

**Физиология питания. Понятие о
микроорганизмах. Пищевые
инфекции. Первая помощь при
отравлениях.**

7 класс



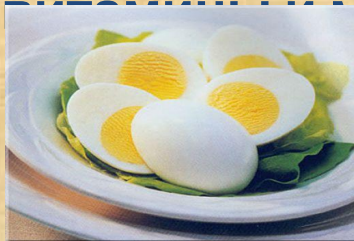
Питание - процесс усвоения организмом питательных веществ, необходимых для поддержания жизни, здоровья и работоспособности

- **Питание должно быть разнообразным**
- **Соблюдение режима питания**
- **Соблюдение технологии приготовления**



Суточный рацион в среднем должны составлять

14% – белки являются строительным материалом человеческого тела, участвуют в процессе обмена веществ без их достаточного поступления в организм, плохо усваиваются некоторые



18% – жиры - это прежде всего источник энергии. Они регулируют обменные процессы в клетках, участвуют в дыхании клеток, принося в них кислород.



68% – углеводы.





**Антон Левенгук - (1632-1723)
голландский естествоиспытатель**

Микроорганизмы





Микроорганизмы

(бактерии, плесень, дрожжи) живые существа, жизнь которых зависит от условий внешней среды, в которой они находятся.



ПОЛЕЗНЫЕ

ВРЕДНЫЕ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В КУЛИНАРИИ:

Использование
в
кулинарии

Домашние условия

Тесто

Консервы

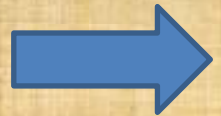
Виноделие

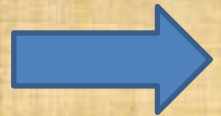
Промышленность

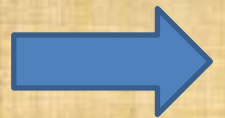
Кисломолочные продукты

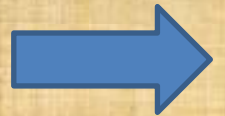
Дрожжи

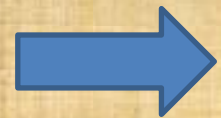












ВРЕДНЫЕ Микроорганизмы

Вызывающие порчу
пищевых продуктов

Болезнетворные

гниение
брожение
плесневение

пищевые
инфекции



ПИЩЕВЫЕ ИНФЕКЦИИ

- это заболевания, вызываемые микробами, которые попадают с пищей и размножаются в организме человека



Пищевые
инфекции
– болезни
«грязных рук»

Инфекция – совокупность явлений, возникающих и развивающихся в организме при внедрении и размножении болезнетворных микробов

- К заболеваниям, передающимся через пищу, относятся: брюшной тиф, дизентерия, холера, сальмонеллез, инфекционный гепатит и др.
- **Признаки заболевания** – это боль в области живота, рвота, понос, головная боль, головокружение, резкая слабость, а в тяжелых случаях потеря сознания.

ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ



1) продукты, ядовитые
по своей природе

2) продукты не ядовитые,
но проявившие эти
свойства

3) Ядовитые примеси

1) Отравления продуктами, ядовитыми по своей природе

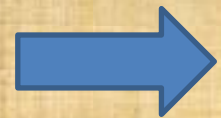
Отравления несъедобными грибами

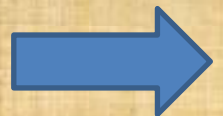


Отравления ядовитыми растениями

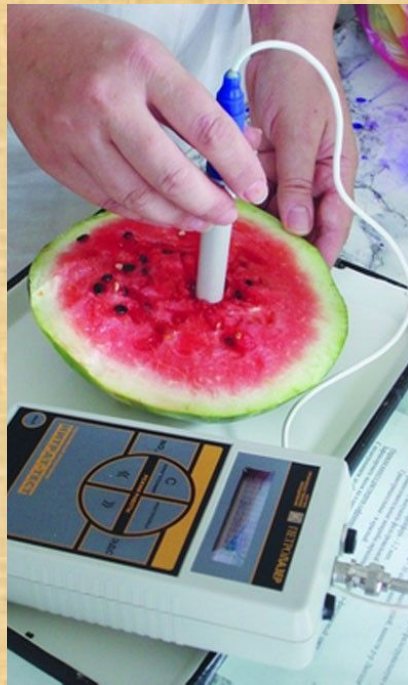


Отравления ядовитыми продуктами
животного происхождения





- примеси сорных растений
- грибки
- грязная тара
- нитриты
- нитраты
- пестициды



Профилактика пищевых инфекций- выполнение санитарных требований и личной гигиены





Первая медицинская помощь пострадавшему:

- 1) Выяснить, какой продукт стал причиной отравления, и изъять его.
- 2) Промыть желудок пострадавшему бледно-розовым раствором марганцево-кислого калия (дать выпить 3-4 стакана), вызвать рвоту (надавливая на корень языка пальцем или черенком ложки).
- 3) Дать пострадавшему активированный уголь.
- 4) Через 2-3 часа повторно промыть желудок и повторить этот процесс 2-3 раза.

санитарно-гигиенические требования:

- 1) Перед приемом и приготовлением пищи обязательно мыть руки с мылом.
- 2) При приготовлении пищи пользоваться инструментами и приспособлениями с соответствующей маркировкой.
- 3) После работы тщательно убирать рабочее место.
- 4) Инвентарь и посуду хранить в строго отведенном месте.
- 5) Не допускать совместного хранения сырья и готовой продукции.
- 6) Не употреблять в пищу продукты с истекшим сроком хранения и сомнительного происхождения.
- 7) Соблюдать правила и сроки хранения продуктов.
- 8) Применять достаточную тепловую обработку пищевых продуктов.
- 9) Если продукты не требуют дальнейшей тепловой обработки, тщательно промыть их теплой, а затем горячей

Практическое задание

Ответь на вопросы:

1. Что такое микроорганизмы? Какие полезные и вредные воздействия они оказывают на пищевые продукты?
2. Назовите источники и пути проникновения болезнетворных микроорганизмов в организм человека
3. В каких процессах участвуют полезные микроорганизмы?
4. Болезнями грязных рук являются...
5. Переносчиками пищевых инфекций могут быть...
6. Признаками пищевого отравления являются...
7. Как правильно оказать первую медицинскую помощь при пищевом отравлении?