах в организме с нарушением механизмов метаболизации микронутриентов
 - Б) низкое содержание в рационе основных источников микронутриентов с повышенным расходом микронутриентов в защитно-адаптационных

процессах в организме с нарушением механизмов метаболизма
микронутриентов

В) повышенный расход микронутриентов в защитно-адаптационных процессах
в организме, болезнь Вильсона-Коновалова

Г) нарушение механизмов метаболизма микронутриентов, высокое
содержание в рационе основных источников микронутриентов, болезнь
Вильсона-Коновалова

6. ИЗОДИНАМИЧНОСТЬЮ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЯВЛЯЕТСЯ ЗАМЕНА

А) потенциальной энергии 1 г белка энергией 1 г углеводов или 0,44 г жира

Б) энергии белков энергией жиров

В) энергии жиров энергией углеводов

Г) потенциальной энергии 1 г белка энергией 1 г жиров или 0,44 г углеводов

Тест 2.

1. ВИТАМИННЫЕ ПРЕПАРАТЫ В КАЧЕСТВЕ ОТДЕЛЬНОГО ВИДА
ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ВЫДАЮТСЯ ПРИ РАБОТЕ
В УСЛОВИЯХ

А) контакта с анилиновыми красителями

Б) низких температур, шума, вибрации, ионизирующего излучения

В) высоких температур, действия никотинсодержащей пыли

Г) высокой влажности, шума, ионизирующего излучения

2. ДЛЯ ПОДДЕРЖАНИЯ ВОДНО-ЭЛЕКТРОЛИТНОГО БАЛАНСА У
РАБОТНИКОВ В УСЛОВИЯХ ВЫСОКИХ ТЕМПЕРАТУР НЕОБХОДИМО

А) употреблять расчетное количество воды (или минеральной воды, белково-
витаминных и травяных напитков) через каждые 25-30 минут работы

Б) употреблять газированные безалкогольные напитки по желанию в течение
рабочей смены

В) употреблять расчетное количество воды (или минеральной воды, белково-
витаминных и травяных напитков) через каждые 50-60 минут работы и по
желанию – кофе, какао, прохладительные напитки

Г) употреблять соки или морсы по желанию в течение рабочей смены

3. ВИТАМИНАМИ, ОБЛАДАЮЩИМИ АНТИОКСИДАНТНЫМИ
СВОЙСТВАМИ, ЯВЛЯЮТСЯ

А) С, Е

Б) К

В) D

Г) А, В

4. ОБЯЗАННОСТЯМИ РАБОТЫ ВРАЧА ПРИ КОНТРОЛЕ ЗА ПРИМЕНЕНИЕМ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ

А) расчет пищевой ценности продуктов

Б) проверка правильности назначения лечебно-профилактического питания

В) контроль обеспеченности столовых необходимым ассортиментом пищевых продуктов

Г) контроль во время закладки продуктов в котел

5. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИМ НАЗЫВАЕТСЯ ПИТАНИЕ ЛИЦ

А) находящихся на стационарном лечении в лечебно-профилактических учреждениях

Б) работающих в условиях неблагоприятного (особо вредного) воздействия производственной среды, направленное в первую очередь на профилактику профессиональных заболеваний

В) проживающих в неблагоприятных экологических условиях, направленное на профилактику экологически обусловленных заболеваний

Г) находящихся в зоне стихийных бедствий

6. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ

А) защиты организма с учетом патогенетических механизмов действия вредных факторов производства

Б) предупреждения возникновения и развития синдромов недостаточного питания

В) предупреждения возникновения алиментарно-зависимых заболеваний

Г) предупреждения возникновения и развития синдромов избыточного питания

7. ВИДЫ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

А) профилактические завтраки, обеды, ужины

Б) блюда, напитки, специализированные продукты

В) витаминные препараты, горячие обеды, сухие пайки, пектин

Г) рационы, витаминные препараты, молоко или кисломолочные продукты, пектин

8. РАЦИОНЫ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

- А) варианты № 1, 2, 2а, 3, 4, 4а, 4б, 5: выдаются, как правило, перед началом смены; должны содержать не менее 50% суточной потребности в нутриентах и энергии
- Б) варианты № 1, 1а, 1б, 2а, 3а, 4а, 4б, 5, 6, 7а, выдаются в конце рабочей смены и содержат не менее 15% суточной потребности в нутриентах и энергии
- В) варианты №1, 2, 3, 4, выдаются ежедневно и содержат не менее 80% суточной потребности в нутриентах и энергии
- Г) варианты № 1, 2, 3, 4, 5, 6: выдаются в обеденный перерыв; должны содержать не менее 30% суточной потребности в нутриентах и энергии

Раздел дисциплины 4

Питание как фактор сохранения и укрепления здоровья.

Тема занятия:

Практическое занятие №9 «Пищевые отравления микробной и немикробной этиологии, их расследование и профилактика»

Вопросы для самоподготовки

1. Укажите определение понятия «Пищевое отравление»;
2. Укажите этиологию и эпидемиологию пищевых отравлений микробной этиологии: токсикоинфекций, бактериальных и микотоксикозов;
3. Укажите патогенез, клинику и методы лечения различных пищевых отравлений микробной этиологии;
4. Охарактеризуйте методику проведения санитарно-эпидемиологического расследования пищевых отравлений микробной этиологии;
5. Укажите необходимые лабораторные исследования для постановки диагноза пищевого отравления микробной этиологии.
6. Укажите обязанности и тактику врача лечебного профиля в расследовании микробных пищевых отравлений;
7. Обоснуйте причины попадания и накопления в продукте условно-патогенных микроорганизмов.
8. Перечислите санитарно-показательные микроорганизмы для пищевых продуктов и укажите их значение.
9. Укажите этиологию и эпидемиологию пищевых отравлений немикробной этиологии;
10. Укажите патогенез, клинику и методы лечения различных пищевых отравлений немикробной этиологии;
11. Охарактеризуйте методику проведения санитарно-эпидемиологического расследования пищевых отравлений немикробной этиологии;

12. Укажите обязанности и тактику врача лечебного профиля в расследовании пищевых отравлений немикробной этиологии;

Письменные задания (Работа с конспектом лекций):

1. Законспектируйте классификацию пищевых отравлений;
2. Запишите меры профилактики немикробных пищевых отравлений;
3. Запишите меры профилактики микробных пищевых отравлений;
4. Запишите структуру акта расследования пищевого отравления.

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

Выберите один правильный ответ

1. ПАТОГЕННЫЕ МИКРООРГАНИЗМЫ, НАЛИЧИЕ КОТОРЫХ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ В 25 Г ПИЩЕВОГО ПРОДУКТА
А) сальмонеллы, листерии
Б) кишечная палочка, протей
В) протей, клостридии
Г) кишечная палочка, золотистый стафилококк
2. ПАТОГЕННЫЕ МИКРООРГАНИЗМЫ, СПОСОБНЫЕ К СОХРАНЕНИЮ И РАЗМНОЖЕНИЮ ПРИ СТАНДАРТНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ БЫТОВОГО ХОЛОДИЛЬНИКА ($4\pm 2^{\circ}\text{C}$)
А) ротавирусы, стафилококки, сальмонеллы
Б) сальмонеллы, клостридии, энтерококки
В) кишечные палочки O157:H7, листерии, йерсинии
Г) энтеровирусы, клостридии, листерии
3. ПИЩЕВЫМИ ОТРАВЛЕНИЯМИ НАЗЫВАЮТСЯ
А) острые заболевания, возникающие в результате употребления пищи с истекшим сроком годности
Б) острые (реже хронические) заболевания, возникающие в результате употребления пищи, значительно обсемененной условно-патогенными видами микроорганизмов или содержащей токсичные для организма вещества микробной и немикробной природы
В) острые заболевания, возникающие в результате употребления недоброкачественной пищи или токсичных для организма непищевых веществ (компонентов) различной природы

- Г) хронические заболевания, возникающие в результате длительного употребления пищи, содержащей патогенные микроорганизмы или токсичные вещества микробной и немикробной природы
4. К ПИЩЕВЫМ ОТРАВЛЕНИЯМ НЕ ОТНОСЯТСЯ ЗАБОЛЕВАНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С АЛИМЕНТАРНЫМ ПОСТУПЛЕНИЕМ В ОРГАНИЗМ
- А) пестицида
 - Б) фазина
 - В) алкоголя
 - Г) соланина
5. ПИЩЕВЫЕ ТОКСИКОЗЫ ВЫЗЫВАЮТ
- А) стафилококки, клостридии, *V.cereus*
 - Б) протей, энтерококки, листерии
 - В) стрептококки, сальмонеллы, кишечные палочки
 - Г) листерии, сальмонеллы, протей
6. КОЛИЧЕСТВО УСЛОВНО-ПАТОГЕННЫХ БАКТЕРИЙ, ВЫЗЫВАЮЩЕЕ КЛИНИЧЕСКИЕ ФОРМЫ ПИЩЕВЫХ ТОКСИКОИНФЕКЦИЙ (КОЕ/Г ПРОДУКТА)
- А) 10^2 - 10^3
 - Б) 10-100
 - В) 10^3 - 10^4
 - Г) 10^5 - 10^6
7. ПОДАВЛЯЮЩЕЕ ЧИСЛО СЛУЧАЕВ БОТУЛИЗМА СВЯЗАНО С УПОТРЕБЛЕНИЕМ В ПИЩУ
- А) салатов домашнего приготовления
 - Б) консервированных и копченых продуктов домашнего приготовления
 - В) колбасных изделий заводского приготовления
 - Г) фаст-фуда
8. БЛЮДА, В КОТОРЫХ СТАФИЛОКОККОВЫЙ ЭНТЕРОТОКСИН СПОСОБЕН НАКАПЛИВАТЬСЯ ПРИ КОМНАТНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ В ТЕЧЕНИЕ 3-4 ЧАСОВ ДО ПОРОГОВОЙ ДОЗЫ
- А) котлета с картофельным пюре, макароны по-флотски, молочная каша
 - Б) тушеное мясо с маринованными овощами, щи из кислой капусты, рыба, запеченная в лимонном соусе
 - В) рассольник с мясом, жареные кабачки, салат из свежих овощей, заправленный растительным маслом
 - Г) голубцы с рисом и мясом, борщ с мясом, ягодный компот

9. НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ РАЗМНОЖЕНИЯ МИКРООРГАНИЗМОВ В ПИЩЕ
- А) рН > 4,4, водная активность > 0,85
 - Б) рН < 4,4, водная активность < 0,85
 - В) рН < 5,4, водная активность > 0,8
 - Г) рН < 5,4, водная активность < 0,95
10. ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ИНТЕРВАЛ, ПРИ КОТОРОМ КОЛИЧЕСТВО МЕЗОФИЛЬНЫХ УСЛОВНО-ПАТОГЕННЫХ МИКРООРГАНИЗМОВ В ПИЩЕ УДВАИВАЕТСЯ КАЖДЫЕ 15-20 МИНУТ
- А) 0° - 6°С
 - Б) 8° - 14°С
 - В) 15° - 45°С
 - Г) 50° - 60°С
11. ХРАНЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ И БЛЮД В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 4±2°С
- А) стабилизирует количество мезофильных микроорганизмов и препятствует токсинообразованию
 - Б) способствует инаktivации токсинов и прекращает размножение микроорганизмов
 - В) приводит к гибели микроорганизмов, но не способствует инаktivации токсинов
 - Г) приводит к гибели микроорганизмов и инаktivации токсинов
12. Понижение водной активности в пищевой рецептуре достигается
- А) добавлением уксуса
 - Б) введением консервантов
 - В) добавлением сахара или поваренной соли
 - Г) введением глутамата натрия

Эталон ответов на тестовые задания:

№ вопроса	ответ
Вариант 1	
1	А
2	В
3	Б
4	В
5	А
6	Г
7	Б

8	А
9	Б
10	В
11	А
12	В

Тестовые задания для самостоятельного решения

Выберите один правильный ответ

1. ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ НАКОПЛЕНИЯ МИКРООРГАНИЗМОВ ВО ВТОРЫХ БЛЮДАХ И ГАРНИРАХ ОНИ, В СООТВЕТСТВИИ С САНИТАРНЫМИ ПРАВИЛАМИ, ДОЛЖНЫ БЫТЬ РЕАЛИЗОВАНЫ В ПРЕДПРИЯТИЯХ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ В ТЕЧЕНИЕ _____, ИМЕЯ ТЕМПЕРАТУРУ НЕ НИЖЕ _____
 - А) 0,5-1 часа, 40° С
 - Б) 1-3 часов, 65° С
 - В) 3-4 часов, 75° С
 - Г) 5-8 часов, 45°С
2. ОСНОВНОЙ ПРИЧИНОЙ ЗНАЧИТЕЛЬНОГО НАКОПЛЕНИЯ (ЗА СЧЕТ ИНТЕНСИВНОГО РАЗМНОЖЕНИЯ) БАКТЕРИЙ В ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ ЯВЛЯЕТСЯ НЕСОБЛЮДЕНИЕ
 - А) температурного режима и сроков хранения
 - Б) микробиологических нормативов продовольственного сырья
 - В) товарного соседства при хранении продуктов
 - Г) личной гигиены персоналом пищевого объекта
3. ОКОНЧАТЕЛЬНЫЙ ДИАГНОЗ «ПИЩЕВОЕ ОТРАВЛЕНИЕ» УСТАНОВЛИВАЮТ ПОСЛЕ
 - А) анализа первичных симптомов заболевания
 - Б) анализа эпидемиологической обстановки
 - В) сбора пищевого анамнеза и выявления «подозреваемого» продукта
 - Г) получения данных лабораторных исследований
4. К ЗАДАЧАМ ЛАБОРАТОРНОЙ ДИАГНОСТИКИ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ НЕ ОТНОСИТСЯ

- А) выработка тактики специфического лечения
- Б) выявление подозреваемого продукта
- В) установление идентичности штаммов, выделенных из различных лабораторных материалов
- Г) идентификация причинного фактора отравления с целью установления окончательного диагноза

5. МИКОТОКСИНЫ – ЭТО ОРГАНИЧЕСКИЕ ПРИРОДНЫЕ СОЕДИНЕНИЯ, ЯВЛЯЮЩИЕСЯ ВТОРИЧНЫМИ МЕТАБОЛИТАМИ

- А) высших ядовитых грибов и накапливающиеся в готовой пище при нарушенных сроках ее хранения
- Б) почвенных микроскопических грибов и накапливающиеся в готовой пище при нарушенных условиях ее хранения
- В) почвенных микроскопических грибов, паразитирующих на различных растениях, и обладающие высокой устойчивостью к основным режимам обработки пищи
- Г) высших ядовитых грибов и обладающие устойчивостью к основным режимам обработки пищи

6. МИКОТОКСИН, НЕ ОБЛАДАЮЩИЙ КАНЦЕРОГЕННОЙ АКТИВНОСТЬЮ

- А) дезоксиниваленол
- Б) фуманизин
- В) патулин
- Г) афлатоксин

7. ПИЩЕВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ, СНИЖАЮЩАЯ КОНЦЕНТРАЦИЮ ФУЗАРИОТОКСИНОВ

- А) пивное производство
- Б) экструзионное производство
- В) переработка зерна на муку, крупу, крахмал
- Г) выпечка хлеба

Оформление решения ситуационных задач

Ситуационная задача (Пример)

В санатории-профилактории для пенсионеров были зарегистрированы случаи острых желудочно-кишечных заболеваний, которые проявились через 1-9 часов после обеда. Всего заболело 34 человека из числа отдыхающих и 6 служащих санатория. Заболевание возникло внезапно и одновременно у всех пострадавших после приёма пищи. 4 пенсионера на обеде отсутствовали. Клиника заболевания однородная: резкие боли в животе и эпигастральной области, тошнота, рвота и общая слабость. У 12 пострадавших отмечались кратковременные поносы. Температура нормальная. Отсутствовавшие на обеде пенсионеры на самочувствие не жаловались и общих клинических симптомов с заболевшими не имели. Врач санатория провёл промывание желудка всем пострадавшим. К утру клинические проявления заболевания исчезли, и пострадавшие чувствовали себя удовлетворительно. При опросе повара санатория установлено: для изготовления блюд использовались доброкачественные продукты; 8 тушек куриц (для блюд с курицей) сварили накануне и хранили в открытом пластиковом контейнере в помещении горячего цеха в течение всей ночи. Утром тушки куриц разрубили на мелкие куски на разрубочной деревянной колоде для рубки сырого мяса. Колода старая, имеет трещины, давно не зачищалась, солью не обрабатывалась. На кухне большое количество мух, оконные проёмы и форточки не имеют сеток. Под окнами кухни в 10 метрах расположены открытые бачки для мусора и пищевых отходов. Обнаружено скопление тараканов под технологическим оборудованием. Все работники пищеблока имеют оформленные санитарные книжки, своевременно прошли медицинское обследование.

При лабораторном исследовании кала, рвотных масс, первых промывных вод желудка, смывов с оборудования (разделочная колода и др.) и кухонного инвентаря обнаружены кишечная палочка и протей. Подозреваемый продукт (блюда из курицы) и исходное сырьё (курица) не исследовались из-за отсутствия образцов.

Вопросы:

1. Сформулируйте и обоснуйте предварительный диагноз заболевания, используя данные анамнеза и клинической картины течения заболевания.
2. Укажите необходимые дополнительные лабораторные исследования для постановки окончательного диагноза.
3. Обоснуйте причины попадания и накопления в продукте (блюда с курицей) условно-патогенных микроорганизмов.
4. Перечислите санитарно-показательные микроорганизмы для пищевых продуктов и укажите их значение.

Эталон решения ситуационной задачи:

1. Учитывая данные анамнеза, кинической картины возникновения и течения заболевания, массовость и внезапность возникновения заболевания, связь заболевания с местом изготовления и потребления одного продукта (блюда с курицей), в столовой санатория всеми пострадавшими, а также на основании результатов лабораторных исследований санитарного состояния объекта общественного питания можно поставить предварительный диагноз: пищевое отравление смешанной микробной природы, пищевая токсикоинфекция,

2. Для постановки окончательного диагноза необходимо провести исследования подозреваемого продукта, биологических материалов от заболевших и смывов с оборудования, инвентаря, рук и рабочей одежды персонала, а также биологического материала от персонала на бактерионосительство.

3. Основные причины связаны с неудовлетворительным санитарным состоянием и содержанием помещений, оборудования на предприятии общественного питания, несоблюдением технологии термической обработки и условий хранения мяса курицы, что способствовало попаданию и накоплению в продукте кишечной палочки и протей.

4. Санитарно-показательными микроорганизмами для пищевых продуктов являются бактерии группы кишечной палочки, объединяющие следующие роды и семейства: Enterobacteriaceae, Escherichia, Enterobacter, Citrobacter, Klebsiella, Serratia и протей. Присутствие данных микроорганизмов в продукции в количествах $10 \times 5 - 10 \times 6$ свидетельствуют о грубом нарушении обязательных санитарных требований на пищевом объекте.

Ситуационная задача для самостоятельного решения.

Среди жителей одного из микрорайонов города с 16 часов 8 марта начались массовые заболевания. Всего заболело 36 человек. Симптомы заболевания выражались в форме острого гастроэнтерита (тошнота, сильная многократная рвота, боли в эпигастральной области), головной боли. Температура тела у заболевших была в норме. Выздоровление у большинства заболевших наступило через 2–3 дня.

Из опроса заболевших было выяснено, что они употребляли в пищу продукты, купленные в супермаркете, расположенном в центре микрорайона. Среди приобретённых в данном магазине продуктов были мясные, колбасные и рыбные изделия, консервы, молочные продукты, соки, напитки, кондитерские изделия, в том числе кремовые торты. Заболели только те лица, кто употреблял торты с кремом собственного производства организации торговли.

При санитарно-эпидемиологическом обследовании супермаркета было установлено, что торты собственного производства были изготовлены в кондитерском цехе магазина, где часть готовой продукции (кремовые торты),

вследствие недостаточного объёма холодильного оборудования, хранилась при комнатной температуре в течение 12 часов до момента реализации.

Документы, подтверждающие происхождение, качество и безопасность пищевых продуктов, используемых для приготовления кондитерских изделий (товарно-транспортные накладные, декларации о соответствии, ветеринарные свидетельства; журнал органолептической оценки качества кулинарных изделий предприятия – бракеражный), оформлены в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

Специалистами ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии субъекта РФ» проведён отбор проб пищевой продукции, прежде всего тортов с кремом, воды централизованного водоснабжения из водопроводного крана кондитерского цеха, смывов с оборудования, инвентаря, рабочей одежды, рук работников данного цеха для микробиологического исследования. Сотрудники супермаркета, имеющие отношение к изготовлению и реализации тортов, направлены на медосмотр для проведения анализов на бактерионосительство.

По результатам лабораторных испытаний в пробах тортов, отобранных в магазине, в рвотных массах, промывных водах, заболевших и в мазке из зева работницы кондитерского цеха (обсеменение $7,5 \times 10^3$) был выделен идентичный штамм золотистого стафилококка (с фагоформулой 6/42/E/47/75 III группы).

Вопросы:

1. Укажите диагноз пострадавших.
2. Дайте обоснование диагноза.
3. Укажите источник стафилококка, путь передачи и механизм приобретения «виновным» продуктом (торты с кремом) токсичных свойств.
4. Определите оперативные меры по ликвидации данной вспышки пищевого отравления.
5. Разработайте все возможные меры профилактики пищевых отравлений стафилококковой природы.

Раздел дисциплины 5

Здоровый образ жизни и вопросы личной гигиены.

Тема занятия:

Практическое занятие №10 «Гигиенические принципы здорового образа жизни. Гигиена зубов и полости рта».

Вопросы для самоподготовки

1. Назовите определение ВОЗ, понятия «здоровье»;
2. Назовите факторы риска влияющие на состояние здоровья;

3. Назовите гигиенические основы здорового образа жизни;
4. Назовите профилактические мероприятия, направленные на предупреждение главных, наиболее распространенных заболеваний;
5. Обоснуйте необходимость проведения плановой санации полости рта начиная с детского возраста;
6. Охарактеризуйте, в чем состоит пропаганда гигиенических идей стоматологии среди широких слоев населения;
7. Назовите основные критерии, которыми должен руководствоваться человек при выборе зубной щетки;
8. Назовите основные правила пользования зубной щеткой;
9. Назовите основные критерии, которыми должен руководствоваться человек при выборе зубной пасты;
10. Расскажите про дополнительные средства личной гигиены полости рта, предназначенных для профилактики заболеваний.

Разделы дисциплины 4-5 **Практическое занятие №10 «Итоговое занятие»**

Письменное задание:

Подготовка к контрольной работе

Ситуационная задача (Пример)

Для работников, контактирующих с неорганическими и органическими соединениями свинца, на предприятии организована бесплатная выдача лечебно-профилактического питания (ЛПП) (рацион № 3) в виде горячих завтраков.

Изготовление и выдача рационов осуществляется в столовой предприятия для работников перед началом работы 1 и 2 смен, а для работников ночных смен и для женщин, находящихся в отпуске по беременности и родам, предусмотрена денежная компенсация ЛПП или выдача сухих продуктовых заказов.

Дополнительно к рациону ЛПП № 3 в конце смен выдается молоко (0,5 л, в пакетах).

Для изготовления рационов ЛПП используются технологии кулинарной обработки: жаренье, приготовление во фритюре, практикуется замена свежих продуктов на консервированные.

В программу инструктажа по технике безопасности не включены вопросы лечебно-профилактического питания и его значения для профилактики профессиональных заболеваний.

Вопросы:

1. Укажите законодательные, нормативные документы, необходимые для оценки организации ЛПП на предприятиях с вредными условиями труда.

2. Перечислите принципы, лежащие в основе лечебно-профилактического питания для работников, контактирующих с вредными химическими веществами.

3. Перечислите виды ЛПП, количество утвержденных рационов ЛПП и укажите, на какой основе происходит выдача ЛПП трудящимся.

4. Укажите, на кого возлагается ответственность за обеспечение работников рационами ЛПП и соблюдение правил их приготовления.

5. Составьте заключение по результатам оценки организации ЛПП на предприятии.

Эталон решения ситуационной задачи:

1. Постановление Минтруда России "Об утверждении перечня производств, профессий и должностей, работа в которых дает право на бесплатное получение лечебно-профилактического питания в связи с особо вредными условиями труда...".

Приказ Минздрава РФ "Об утверждении Перечня вредных производственных факторов, при воздействии которых в профилактических целях рекомендуется употребление молока ..."

2. Принципы построения ЛПП:

снижение поступления вредных веществ из пищеварительного тракта в организм в результате сорбции;

ускорение выведения вредных веществ из организма;

защита отдельных систем организма от вредного действия токсических веществ.

3. В соответствии с законодательством Российской Федерации, ЛПП выдается бесплатно в виде 8 рационов горячих завтраков; молока (или кисломолочных продуктов); витаминных препаратов, пектина или продуктов, его содержащих.

4. Ответственность за обеспечение работников лечебно-профилактическим питанием возлагается на руководителей предприятий и учреждений. За составление меню и соблюдение правил приготовления пищи в соответствии с утвержденными рационами лечебно-профилактического питания отвечает руководитель (владелец) предприятия общественного питания.

5. Организация ЛПП трудящихся на предприятии организована с нарушениями:

нарушен запрет денежной компенсации и выдачи сухих продуктовых наборов взамен рационов ЛПП работникам ночных смен и женщинам, находящимся в отпуске по беременности и родам.

Нарушен запрет одновременной выдачи двух видов ЛПП (выдача молока работникам, получающим рацион ЛПП).

Используются недопустимые в лечебном питании виды кулинарной обработки продуктов: жаренье и обработка продуктов во фритюрных жирах.

Организация работы столовой не позволяет работникам третьей смены получать ЛПП.

Ситуационная задача для самостоятельного решения.

При оценке организованного питания в санаторно-курортном учреждении изучен рацион завтрака выходного дня (рис 1): яичница-глазунья из двух яиц, бекон жареный, картофель жареный на сливочном масле, тост (хлеб из муки высшего сорта), кофе чёрный с сахаром (8 г).



В учреждении проходят реабилитацию пациенты, с нарушениями жирового и углеводного обменов, имеющие избыточную массу тела и артериальную гипертензию.

Вопросы:

1. Укажите, избыток каких пищевых веществ отмечается в данном варианте завтрака.

2. Укажите, дефицит каких витаминов и минералов отмечается в данном варианте завтрака.

3. Перечислите биомаркеры, подтверждающие избыточное поступление жира с рационом.

4. Перечислите биомаркеры, подтверждающие недостаточное поступление витаминов и минералов с рационом.

5. Перечислите продукты, рекомендуемые для включения в рацион завтрака для данной категории больных.