

Ключевые слова: питание; избыточная масса тела; пищевой статус
Key words: nutrition; excess body weight; nutritional status

Введение. Фактическое питание человека определяется поступлением в организм определенного количества макро- и микронутриентов, а также режимом питания. Чаще всего нарушение принципов рационального питания среди взрослого населения сопровождается увеличением массы тела. **Цель** — оценка фактического питания в группе работающего населения, имеющего избыточную массу тела (индекс массы тела (ИМТ) — 25–30). **Методы исследования.** В исследовании приняло участие 164 работающих различных организаций и предприятий в возрасте от 18 до 59 лет, обследованные были равномерно разделены на 2 группы — 1-я группа — индекс массы тела (ИМТ) 19–24,9 и 2-я группа — ИМТ 25–30. Оценка фактического питания осуществлялась частотным методом с количественной оценкой потребленных продуктов, оценка соблюдения принципов рационального питания и информированности о здоровом питании, образа жизни осуществлялась с помощью специально разработанной анкеты. **Результаты исследования.** Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о нарушении принципов рационального питания в группе №2 (несоблюдение принципов количественной и качественной полноценности пищевого рациона, режима питания, сбалансированности поступления пищевых веществ). В указанной группе был выраженный дефицит потребления молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, овощей. Потребление хлебобулочных и макаронных изделий, сахара и кондитерских изделий превышало рекомендуемую норму. Уровень энергопотребления в группе №1 составил у мужчин 2167 ± 123 ккал/сут, женщин — 1985 ± 11 ккал/сут, во второй группе 2668 ± 145 ккал/сут и 2543 ± 138 ккал/сут соответственно. Отличался также и уровень потребления макронутриентов. Снижение поступления клетчатки наблюдалось в обеих группах $6 \pm 0,3$ и $7 \pm 0,6$ г/сут, частота приема пищи была снижена в группе 2 как у мужчин, так и у женщин. Уровень потребления жиров превышал рекомендуемые нормы во второй группе как у мужчин (110 ± 6 г/сут), так и у женщин (123 ± 4 г/сут). Анализ режима питания позволил выявить отсутствие полноценного горячего обеда у большинства (более 76%) работников, относящихся к группе 2 по причине отсутствия условий для приема горячей пищи в обеденные перерывы. **Заключение.** Сниженная физическая активность, нарушение режима питания, сопровождающееся отсутствием у большинства работников приема горячей пищи в обеденные перерывы, поздний высококалорийный ужин, являются основными причинами наличия высокого индекса массы тела у данных работников, а также служит причиной развития алиментарно-зависимых заболеваний. Для коррекции пищевого поведения указанной категории работников были предложены профилактические рекомендации по соблюдению принципов рационального питания и повышению физической активности.

УДК 613.2

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ РАБОТНИКОВ ПРИ КОНТАКТЕ С НЕБЛАГОПРИЯТНЫМИ ПРОИЗВОДСТВЕННЫМИ ФАКТОРАМИ

Горбачев Д.О.¹, Сазонова О.В.¹, Гадалина В.В.²

¹ФГБОУ ВО «Самарский государственный медицинский университет» Минздрава России, ул. Чапаевская 89, Самара, Россия, 443099; ²ФГБУЗ «Самарский медицинский клинический центр ФМБА», Южное шоссе, 125, Тольятти, Россия, 445031

HYGIENIC ASSESSMENT OF ACTUAL NUTRITION IN WORKERS CONTACTING WITH OCCUPATIONAL HAZARDS.

Gorbachev D.O.¹, Sazonova O.V.¹, Gadalina V.V.² ¹Samara state medical University, 89, Chapayevskaya, Samara, Russia, 443099; ²Samara medical clinical centre of FMBA, 125, Yuzhnoye highway, Togliatti, Russia, 445031

Ключевые слова: питание; вредные производственные факторы; пищевой статус

Key words: nutrition; occupational hazards; nutritional status

Введение. На сегодняшний день доказано влияние питания на здоровье населения как элемента образа жизни, определяющего на 55% состояние здоровья индивидуума. Особое внимание следует уделять питанию сотрудников при контакте с неблагоприятными производственными факторами. На сегодняшний день более половины миллиона сотрудников предприятий Самарской области имеют профессиональный контакт с неблагоприятными производственными факторами. **Цель** — оценка фактического питания работающих в контакте с неблагоприятными факторами производственной среды с последующей разработкой рекомендаций по его улучшению. **Методы исследования.** По фактическому потреблению пищевых веществ (анкетные данные, полученные от 320 сотрудников ПАО «Автоваз» 187 мужчин и 133 женщины) рассчитывалась общая калорийность рациона исходя из потребления макронутриентов, частота потребления продуктов и блюд, а также химический состав рациона по микронутриентам. Оценка пищевого статуса осуществлялась по данным антропометрии, биоимпедансометрии. Сотрудники, принимавшие участие в исследовании, имели профессиональный контакт с вредными физическими факторами (шум, вибрация, неблагоприятные параметры микроклимата), химическими (сварочные аэрозоли, ароматические углеводороды, кислоты, альдегиды), факторами трудового процесса (тяжесть, напряженность). **Результаты исследования.** В рационе работников отмечено недостаточное потребление кисломолочных продуктов, молока, рыбы и рыбопродуктов, яиц. Овощи в необходимом количестве потребляли 37% исследуемой группы, фрукты — 25%. Потребление жиров превышало рекомендуемые нормы на 47% у абсолютного большинства работников (в основном, у женщин), потребление белка и углеводов находилось в пределах рекомендуемых нормативов. Анализ химического состава рациона выявил дефицит поступления с пищей витаминов В2 и В6, витамина А, витамина Д и витамина С. **Заключение.** Питание лиц,

имеющих профессиональный контакт с неблагоприятными факторами производственной среды, требует коррекции в сторону увеличения потребления макро и микронутриентов, обладающих свойствами, повышающими адаптационный потенциал организма; разработка персонализированных рационов позволит повысить устойчивость организма к воздействию указанных факторов.

УДК 613.62

СИСТЕМЫ ДИНАМИЧЕСКОГО НАБЛЮДЕНИЯ БОЛЬНЫХ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

Горблянский Ю.Ю.¹, Яковлева Н.В.¹, Пиктушанская Т.Е.²

¹ФГБОУ ВО «Ростовский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения РФ, пер. Нахичеванский, 29, Ростов-на-Дону, Россия, 344022; ²ГБУ Ростовской области «Лечебно-реабилитационный центр №2», пер. Дубинина, 4, г. Шахты, Ростовская обл., Россия, 346510

MONITORING SYSTEMS OVER PATIENTS WITH OCCUPATIONAL DISEASES IN RUSSIA AND ABROAD. Gorblyansky Yu.Yu.¹, Yakovleva N.V.¹, Pictushanskaya T.E.² ¹Rostov-on-Don State Medical University, 29, Nakhichevansky ln., Rostov-on-Don, Russia; ²Rehabilitation Centre № 2, 4, Dubinina ln., Shakhty, Russia, 346510

Ключевые слова: профессиональные заболевания; динамическое наблюдение; группы риска
Key words: occupational diseases; monitoring; risk groups

В современном мире на глобальном уровне сохраняются риски многих профессиональных заболеваний. Для всех заинтересованных сторон, включая лиц, определяющих государственную политику, врачей-профпатологов, работодателей, работников и общественности, важно иметь достоверную информацию о заболеваемости и инвалидности, чтобы уменьшить уровни профессиональных рисков. Анализ зарубежных систем динамического наблюдения профессиональных заболеваний показал, что большая их часть (Modernet в Евросоюзе (2007–2014 гг.), MALPROF в Италии (1999–2012 гг.) THOR в Великобритании (1989–2014 гг.) и др.) выполняла функции учета и статистической фиксации определенных показателей профессиональной заболеваемости и инвалидности, выявления тенденций в изменении структуры профессиональной патологии, отслеживании новых рисков и обмена информацией между странами. Основными показателями, общими для всех систем, являлись: диагноз, возраст, пол, дата сообщения о профессиональном заболевании, профессия (и/или экономический сектор), вредный производственный фактор. В России сегодня не существует единого регистра больных профессиональными заболеваниями, и функция динамического наблюдения возложена на территориальные центры профпатологии. Отечественные системы мониторинга, в отличие от зарубежных, включают большее количество медико-социальных показателей, к которым, в том числе, относятся показатели состояния здоровья, частота наблюдения, данные осмотра врачами различных специальностей, результаты обследований, критерии эффективности лечебно-профилактических мероприятий, трудовая занятость. Ростовский областной центр профпатологии с 70-х годов прошлого столетия по настоящее время проводит мониторинг состояния здоровья как больных профессиональными заболеваниями различной степени выраженности, так и работников групп риска. Анализ медико-социальных показателей системы динамического наблюдения областного центра профпатологии позволил разработать алгоритм комплексной профилактики профессиональных заболеваний на примере шахтеров-угольщиков с профессиональной пояснично-крестцовой радикулопатией (n=2791), наблюдавшихся в центре в период с 1976 по 2014 гг. Алгоритм включает маршрутизацию медико-профилактических мероприятий от периодического медицинского осмотра до центра профпатологии, прогнозирование индивидуального риска нарушений здоровья шахтеров и формирование здоровьесберегающих программ. В свете вышеизложенного функционирование в территориальных центрах профпатологии систем мониторинга больных и групп риска актуально для выявления особенностей формирования профессиональных заболеваний от ранних признаков нарушений здоровья до клинически выраженных форм и прогнозирования и профилактики профессиональных рисков.

УДК 616–003.96; 612.07

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОЦЕНКИ АЛЛОСТАТИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ У РАБОТАЮЩИХ С НОЧНЫМИ СМЕНАМИ

Горохова С.Г.^{1,2}, Атьков О.Ю.¹, Сериков В.В.²

¹ФГБОУ ДПО «Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования» Минздрава России, ул. Баррикадная, 2/1, Москва, Россия, 1125993; ²Научный клинический центр ОАО «РЖД», ул. Часовая, 20, Москва, Россия, 125315

METHODOLOGICAL ASPECTS OF EVALUATING ALLOSTATIC LOAD IN NIGHT-SHIFT WORKERS. Gorokhova S.G.^{1,2}, Atkov O.Yu.¹, Serikov V.V.² ¹Russian Medical Academy of Continuing Professional Education, 2 (1), Barrikadnaya str., Moscow, Russia, 125993; ²Research Clinical Center of «Russian Railways», 20, Chasovaya str., Moscow, Russia, 125315

Ключевые слова: производственная медицина; аллостаз; биомаркеры
Key words: occupational medicine; allostasis; biomarkers