

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ САМОПОДГОТОВКИ (задание на дом)

Раздел дисциплины 1

Здоровье населения и окружающая среда. Основы экологии человека.

Тема занятия:

Практическое занятие №1 «Методы исследования в гигиене»

Письменные задания.

Работа с конспектом лекций:

1. Запишите, какие существуют основные законодательные и нормативные документы санитарно-эпидемиологического благополучия населения;
2. Запишите основные методы исследования, используемые в гигиенической науке и практике;

Подготовка письменного реферата.

Основные правила написания реферата.

В реферате не используются рассуждения. Материал подается в форме констатации или описания фактов. Информация излагается точно, кратко, без искажений и субъективных оценок. Текст реферата не должен быть сокращенным переводом или механическим пересказом реферируемого материала. В нем должно быть выделено все то, что заслуживает особого внимания с точки зрения новизны и возможности использования в будущей производственной или научно-исследовательской работе. В тексте реферата не должно быть повторений и общих фраз. Целесообразно включить в текст реферата основные выводы автора первоисточника. Изложение реферата должно отличаться предельной точностью, которая достигается за счет оптимальной структуры предложения и правильного употребления терминов.

Для языка реферата свойственно использование определенных грамматико-стилистических средств. К ним в первую очередь следует отнести простые законченные предложения, которые способствуют быстрому восприятию реферата. Для характеристики различных процессов могут быть использованы причастные обороты, обеспечивающие экономию объема. Употребление неопределенно-личных предложений позволяет сосредоточить внимание читателя только на существенном, например, «анализируют, применяют, рассматривают и т.д.».

Для повышения информативной и справочной роли реферата используются иллюстрации и схемы реферируемой работы.

Структура реферата.

1. Титульный лист.

2. Оглавление (план, содержание), в котором указаны названия всех разделов (пунктов плана) реферата и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.
3. Введение. Объем введения составляет 1,5-2 страницы.
4. Основная часть реферата может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов) и предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе. В тексте обязательны ссылки на первоисточники.
5. Заключение содержит главные выводы, и итоги из текста основной части, в нем отмечается, как выполнены задачи и достигнуты ли цели, сформулированные во введении.
6. Библиография (список литературы) - здесь указывается реально использованная для написания реферата
7. Приложение может включать графики, таблицы, расчеты.

Требования к процедуре защиты реферата

Содержание выступления на защите реферата должно включать: обоснование актуальности темы; изложение поставленных в реферате целей и задач; краткий обзор использованной литературы; описание структуры основной части; сообщение об итогах выполненной проектной работы и полученных выводах. Выступление на защите не должно превышать 7 – 10 минут.

Процедура защиты реферата состоит из этапов:

- ознакомление с содержанием преподавателем;
- выступление студента с докладом по теме реферата;
- ответы студента на вопросы преподавателя, поставленные в пределах темы реферата;
- обсуждение выступления в аудитории и выставление оценки, складывающейся из оценки реферата на основе требований к нему, оценки выступления на защите реферата и оценки ответов студента на вопросы, поставленные в ходе защиты.

Темы рефератов:

1. Метод санитарного описания.
2. Методы органолептического исследования различных объектов внешней среды.
3. Санитарно-физические методы исследования интенсивности инфракрасной и ультрафиолетовой радиации.
4. Санитарно-физические методы исследования электромагнитных излучений радиочастот (ВЧ, УВЧ, СВЧ).

5. Санитарно-физические методы исследования механических колебаний воздуха (шума, вибрации).
6. Санитарно-физические методы исследования механических колебаний воздуха (ультразвука и инфразвука).
7. Методы гигиенического исследования тканей одежды.
8. Методы гигиенического исследования искусственных кож.
9. Санитарно-химические методы исследования воздушной среды.
10. Санитарно-химические методы исследования воды.
11. Санитарно-химические методы исследования почвы.
12. Санитарно-химические методы исследования пищевых продуктов.
13. Гигиенические требования к организации рационального питания сельскохозяйственных рабочих.
14. Санитарно-биологические методы исследования объектов внешней среды (бактериологические и гельминтологические методы).
15. Расчетные методы в гигиене.

Раздел дисциплины 2

Питание и здоровье человека.

Практическое занятие №6 «Гигиеническая оценка адекватности индивидуального питания. Методы оценки адекватности питания»

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.

Письменные задания (Работа с конспектом лекции):

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

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

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. Хрусталев
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		

Тестовые задания для самостоятельного решения

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 метаболизации микронутриентов

- В) повышенный расход микронутриентов в защитно-адаптационных процессах в организме, болезнь Вильсона-Коновалова
- Г) нарушение механизмов метаболизации 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

Раздел дисциплины 2

Питание и здоровье человека.

Практическое занятие №7 «Гигиенические требования к организации рационального питания и методы определения потребности организма в пищевых веществах и энергии»

Вопросы для самоподготовки

1. Укажите основные гигиенические требования к организации индивидуального и коллективного питания.
2. Охарактеризуйте антропометрические методы оценки статуса питания;
3. Охарактеризуйте биофизические методы оценки статуса питания
4. Перечислите методы лабораторной диагностики параметров статуса питания.
5. Укажите биохимические маркеры алиментарных дисбалансов (белкового, жирового, углеводного, витаминного и минерального).
6. Укажите функциональные пробы и тесты для оценки статуса питания.
7. Укажите методы оценки состояния фактического питания организованных коллективов;
8. Укажите методы оценки состояния индивидуального фактического питания человека;
9. Укажите преимущества (недостатки) метода 24-часов воспроизведения питания;
10. Укажите преимущества (недостатки) частотного метода анализа индивидуального питания;

Письменные задания:

1. Заполните таблицу индивидуального суточного рациона питания:

Наименование блюда и их раскладк	Вес , г.	Ккал	Органическая часть			Минеральные вещества					Витамины						
			Белки	Жиры	Угле- вод	К	С а	М g	Р	Fe	А	В ₁	В ₂	РР	С		

а					Ы										
Завтрак															
Итого															
Обед															
Итого															
Полдн к															
Итого															
Ужин															
Итого															

2. Запишите основные принципы разработки рекомендаций по коррекции суточного рациона питания.

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

Выберите один правильный ответ

- ЭНЕРГИЯ СУТОЧНОГО РАЦИОНА ВЗРОСЛОГО ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА ДОЛЖНА ПОЛНОСТЬЮ КОМПЕНСИРОВАТЬ
 - затраты на умственную и физическую деятельность и частично основной обмен
 - затраты на физическую деятельность и основной обмен
 - основной обмен, пищевой термогенез и частично затраты на умственную и физическую деятельность
 - основной обмен, пищевой термогенез и затраты на умственную и физическую деятельность
- ОБЪЕМ ВЫБОРКИ МЕНЮ-РАСКЛАДОК ПРИ ИЗУЧЕНИИ ФАКТИЧЕСКОГО ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ ЗА ГОД
 - 12-20

- б) 24-60
 - в) 72-80
 - г) 120
3. В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВЕЛИЧИНЫ ЭНЕРГОТРАТ ВЗРОСЛОЕ ТРУДОСПОСОБНОЕ НАСЕЛЕНИЕ (МУЖЧИНЫ) ДИФФЕРЕНЦИРУЕТСЯ
- а) на 3 группы
 - б) на 4 группы
 - в) на 5 групп
 - г) на 6 групп
4. КОЭФФИЦИЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ОТРАЖАЕТ СООТНОШЕНИЕ
- а) общих энергозатрат с величиной основного обмена
 - б) энергозатрат на физическую и умственную деятельность
 - в) энергозатрат на основной обмен
 - г) энергозатрат на специфически динамическое действие пищи
5. ОСНОВНЫМ МЕТОДОМ ИЗУЧЕНИЯ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ ЯВЛЯЕТСЯ
- а) лабораторный
 - б) статистический
 - в) эпидемиологический
 - г) гигиенический
6. ЛАБОРАТОРНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ГОТОВЫХ БЛЮД ПРИ ИЗУЧЕНИИ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ ПРОВОДИТСЯ НЕ РЕЖЕ
- а) одного раза в месяц
 - б) двух раз в месяц
 - в) еженедельно
 - г) два раза в неделю
7. ВЫХОД БЛЮДА - ЭТО
- а) вес порции
 - б) сумма указанных в раскладке продуктов в граммах - брутто
 - в) сумма указанных в раскладке продуктов в граммах – нетто
 - г) вес остатков после потребления блюда
8. В РАЦИОНЕ ВЗРОСЛОГО ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА С ЭНЕРГОЗАТРАТАМИ 2000 ККАЛ КОЛИЧЕСТВО ОБЩЕГО ЖИРА НЕ ДОЛЖНО ПРЕВЫШАТЬ (Г)
- А) $44 = (2000 : 100 \times 20) : 9$

Б) $150 = (2000 : 100 \times 30) : 4$

В) $67 = (2000 : 100 \times 30) : 9$

Г) $67 = (2000 : 100 \times 30) : 4$

9. В РАЦИОНЕ ВЗРОСЛОГО ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА С ЭНЕРГОЗАТРАТАМИ 2000 ККАЛ КОЛИЧЕСТВО ПИЩЕВЫХ ВОЛОКОН НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ МЕНЬШЕ (Г)

А) $28 = (14 \times 2)$

Б) $32 = (16 \times 2)$

В) $42 = (21 \times 2)$

Г) $22 = (11 \times 2)$

10. ИНТЕРВАЛОМ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИМ НОРМАЛЬНУЮ МАССУ ТЕЛА, ЯВЛЯЕТСЯ

А) 18,5-25

Б) 16-17

В) 25,1-30

Г) 30,1-40

11. МИКРОЭЛЕМЕНТОМ, НОРМИРУЕМЫМ В СООТВЕТСТВИИ С ВОЗРАСТНОЙ И ПОЛОВОЙ ДИФФЕРЕНЦИРОВКОЙ, ЯВЛЯЕТСЯ

А) кальций

Б) железо

В) селен

Г) магний

Эталон ответов на тестовые задания:

№ вопроса	ответ
1	Г
2	В
3	В
4	А
5	Б
6	А
7	А
8	В
9	Г
10	А
11	Б

Тестовые задания для самостоятельного решения

1. БИОМАРКЕРАМИ ДИСБАЛАНСА ЖИРОВ В ПИТАНИИ ЯВЛЯЮТСЯ

А) билирубин, щелочная фосфатаза в сыворотке крови

- Б) фракции липопротеидов и триглицериды в сыворотке крови
 - В) желчные кислоты, липидные фракции в кале
 - Г) только триглицериды в сыворотке крови
2. **БИОМАРКЕРОМ ДИСБАЛАНСА МОНО- И ДИСАХАРИДОВ В ПИТАНИИ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА ЯВЛЯЕТСЯ**
- А) динамика глюкозы в сыворотке крови при проведении нагрузочных проб
 - Б) концентрация гликозилированного гемоглобина А1с
 - В) концентрация глюкозы в сыворотке крови натощак
 - Г) повышение содержания гамма-глутамилтрансферазы в крови
3. **СИМПТОМАМИ И БИОМАРКЕРАМИ ДЕФИЦИТА АСКОРБИНОВОЙ КИСЛОТЫ ЯВЛЯЮТСЯ**
- А) цилиарная инъекция, хейлоз, снижение сумеречного зрения, концентрация витамина С в суточной моче менее 20 мг
 - Б) ангулярный стоматит, сухость кожи, кровь при чистке зубов, концентрация витамина С в суточной моче менее 30 мг
 - В) фолликулярный гиперкератоз, себорея лица, кровь при чистке зубов, концентрация витамина С в суточной моче менее 20 мг
 - Г) кровь при чистке зубов, цилиарная инъекция, концентрация витамина С в суточной моче менее 40 мг
4. **СИМПТОМАМИ ДЕФИЦИТА РИБОФЛАВИНА ЯВЛЯЮТСЯ**
- А) ангулярный стоматит, хейлоз, цилиарная инъекция
 - Б) фолликулярный гиперкератоз, сухость кожи, кровь при чистке зубов
 - В) кровь при чистке зубов, хейлоз, гипертрофия сосочков языка
 - Г) цилиарная инъекция, хейлоз, снижение сумеречного зрения
5. **ФОЛЛИКУЛЯРНЫЙ ГИПЕРКЕРАТОЗ В ОБЛАСТИ ЛОКТЕВЫХ СУСТАВОВ И НАРУЖНЫХ ПОВЕРХНОСТЕЙ БЕДЕР, СУХОСТЬ КОЖНЫХ ПОКРОВОВ, ЖАЛОБЫ НА НЕПРИЯТНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ В ОБЛАСТИ НИЖНИХ ВЕК, ВРЕМЯ «ТЕМНОВОЙ АДАПТАЦИИ» 10 С, ЯВЛЯЮТСЯ ПРИЗНАКАМИ**
- А) умеренного дефицита аскорбиновой кислоты
 - Б) глубокого дефицита аскорбиновой кислоты
 - В) умеренного дефицита ретинола
 - Г) глубокого дефицита ретинола
6. **БЛЕДНЫЕ КОЖНЫЕ ПОКРОВЫ И ВИДИМЫЕ СЛИЗИСТЫЕ ОБОЛОЧКИ, ЦИЛИАРНАЯ ИНЪЕКЦИЯ, АТРОФИЧЕСКИЙ РИНИТ, ЖАЛОБЫ НА ПЕРИОДИЧЕСКИ ЗАТРУДНЕННОЕ ПРОГЛАТЫВАНИЕ ПИЩИ И ВОДЫ, ЯВЛЯЮТСЯ ПРИЗНАКАМИ**

- А) избытка меди в рамках болезни Вильсона-Коновалова
 - Б) железодефицита в сочетании с синдромом Пламмера-Винсона
 - В) клинической формой селендефицитного состояния – болезнь Кешана
 - Г) глубокого дефицита ретинола
7. **БИОМАРКЕРАМИ, ТРЕБУЮЩИМИ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ОБЪЕКТИВНО АНГУЛЯРНОГО СТОМАТИТА, ХЕЙЛОЗА, ГИПЕРТРОФИИ СОСОЧКОВ ЯЗЫКА И ЖАЛОБ НА БОЛЕЗНЕННОСТЬ ЯЗЫКА ВО ВРЕМЯ ЕДЫ, ЯВЛЯЮТСЯ**
- А) ФАД-эффектом и ПАЛФ-эффектом эритроцитов
 - Б) ФАД-эффектом и ТДФ-эффектом эритроцитов
 - В) ПАЛФ-эффектом эритроцитов и N-метилникотинамидом в моче
 - Г) ТДФ-эффектом и ПАЛФ-эффектом эритроцитов

Раздел дисциплины 2 Питание и здоровье человека.

Практическое занятие №8 «Витамины, их источники, исследования витаминной ценности пищевых продуктов. Минеральные соли, их источники, гигиеническое значение, роль в питании»

Вопросы для самоподготовки

1. Дайте определения понятия «Витамины»;
2. Охарактеризуйте основные свойства водорастворимых витаминов;
3. Охарактеризуйте основные свойства жирорастворимых витаминов;
4. Укажите функции, основные признаки недостаточности и критерии адекватности поступления витамина А;
5. Укажите функции, основные признаки недостаточности и критерии адекватности поступления витамина D;
6. Укажите функции, основные признаки недостаточности и критерии адекватности поступления витамина E;
7. Укажите функции, основные признаки недостаточности и критерии адекватности поступления витамина K;
8. Укажите функции, основные признаки недостаточности и критерии адекватности поступления витамина C;
9. Укажите функции, признаки недостаточности и критерии адекватности поступления основных представителей витаминов группы B.
10. Дайте определение понятия «антивитамины».
11. Укажите роль минеральных солей в жизнедеятельности организма;
12. Охарактеризуйте свойства макроэлементов пищи;
13. Охарактеризуйте свойства микроэлементов пищи;

14. Перечислите элементы щелочного действия;
15. Перечислите элементы кислотного действия
16. Укажите заболевания, связанные с пониженным и повышенным поступлением в организм минеральных элементов;
17. Перечислите основные пути профилактики эндемических заболеваний.

Письменные задания (Работа с конспектом лекций):

1. Запишите классификацию витаминов;
2. Законспектируйте основные источники поступления витаминов А, D, E, C, K, B1, B2, B6, PP;
3. Запишите, какие существуют основные представители антивитаминов.
4. Законспектируйте классификацию минеральных солей;
5. Запишите источники и суточную потребность основных минеральных элементов в питании.

Раздел дисциплины 2

Питание и здоровье человека.

Практическое занятие №9 «Гигиеническая экспертиза пищевой ценности и доброкачественности основных пищевых продуктов животного происхождения»

Вопросы для самоподготовки

1. Укажите в чем заключается пищевая и биологическая ценность основных продуктов животного происхождения;
2. Укажите основные заболевания человека, возникающие в результате употребления продуктов животного происхождения;
3. Укажите гигиенические принципы организации исследования доброкачественности пищи животного происхождения;
4. Укажите методы организационно-гигиенического просвещения в области доброкачественности пищевых продуктов животного происхождения;
5. Укажите гигиеническую характеристику мясных продуктов;
6. Укажите гигиеническую характеристику молочных продуктов;
7. Укажите гигиеническую характеристику рыбных продуктов;
8. Способы сохранения полезных свойств продуктов животного происхождения;
9. Нормативные документы в области гигиенической экспертизы продуктов животного происхождения;

Письменные задания (Работа с конспектом лекций):

1. Запишите, какие существуют основные законодательные и нормативные документы в области гигиенической экспертизы продуктов;
2. Законспектируйте основные этапы проведения медико-биологической оценки качества пищевых продуктов животного происхождения;
3. Запишите, какие существуют методы оценки доброкачественности продуктов животного происхождения.

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

Выберите один правильный ответ

1. В ПИТАНИИ ЗАПРЕЩЕНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ МОЛОКО, ПОЛУЧЕННОЕ ОТ ЖИВОТНЫХ БОЛЬНЫХ
 - А) ящуром, с положительной реакцией на туберкулиновую пробу
 - Б) туберкулезом с клиническими проявлениями, маститом
 - В) ящуром, бруцеллезом
 - Г) с положительной реакцией на туберкулиновую пробу, бруцеллезом
2. ПРИ ВЫБОРЕ МЯСОПРОДУКТОВ ЕЖЕСУТОЧНОГО РАЦИОНА ВЗРОСЛОГО ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА НЕОБХОДИМО ОТДАВАТЬ ПРЕДПОЧТЕНИЕ
 - А) замороженным полуфабрикатам
 - Б) колбасным изделиям
 - В) нежирным мясу и птице
 - Г) консервам
3. ЗАБОЛЕВАНИЯ, КОТОРЫЕ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ У ЧЕЛОВЕКА ПРИ УПОТРЕБЛЕНИИ МЯСА ОТ БОЛЬНЫХ ЖИВОТНЫХ
 - А) бруцеллез, трихинеллез
 - Б) мастит, описторхоз
 - В) дифиллоботриоз, описторхоз
 - Г) описторхоз, эхинококкоз
4. МЯСО, ПОРАЖЕННОЕ ФИННАМИ СВИНОГО ЦЕПНЯ, МОЖЕТ БЫТЬ ИСПОЛЬЗОВАНО В ПИТАНИИ, ЕСЛИ
 - А) число финн на площади 40 см² не более 1, применяется предварительная жесткая тепловая обработка при 90 °С или замораживание до -8°С
 - Б) число финн на площади 40 см² не более 5, применяется предварительная тепловая обработка при 100 °С или замораживание до -10°С
 - В) число финн на площади 50 см² не более 8, применяется предварительная тепловая обработка при 80°С или замораживание до -10°С

- Г) число финн на площади 40 см² не более 3, применяется предварительная жесткая тепловая обработка при 100° С или замораживание до -18°С
5. МЯСО ЖИВОТНЫХ ПРИЗНАЕТСЯ НЕПРИГОДНЫМ ДЛЯ ЦЕЛЕЙ ПИТАНИЯ И ПОДЛЕЖИТ ТЕХНИЧЕСКОЙ УТИЛИЗАЦИИ ИЛИ УНИЧТОЖЕНИЮ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ
- А) одной финны свиного цепня на площади 40 см², эхинококка
- Б) двух финн свиного цепня на площади 40 см², одной личинки описторхиса
- В) одной финны свиного цепня на площади 40 см², альвеококка
- Г) одной личинки трихинеллы, более трех финн свиного цепня на площади 40 см²
6. РЫБНЫЕ ПРЕСЕРВЫ, В ОТЛИЧИЕ ОТ КОНСЕРВОВ
- А) подвергаются предварительной стерилизации, не содержат консерванты, хранятся при +2°С – +8°С
- Б) не подвергаются предварительной стерилизации, как правило содержат консерванты, хранятся при 0°С –8°С
- В) не подвергаются предварительной стерилизации, не содержат консерванты, хранятся при +2°С – +8°С
- Г) не подвергаются предварительной стерилизации, не содержат консерванты, хранятся при +4°С – +10°С
7. РЫБА МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ ВОЗНИКНОВЕНИЯ У ЧЕЛОВЕКА СЛЕДУЮЩИХ ГЕЛЬМИНТОЗОВ
- А) дифиллоботриоза, описторхоза
- Б) тениидоза, описторхоза
- В) дифиллоботриоза, трихинеллеза
- Г) тениидоза, дифиллоботриоза
8. В РЫБЕ И МОРЕПРОДУКТАХ РЕГЛАМЕНТИРУЮТСЯ
- А) полихлорированные бифенилы, токсичные элементы, радионуклиды
- Б) диоксины, патулин, нитриты
- В) метафос, 2,4 бензпирен, нитраты
- Г) нитраты, нитриты, нитрозамины
9. ФАЛЬСИФИЦИРУЮЩЕЕ ВЕЩЕСТВО, ПОВЫШАЮЩЕЕ УРОВЕНЬ АЗОТА В МОЛОКЕ
- А) акриламид
- Б) перекись водорода
- В) меламина
- Г) сода

10. ПЕРЕД ПРИГОТОВЛЕНИЕМ ЯИЧНОЙ МАССЫ ВСЕ ЯЙЦА, ПРЕДВАРИТЕЛЬНО ОВОСКОПИРОВАННЫЕ И ПЕРЕЛОЖЕННЫЕ В РЕШЕТЧАТЫЕ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ КОРОБКИ ИЛИ ВЕДРА, ОБРАБАТЫВАЮТСЯ В
- А) двухсекционной ванне
 - Б) трехсекционной ванне
 - В) четырехсекционной ванне
 - Г) пятисекционной ванне
11. ДЛЯ УСТАНОВЛЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ МОЛОКА ПО БАКТЕРИОЛОГИЧЕСКИМ ПОКАЗАТЕЛЯМ ПРИМЕНЯЕТСЯ ПРОБА
- А) пероксидазная
 - Б) редуктазная
 - В) фосфатазная
 - Г) дегидрогеназная
12. СОДЕРЖАНИЕ ГИСТАМИНА КОНТРОЛИРУЕТСЯ В
- А) рыбе семейств карповых, частиковых, осетровых
 - Б) рыбе семейств лососевых, скумбриевых, тунцовых, сельдевых
 - В) говядине, баранине, свинине
 - Г) курице, индюшке, утке
13. НА ПРЕДПРИЯТИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ ЗАПРЕЩЕНЫ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ЯЙЦА
- А) перепелиные
 - Б) куриные диетические
 - В) утиные
 - Г) куриные столовые
14. МОЛОКО НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ФАКТОРОМ ПЕРЕДАЧИ ЧЕЛОВЕКУ
- А) бруцеллеза
 - Б) стафилококкового мастита
 - В) ящура
 - Г) туберкулеза
15. СГУЩЕННОЕ МОЛОКО ПРОИЗВОДИТСЯ С ЦЕЛЬЮ
- А) добавления в чай, кофе
 - Б) использования в качестве компонента пирожных
 - В) использования в питании непосредственно
 - Г) восстановления в питьевое молоко

Эталон ответов на тестовые задания:

№ вопроса	ответ
1	Б
2	В
3	А
4	Г
5	Г
6	Б
7	А
8	А
9	В
10	В
11	Б
12	Б
13	В
14	Б
15	Г

Тестовые задания для самостоятельного решения

1. В СЫРАХ СОДЕРЖАТСЯ РАВНЫЕ КОЛИЧЕСТВА
 - А) калия и натрия
 - Б) кальция и натрия
 - В) кальция и магния
 - Г) кальция и калия
2. К ПРОБИОТИЧЕСКИМ МИКРООРГАНИЗМАМ НЕ ОТНОСЯТСЯ
 - А) аспергиллы
 - Б) дрожжи
 - В) ацидофильные палочки
 - Г) бифидобактерии
3. К КИСЛОМОЛОЧНЫМ ПРОДУКТАМ НЕ ОТНОСИТСЯ
 - А) йогурт
 - Б) сметана
 - В) молоко
 - Г) ряженка
4. НАТУРАЛЬНЫЙ МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ НЕ ДОЛЖЕН СОДЕРЖАТЬ
 - А) нормализованного молока
 - Б) восстановленного молока
 - В) лактозы
 - Г) сахарозы
5. В МОЛОКЕ НЕ СОДЕРЖАТСЯ

- А) гормоны
 - Б) ферменты
 - В) индолы
 - Г) пигменты
6. КАЛЬЦИЙ ИЗ МОЛОКА УСВАИВАЕТСЯ НА
- А) 98%
 - Б) 68%
 - В) 88%
 - Г) 58%
7. ОСОБЕННОСТЬ МОЛОЧНОГО ЖИРА
- А) наличие омега-3 жирных кислот
 - Б) частично эмульгированное состояние
 - В) отсутствие холестерина
 - Г) отсутствие короткоцепочечных жирных кислот
8. ОСНОВНЫМ БЕЛКОМ МОЛОКА ЯВЛЯЕТСЯ
- А) оведин
 - Б) альбумин
 - В) глобулин
 - Г) казеин
9. НАТУРАЛЬНЫЕ МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ СОДЕРЖАТ УГЛЕВОДОВ НЕ БОЛЕЕ ЧЕМ
- А) 3
 - Б) 6
 - В) 8
 - Г) 12
- 10.МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ НЕ ЯВЛЯЮТСЯ ОСНОВНЫМ ИСТОЧНИКОМ
- А) кальция
 - Б) калия
 - В) витамина А
 - Г) витамин В2
- 11.ГЕЛЬМИНТОЗ ЧЕЛОВЕКА, СВЯЗАННЫЙ С УПОТРЕБЛЕНИЕМ ЗАРАЖЕННОГО МЯСА
- А) дифиллоботриоз
 - Б) трихинеллез
 - В) эхинококкоз

- Г) описторхоз
- 12.С ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ПОЗИЦИИ КОЛБАСЫ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ВКЛЮЧАТЬ В НЕДЕЛЬНЫЙ РАЦИОН ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА НЕ ЧАЩЕ
- А) одного раза
 - Б) двух-трех раз
 - В) четырех-пяти раз
 - Г) пяти раз
- 13.С ДИЕТОЛОГИЧЕСКИХ ПОЗИЦИЙ КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ПРЕДНАЗНАЧЕНЫ В КАЧЕСТВЕ
- А) закуски
 - Б) компонента салата
 - В) второго блюда
 - Г) компонента первого блюда
14. СООТНОШЕНИЕ КАЛЬЦИЙ : ФОСФОР В МЯСЕ
- А) оптимально и составляет 1
 - Б) оптимально и составляет 10
 - В) неоптимально и составляет 0,05
 - Г) неоптимально и составляет 1
- 15.МЯСО СОДЕРЖИТ БИОДОСТУПНЫЙ МИНЕРАЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ
- А) магний
 - Б) марганец
 - В) кальций
 - Г) железо

Раздел дисциплины 2

Питание и здоровье человека.

Практическое занятие №10 «Гигиеническая экспертиза пищевой ценности и доброкачественности основных пищевых продуктов растительного происхождения»

Вопросы для самоподготовки

1. Укажите в чем заключается пищевая и биологическая ценность основных продуктов растительного происхождения;
2. Укажите основные заболевания человека, возникающие в результате употребления продуктов растительного происхождения;
3. Перечислите основные этапы проведения медико-биологической оценки качества пищевых продуктов растительного происхождения.

4. Укажите методы оценки доброкачественности пищевых продуктов растительного происхождения;
5. Организационно-гигиеническое просвещение в области доброкачественности пищевых продуктов растительного происхождения;
6. Укажите гигиеническую характеристику доброкачественности зерновых продуктов;
7. Укажите гигиеническую характеристику доброкачественности овощей;
8. Укажите условия и микроорганизмы, вызывающие плесневение крупы.
9. Перечислите основные причины снижения качества зерновых и макаронных изделий.

Письменные задания (Работа с конспектом лекций):

1. Запишите, какие существуют основные законодательные и нормативные документы в области гигиенической экспертизы продуктов;
2. Законспектируйте основные принципы организации исследования доброкачественности пищевых продуктов;
3. Запишите, какие существуют основные сохранения полезных свойств продуктов растительного происхождения.

Раздел дисциплины 2

Питание и здоровье человека.

Тема занятия:

Практическое занятие №11 «Пищевые отравления, 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) $pH > 4,4$, водная активность $> 0,85$
 Б) $pH < 4,4$, водная активность $< 0,85$
 В) $pH < 5,4$, водная активность $> 0,8$
 Г) $pH < 5,4$, водная активность $< 0,95$
10. ТЕМПЕРАТУРНЫЙ ИНТЕРВАЛ, ПРИ КОТОРОМ КОЛИЧЕСТВО МЕЗОФИЛЬНЫХ УСЛОВНО-ПАТОГЕННЫХ МИКРООРГАНИЗМОВ В ПИЩЕ УДВАИВАЕТСЯ КАЖДЫЕ 15-20 МИНУТ
- А) $0^{\circ} - 6^{\circ}C$
 Б) $8^{\circ} - 14^{\circ}C$
 В) $15^{\circ} - 45^{\circ}C$
 Г) $50^{\circ} - 60^{\circ}C$
11. ХРАНЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ И БЛЮД В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ $4+2^{\circ}C$
- 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, клинической 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 10×5 - 10×6 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 2

Питание и здоровье человека.

Тема занятия:

Практическое занятие №11 «Лечебно-профилактическое и лечебно-диетическое питания»

Вопросы для самоподготовки

1. Укажите основные принципы алиментарной профилактики профессиональных заболеваний у лиц, работающих во вредных и особо вредных условиях труда;
2. Определите понятие лечебно-профилактического питания;

3. Перечислите алиментарные пути первичной профилактики заболеваний, связанных с воздействием вредных химических и физических факторов производственной среды
4. Охарактеризуйте виды лечебно-профилактического питания: горячие завтраки, молоко или кисломолочные продукты, витаминные препараты и др.
5. Укажите перечень производств, профессий, должностей, работы в которых дают право на бесплатное получение лечебно-профилактического питания в связи с особо вредными условиями труда.
6. Охарактеризуйте порядок назначения лечебно-профилактического питания.
7. Приведите основные правила выдачи лечебно-профилактического питания рабочим.
8. Охарактеризуйте основные рационы лечебно-профилактического питания
9. Укажите гигиенические требования к организации лечебно-профилактического питания.
10. Охарактеризуйте задачи врача лечебного профиля при контроле за организацией лечебно-профилактического питания.
11. Укажите нормативно-правовые документы, регламентирующие работу врача-диетолога и используемые в ЛПУ диеты.
12. Охарактеризуйте диеты по Певзнеру и показания к их применению.
13. Укажите принцип формирования Новой номенклатуры диет
14. Перечислите требования, предъявляемые к построению диет.
15. Укажите показания к назначению основного варианта стандартной диеты.
16. Перечислите разрешённые и ограничиваемые продукты питания при назначении основного варианта стандартной диеты.
17. Укажите показания к назначению щадящего варианта диеты.
18. Перечислите разрешённые и ограничиваемые продукты питания.
19. Укажите показания к назначению высокобелкового варианта диеты.
20. Перечислите разрешённые и ограничиваемые продукты питания.
21. Укажите показания к назначению второго высокобелкового варианта диеты.
22. Перечислите разрешённые и ограничиваемые продукты питания.
23. Укажите показания к назначению низкобелкового варианта диеты.
24. Перечислите разрешённые и ограничиваемые продукты питания.
25. Укажите показания к назначению низкокалорийного варианта диеты.
26. Перечислите разрешённые и ограничиваемые продукты питания.
27. Охарактеризуйте задачи врача лечебного профиля при контроле за организацией лечебного питания в ЛПУ и диетических столовых.

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

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:

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

Гигиена детей и подростков

Тема занятия:

Практическое занятие №15 «Методы исследования и оценка физического развития детей и подростков»

Вопросы для самоподготовки

- 1 Укажите нормативные и законодательные документы, регламентирующие оказание первичной медико-санитарной помощи несовершеннолетним.
- 2 Что такое ОМПО? Функции ОМПО.
- 3 Дайте определение понятия физическое развитие детей и подростков.
- 4 Перечислите методы изучения физического развития - индивидуализирующий и генерализирующий.
- 5 Дайте определение понятия антропометрия.
- 6 Охарактеризуйте антропометрические методы исследования
- 7 Дайте определение понятия соматоскопия.
- 8 Охарактеризуйте соматоскопические методы исследования
- 9 Дайте определение понятия физиометрия.
- 10 Охарактеризуйте физиометрические методы исследования
- 11 Перечислите критерии комплексной оценки состояния здоровья детей и подростков.
- 12 Охарактеризуйте группы здоровья детей.
- 13 Охарактеризуйте группы физической подготовки детей.

- 14 Дайте определение понятиям биологический и хронологический возраст.
- 15 Дайте определение понятию акселерация.
- 16 Дайте определение понятию деакселерация.
- 17 Определите понятие секулярный тренд.

Подготовка к тематическому контролю

Тестовые задания (Пример)

Выберите один правильный ответ

1. . ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ВЫЧИСЛЯЮТ ВОЗРАСТ ОБСЛЕДУЕМОГО С ТОЧНОСТЬЮ ДО:
 - а) часов
 - б) месяцев
 - в) лет
 - г) дней
2. ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ДЛИННИКОВ В АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
 - а) ростомер
 - б) антропометр
 - в) толстотный циркуль
 - г) скользящий циркуль
3. ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ ТОЛЩИНЫ КОЖНО-ЖИРОВОЙ СКЛАДКИ ТЕЛА В АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ
 - а) скользящий циркуль, калипер
 - б) толстотный циркуль, линейка
 - в) ростомер, антропометр
 - г) толстотный циркуль, сантиметровая лента
4. ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ ДИАМЕТРОВ В АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
 - а) толстотный циркуль
 - б) антропометр
 - в) ростомер
 - г) скользящий циркуль
5. ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОССИФИКАЦИИ СКЕЛЕТА КАК ПОКАЗАТЕЛЯ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА РЕБЕНКА ЦЕЛЕСООБРАЗНО ПРИМЕНЯТЬ РЕНТГЕНОГРАФИЮ

- а) костей черепа
 - б) позвоночника
 - в) тазобедренного сустава
 - г) костей запястья и кисти
6. ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ ОКРУЖНОСТЕЙ ТЕЛА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ПРИМЕНЯЕТСЯ
- а) скользящий циркуль
 - б) калипер
 - в) сантиметровая лента
 - г) толстотный циркуль
7. ИНДИВИДУАЛИЗИРУЮЩИЙ МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ - ЭТО
- а) исследование физического развития больших групп детей в относительно короткий срок
 - б) оценка физического развития индивидуума
 - в) исследование физического развития одних и тех же групп детей в течение периода роста и развития
8. ГРУППА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, ИМЕЮЩЕГО СУТУЛОВАТУЮ ОСАНКУ, ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ВОЗРАСТУ, ГАРМОНИЧНОЕ, ЗА ГОД, ПРЕДШЕСТВОВАШИЙ ОБСЛЕДОВАНИЮ, ПЕРЕНЕСШЕГО 3 ОРВИ:
- а) 1-я
 - б) 2-я
 - в) 3-я
 - г) 4-я
9. ГРУППА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, ИМЕЮЩЕГО ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ВОЗРАСТУ, ГАРМОНИЧНОЕ, ЗА ГОД, ПРЕДШЕСТВОВАВШИЙ ОБСЛЕДОВАНИЮ, ПЕРЕНЕСШЕГО 2 ОРВИ, ВЕТРЯНУЮ ОСПУ
- а) 1-я
 - б) 2-я
 - в) 3-я
 - г) 4-я
10. ГРУППА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, ИМЕЮЩЕГО ПЛОСКОСТОПИЕ, ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ

ВОЗРАСТУ, ГАРМОНИЧНОЕ, ЗА ГОД, ПРЕДШЕСТВОВАВШИЙ
ОБСЛЕДОВАНИЮ, ПЕРЕНЕСШЕГО 3 ОРВИ, ПАРАГРИПП

- а) 1-я
- б) 2-я
- в) 3-я
- г) 4-я

11. ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ДЛЯ
СРАВНИТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ В
РАЗНЫХ СТРАНАХ РЕКОМЕНДУЕТСЯ МЕТОД

- а) сигмальных отклонений
- б) Z-скоров
- в) шкал регрессии
- г) центильный

12. ПРИ АНАЛИЗЕ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ
СРАВНИВАЕМЫЕ ПОПУЛЯЦИИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ОДНОРОДНЫ ПО

- а) возрасту и состоянию здоровья
- б) состоянию здоровья и уровню физического развития
- в) полу и возрасту
- г) полу и уровню физического развития

Эталон ответов на тестовые задания:

№ вопроса	ответ	№ вопроса	ответ
1	Г	7	В
2	Б	8	Б
3	А	9	А
4	А	10	В
5	Г	11	Б
6	В	12	В

Тестовые задания для самостоятельного решения

1. К ГРУППЕ ЧАСТО БОЛЕЮЩИХ ШКОЛЬНИКОВ ОТНОСЯТСЯ ДЕТИ,
ПЕРЕНЕСШИЕ ОРВИ В ТЕЧЕНИЕ ГОДА

- а) 1 раз
- б) 2 раза
- в) 3 раза
- г) 4 раза

2. ГЕНЕРАЛИЗИРУЮЩИЙ МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ - ЭТО

- а) оценка физического развития индивидуума

- б) однократное исследование физического развития детей
- в) исследование физического развития больших групп детей в относительно короткий срок
- г) исследование физического развития одних и тех же групп детей в течение периода роста и развития

3. ГРУППА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, ИМЕЮЩЕГО ХРОНИЧЕСКИЙ ГАСТРИТ В СТАДИИ ОБОСТРЕНИЯ, ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ОТСТАЮЩЕЕ ОТ ВОЗРАСТА, ДИСГАРМОНИЧНОЕ ЗА СЧЕТ ДЕФИЦИТА МАССЫ ТЕЛА, ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ВОЗРАСТУ, ГАРМОНИЧНОЕ, ЗА ГОД, ПРЕДШЕСТВОВАВШИЙ ОБСЛЕДОВАНИЮ, ПЕРЕНЕСШЕГО 3 ОРВИ, ПАРАГРИПП

- а) 1-я
- б) 2-я
- в) 3-я
- г) 4-я

4. ГРУППА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, ИМЕЮЩЕГО ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ВОЗРАСТУ, ГАРМОНИЧНОЕ, ЗА ГОД, ПРЕДШЕСТВОВАВШИЙ ОБСЛЕДОВАНИЮ, ПЕРЕНЕСШЕГО 3 ОРВИ, ОСТРУЮ КАТАРАЛЬНУЮ АНГИНУ

- а) 1-я
- б) 2-я
- в) 3-я
- г) 4-я

5. ГРУППА ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА, ИМЕЮЩЕГО БРОНХИАЛЬНУЮ АСТМУ В СТАДИИ КЛИНИЧЕСКОЙ И ЛАБОРАТОРНОЙ РЕМИССИИ, ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ВОЗРАСТУ, ГАРМОНИЧНОЕ, ЗА ГОД, ПРЕДШЕСТВОВАВШИЙ ОБСЛЕДОВАНИЮ, ПЕРЕНЕСШЕГО 2 ОРВИ

- а) 1-я
- б) 2-я
- в) 3-я
- г) 4-я

6. ПОЛОВЫЕ РАЗЛИЧИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ И ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК НАБЛЮДАЮТСЯ

- а) только до начала периода полового созревания
- б) во все возрастные периоды

- в) только после начала периода полового созревания
 - г) только по окончании периода полового созревания
7. К ПЕРВОЙ ГРУППЕ ЗДОРОВЬЯ ОТНОСЯТСЯ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ, ИМЕЮЩИЕ
- а) хронические заболевания в стадии компенсации
 - б) хронические заболевания в стадии субкомпенсации
 - в) хронические заболевания в стадии декомпенсации
 - г) нормальное физическое и нервно-психическое развитие, без морфофункциональных отклонений и хронических заболеваний
8. КО ВТОРОЙ ГРУППЕ ЗДОРОВЬЯ ОТНОСЯТСЯ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ, ИМЕЮЩИЕ
- а) нормальное физическое и нервно-психическое развитие, без морфофункциональных отклонений и хронических заболеваний
 - б) морфофункциональные отклонения, снижение иммунитета
 - в) хронические заболевания в стадии субкомпенсации
 - г) хронические заболевания в стадии декомпенсации
9. К ТРЕТЬЕЙ ГРУППЕ ЗДОРОВЬЯ ОТНОСЯТСЯ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ, ИМЕЮЩИЕ
- а) нормальное физическое и нервно-психическое развитие, без морфофункциональных отклонений и хронических заболеваний
 - б) хронические заболевания в стадии субкомпенсации
 - в) хронические заболевания в стадии компенсации
 - г) хронические заболевания в стадии декомпенсации
10. К ЧЕТВЕРТОЙ ГРУППЕ ЗДОРОВЬЯ ОТНОСЯТСЯ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ, ИМЕЮЩИЕ
- а) нормальное физическое и нервно-психическое развитие, без морфофункциональных отклонений и хронических заболеваний
 - б) морфофункциональные отклонения, снижение иммунитета
 - в) хронические заболевания в стадии декомпенсации
 - г) хронические заболевания в стадии субкомпенсации
11. К ПЯТОЙ ГРУППЕ ЗДОРОВЬЯ ОТНОСЯТСЯ ДЕТИ И ПОДРОСТКИ, ИМЕЮЩИЕ
- а) нормальное физическое и нервно-психическое развитие, без морфофункциональных отклонений и хронических заболеваний
 - б) морфофункциональные отклонения, снижение иммунитета
 - в) хронические заболевания в стадии декомпенсации

- г) хронические заболевания в стадии субкомпенсации
12. ДЛЯ СРАВНИТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ КОЛЛЕКТИВОВ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ЦЕЛЕСООБРАЗНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ
- а) среднеарифметические показатели длины тела
 - б) удельный вес детей с биологическим возрастом, соответствующим паспортному возрасту, гармоничным морфофункциональным состоянием
 - в) среднеарифметические показатели массы тела
 - г) среднеарифметические величины функциональных показателей
13. СОВРЕМЕННОЙ ТЕНДЕНЦИЕЙ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ЯВЛЯЕТСЯ
- а) акселерация большинства показателей
 - б) децелерация большинства показателей
 - в) децелерация только морфологических показателей
 - г) децелерация функциональных показателей
14. АКСЕЛЕРАЦИЯ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ КАК
- а) увеличение продолжительности жизни
 - б) увеличение продолжительности репродуктивного периода
 - в) увеличение дефинитивных размеров тела
 - г) ускорение темпа роста и развития
15. ДЕЦЕЛЕРАЦИЯ - ЭТО
- а) ускорение темпов роста и развития
 - б) уменьшение дефинитивных размеров тела
 - в) замедление темпов роста и развития
 - г) уменьшение продолжительности жизни

Разделы дисциплины 1-6
Практическое занятие №20 «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 жаренный 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.