Физиология питания

Щучкина Л.Ю.,
учитель технологии
1 категории
МОУ СОШ п.Первомайский

Питание *- это процесс усвоения организмом питательных веществ, необходимых для поддержания жизни, здоровья и работоспособности.*

С незапамятных времен люди использовал
сквашивания, брожения для приготовления п
подозревая, какие невидимые помощники вы
полезные превращения.

Однажды голландский естествоиспытатель ук
(1632-1723), собственноручно шлифовавший
собиравший простейшие микроскопы, с удивл жил
в дождевой воде мельчайшие живые организм
микроорганизмы, или микробы.

В кулинарии ***микроорганизмы*** используют для приготовления теста, в процессах брожения, что повышает выход (количество) готовой выпечки и ее качество; в виноделии – для ускорения выделения сока из плодов и ягод.

Микроорганизмы применяют в пищевой промышленности при производстве кисломолочных продуктов, дрожжей, в медицинской – при производстве лекарств.

Широкое применение находят и продукты жизнедеятельности микроорганизмов – ферменты.

При приготовлении пищи в домашних условиях необходимо учитывать, что бактерии и микробы могут влиять на все процессы обработки и хранения продуктов, качество готовых блюд.

Инфекция, или инфекционный процесс (от лат. ***Infectio*** - «заражение») – это проникновение в организм человека болезнетворных микроорганизмов.

Пищевые отравления происходят при употреблении в пищу продуктов питания, пораженных болезнетворными микроорганизмами, продуктов с истекшим сроком годности, при нарушении условий хранения продуктов, их недостаточной тепловой обработке, а также при несоблюдении правил личной и санитарной гигиены.

Пищевые инфекции часто называют «болезнями грязных рук»!!!

Виды отравлений

- Отравление продуктами, ядовитыми по своей природе:

Грибы, ядовитые растения, ядовитые продукты животного происхождения

- Отравления продуктами, временно приобретающими ядовитые свойства: картофель, бобы фасоли, горькие ядра косточковых плодов

Виды и признаки отравлений

- Отравления ядовитыми примесями к пищевым продуктам: пестициды; нитраты, нитриты в виде пищевых добавок

- Пищевые отравления характеризуются следующими признаками: внезапное начало, острое течение, боль в области живота, рвота, понос, слабость.

Первая медицинская помощь

1. Необходимо выяснить, какой продукт стал причиной отравления, и по возможности изъять его.
2. Если пострадавший в сознании, промыть ему желудок – дать выпить 3-4 стакана бледно-розового раствора марганцовокислого калия и, надавливая на корень языка пальцем или черенком ложки, вызвать у него рвоту.
3. После промывания желудка рекомендуется дать активированный уголь.
4. Через 2-3 часа повторно промывают желудок. Промывание желудка следует проводить 2-3 раза.

Задание: из предложенных вариантов ответов на вопросы исключить неверные.

- 1. В каких процессах участвуют микроорганизмы? – квашение, брожение, плесневение.
- 2. Болезнями грязных рук являются … - ангина, дизентерия, гепатит, ОРВИ
- 3. Переносчиками пищевых инфекций могут быть: больные люди, мухи, грызуны, блохи
- 4. Признаками пищевого отравления являются: рвота, чихание, резкая слабость, насморк, понос
- 5. Как правильно оказать первую медицинскую помощь при пищевом отравлении? – дать пострадавшему сладкий чай, вызвать рвоту, дать активированный уголь, вызвать врача.

Домашнее задание:

составить рекомендации, при соблюдении которых можно избежать или предупредить пищевые инфекции

Литература:

- 1. Технология. Обслуживающий труд: 7 класс: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений/[Н.В.Синица, О.В.Табурчак, О.А.Кожина и др.]; под ред. В.Д.Симоненко. – 3-е изд., перераб. – М.:Вентана-Граф, 2011.
- 2. Технология. 7 класс (девочки): поурочные планы по учебнику под ред. В.Д.Симоненко / авт.-сост. О.В. Павлова. – изд. 2-е, испр. – Волгоград: Учитель, 2014.