

Волжский филиал ГАПОУ
«Волгоградский медицинский колледж»

ТЕМА 1.9 САНИТАРНО- ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ ПАЦИЕНТОВ В ЛО

■ **Междисциплинарный курс:
Безопасная среда для участников
лечебно-диагностического процесса**

■ **Автор: Якименко.Т.В.**

Волжский 2020

■ **Мотивация изучения темы**

Главной задачей медицины, наряду с улучшением здоровья общества, все в большей степени становится борьба за повышение качества жизни. Состояние питания человека, по современным взглядам, является одним из ведущих факторов, способных существенно изменить не только показатели здоровья, но и качества жизни.

■ «Питание больного является тем основным фоном, на котором следует применять другие терапевтические факторы.

■ *«Там где нет лечебного питания, нет рационального лечения».* М.И. Певзнер.

ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

ЗНАТЬ:

- ◇ **Определение термина «диетотерапия»;**
- ◇ **Понятие о режиме питания, санитарно – гигиенический режим питания;**
- ◇ **Основные принципы лечебного питания;**
- ◇ **Правила раздачи пищи.**

- ◎ **Рациональное питание** — правильно организованное и своевременное снабжение организма хорошо приготовленной питательной вкусной пищей, содержащей оптимальное количество различных пищевых веществ, необходимых для его развития и функционирования.
- ◎ Питание с оптимальным соотношением пищевых веществ называют **сбалансированным**.
- ◎ *Соотношение органических компонентов пищи — белков, жиров и углеводов*
 - ◎ $B:Ж:У = 1:0,8:3,5 \approx \underline{1:1:4}$
- ◎ Калорийность суточного рациона здорового человека составляет 2 800 - 3 000 ккал.

ФУНКЦИИ ПИЩИ

(В.Д. ВАНХАНЕН, 1985)

Название	Функция	Компоненты
Энергетическая	Энергетические затраты организма	Углеводы, жиры и в меньшей степени белки
Пластическая	Построение и обновление клеток и тканей	Белки и в меньшей степени минералы, жиры, липиды, углеводы
Биорегуляторная	Участие в образовании ферментов и гормонов — регуляторов обмена веществ в тканях	Белки, витамины
Приспособительно-регуляторная	Нормализация деятельности важнейших систем организма (питание, выделение, терморегуляция)	Пищевые волокна, вода
Защитно-реабилитационная	Устойчивость организма к инфекциям, профессиональным вредностям; нормализация обмена веществ, профилактика рецидивов заболевания, хронизация заболеваний, ускорение выздоровления	Профилактические и лечебные свойства качественно различных рационов питания
Сигнально-мотивационная	Возбуждение аппетита.	Пряности, пряные овощи

ДИЕТОТЕРАПИЯ

Диетотерапия (в переводе с греческого «лечение режимом питания») – лечебный метод, в основе которого лежит терапия различных заболеваний с помощью **специальных диет**.

Синонимом диетотерапии является **лечебное питание**.

К **основным целям диетотерапии** относятся следующие:

- Профилактика и лечение различных заболеваний;
- Рациональное обеспечение потребностей организма в энергии и питательных веществах, исходя из его индивидуальных особенностей;
- Соблюдение баланса потребляемых жиров, белков, углеводов и микроэлементов;
- Достижение веса, оптимального для конкретного человека, с учётом его конституции.

ДИЕТОТЕРАПИЯ

При организации диетического питания учитывается три основных принципа:

- **Качественный состав пищи** (увеличение или уменьшение в пищевом рационе белков, жиров, углеводов и др.) и её количество.
- **Характер кулинарной обработки продуктов** (степень их измельчения, тепловая обработка).
- **Режим питания** (время и частота приёма пищи).



ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

1. Индивидуальный подход к определению рациона питания, режима приема и способа кулинарной обработки с учетом количественного и качественного соответствия характеру болезни, особенностям организма пациента

2. Сбалансированность пищи по составу и физиологически полноценных рационов.

3. Щажение пищеварительной системы и всего организма в целом:

- ⊙ **механическое** - определенный способ кулинарной обработки пищи (измельчение, протирание, гомогенизация) и ее приготовления;
- ⊙ **химическое** – определенный способ приготовления пищи (отваривание, тушение на пару) без использования приправ, соусов. Экстрактивные вещества, резко возбуждающие секреторную активность пищеварения, переходят в бульон.
- ⊙ **термическое** - соблюдение низких температур в лечебном питании обеспечивает профилактику кровотечений в постоперационном периоде пищеварительного тракта (после тонзилэктомии), при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки.
- ⊙ **4. Принцип тренировки** - постепенное расширение строгой диеты – дозированное снятие ограничений вплоть до перехода на рациональное питание.

СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

Главной рекомендацией является **сбалансированность суточного питания** из расчёта – 50% углеводов, 30% жиров, и 20% белков. **Сбалансированное питание** – это определенное соотношение в рационе всех компонентов питания.

Соотношение между белками, жирами и углеводами для лиц, имеющих среднюю физическую нагрузку, должно быть 1:1:4, для выполняющих тяжелый физический труд – 1:1:5, при малоподвижном образе жизни – 1:0,9:3,2. При различных заболеваниях эти соотношения меняются.



РЕЖИМЫ ПИТАНИЯ

- Режим питания означает определенное время приема пищи, ее распределение в течение дня по калорийности, химическому составу, набору продуктов и объему.
Взрослым здоровым людям рекомендуется 3- или 4-разовое питание. Промежутки между приемами пищи 4 – 5 часов. При некоторых заболеваниях показано 5 – 6-разовое питание.
- При 3-разовом приеме пищи калорийность рациона распределяется следующим образом: на завтрак 30%, на обед 40 – 50%, на ужин 20 – 25%.
- При 4-разовом питании; на первый завтрак 25 – 30%, на второй 10 – 15%, на обед 40 – 45%, на ужин 20%.
- Наиболее физиологичным является 4-разовое питание.
- Температура горячих блюд должна быть 55 – 62°, холодных – не ниже 15°C.



САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ

- Организация питания больных в лечебно-профилактических организациях является одним из важных разделов в комплексе лечебных мероприятий.
- Ответственность за оборудование пищеблока, буфетных отделений лечебно-профилактического учреждения несет главный врач.
- Ответственность за соблюдение требований при приготовлении и реализации пищи несут повара и буфетчицы отделений; контроль за соблюдением работниками пищеблока санитарных требований осуществляет врач-диетолог.



САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ

- Для транспортирования готовой пищи в буфетные отделения ЛПО используют термосы или плотно закрывающуюся посуду. Хлеб можно транспортировать в полиэтиленовых или клеенчатых мешках, хранение хлеба в которых не разрешается.
- При выдаче на пищеблоке блюд для буфетных отделений температура готовой пищи должна быть: первых - не ниже 75°C , вторых - не ниже 65°C , холодные блюда и напитки - от 7 до 14°C . Срок раздачи готовых блюд не должен превышать 2 часов от момента приготовления.
- В буфетных отделениях должно быть предусмотрено два помещения: для раздачи пищи (не менее 9 м^2) и для мытья посуды (не менее 6 м^2). В помещении буфетной предусматривается раковина для мытья рук. Обработка посуды может проводиться механизированным или ручным способом.

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ

- Прием пищи больными лечебного отделения (за исключением тяжелобольных) происходит в специально выделенном помещении – столовой.
- Личные продукты питания (передачи из дома) пациенты хранят в тумбочке (сухие продукты) и в специально выделенном холодильнике (скоропортящиеся продукты), передачи принимают в пределах разрешенного врачом ассортимента и количества продуктов.
- Раздачу пищи больным производят буфетчицы, дежурные медицинские сестры отделения. Раздача пищи должна производиться в халатах с маркировкой «Для раздачи пищи».
- Технический персонал, занятый уборкой палат и других помещений отделения, к раздаче пищи не допускается.



САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ

- Очень важно соблюдать правила мытья посуды.
- Влажную уборку столовых и буфетных производят после каждого приема пищи. Пищевые отходы собирают в закрытые ведра или бачки с крышками дезинфицируют и утилизируют.
- Уборочный материал после мытья заливают 0,5% осветленным раствором хлорной извести 3% раствором хлорамина на 60 минут (или другим разрешенным к применению дезинфицирующим средством), далее прополаскивают в проточной воде и сушат (инвентарь используют строго по назначению).
- Генеральную уборку всех помещений с мытьем пола, обметанием стен и потолков проводят не реже 1 раза в неделю. Используемый при этом инвентарь (швабры, ведра и т.д.) должен иметь соответствующую маркировку.

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ

Режим мытья посуды в лечебном отделении

- Обработка посуды проводится в следующей последовательности: механическое удаление пищи и мытье в первой мойке с обезжиривающими средствами, ополаскивание горячей водой – во второй мойке и просушивание посуды на специальных полках или решетках.
- Дезинфекция (обеззараживание) посуды проводится в инфекционных больницах (отделениях), и по эпидемиологическим показаниям химическим (растворы дезинфицирующих средств в том числе в моечной машине) или термическим способами (кипячение, обработка в суховоздушном стерилизаторе и др.), а также обеззараживание остатков пищи от больного по режимам для соответствующих инфекций.

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ РЕЖИМ ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ

Режим мытья посуды в лечебном отделении

- Щетки для мытья посуды и ветошь для протирки столов после окончания работы промывают с обезжиривающими средствами, дезинфицируют (при химической дезинфекции промывают проточной водой), просушивают и хранят в специально выделенном месте.
- После каждой раздачи пищи производят влажную уборку помещений буфетных. Уборочный материал промывается, обеззараживается, просушивается.



ПРАВИЛА РАЗДАЧИ ПИЩИ

- Раздачу пищи осуществляют буфетчица (раздатчица) и палатная медсестра в соответствии с данными порционного требования пациентам, находящимся на общем (внепалатном) режиме двигательной активности.
- Пациентам, находящимся на палатном или постельном режиме, доставляют пищу в палату на специальных столиках.
- Кормление тяжелобольных осуществляет палатная медсестра у постели пациента.
- Перед раздачей пищи медсестра и буфетчица должны надеть халаты, маркированные «для раздачи пищи», вымыть руки.
- Категорически запрещается оставлять остатки пищи и грязную посуду у постели пациента.



ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

1. **Законспектировать материалы презентации.**
2. **Изучить материал лекции по учебнику:** Выполнение работ по профессии "Младшая медицинская сестра по уходу за больными", часть 1, Безопасная среда для участников лечебно-диагностического процесса /составители Н.А. Репчинская, Л.А. Помоленкова.- Волгоград: ГАПОУ "Волгоградский медицинский колледж", 2019. - Текст : электронный. Стр. 129 - 139.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ