

# КАСПИЙ УНИВЕРСИТЕТИ МЕЙІРБЕКЕ ІСІ

Тақырыбы: Тағамдарға қойылатын негізгі гигиеналық талаптар. Тамақтану тәртібі.

Бактериалді тектес тағамдардан улану-тағам токсикоинфекциясы. Бактериалді емес тектес тағамдардан улану, тамақ микотоксикоздары. Консервілерді зерттеу. Тамақтан уланудың алдыналу жұмысын ұйымдастыру.

Сабурова Дана

Асқарқызы

# Жоспар:

- Тақырыбы: Тағамдарға қойылатын негізгі гигиеналық талаптар. Тамақтану тәртібі.
- Бактериалді тектес тағамдардан улану-тағам токсикоинфекциясы.
- Бактериалді емес тектес тағамдардан улану, тамақ микотоксикоздары.
- Консервілерді зерттеу. Тамақтан уланудың алдын алу жұмысын ұйымдастыру.

# I ағамдарға қойылатын негізгі гигиеналық талаптар. Тамақтану тәртібі.

Адамның жасына, жынысына, денсаулық жағдайы мен кәсібіне байланыссыз ұтымды тамақтануды ұйымдастырудың ғылыми негізіндегі жалпы физиолого – гигиеналық талаптарына жатады:

1. Тағамдық рацион бойынша – тағамның энергиялық құндылығы мен сапалық құрамы, тағамдық заттардың сәйкестендірілуі, сіңірілуі, органолептикалық қасиеті мен оның әртүрлілігі, астың құрылымы мен әртүрлі тағамдық азық – түліктердің үндестігі, санитарлық - эпидемиологиялық тұрғыдан мінсіздігі жатады.
2. Тамақтану тәртібі – тағам ішудің уақыты мен ұзақтығы, олардың аралығы, тамақ ішудің кезегі мен тағам ішуге байланысты рационды бөлу.
3. Тағам ішуге жағдай жасау – ас бөлмесінің интерьері, столдың безендірілуі, микроклиматты қадағалау.

- Тамақ ішу тәртібі – тиімді тамақтанудың маңызды бір бөлігі. Тамақ ішу тәртібіне күнделікті адам мен неше рет тамақ ішу керектігі, тамақ ішу арасындағы уақыт, тамақ ішу мезгілі, тағамдардың калориясы бойынша әр мезгілге бөлінуі жатады. Ең тиімдісі күніне 4 мезгіл тамақтану. Дастархан басына тамақ ішуге күн сайын үнемі бір мезгілде отырудың маңызы зор. Сонымен қатар әр тамақ ішу сәті 20-30 минуттан кем болмауы керек. Тағамды өте жай, асықпай шайнау керек. Ауыздағы тағам сілекеймен толық араласып болғанша шайнау керек. Күніне 4 рет тамақтанған кезде тағамның калориясына қарай таңертеңгі ас – 18%, таңертеңгі ас – 12%, түскі ас – 45%, кешкі ас – 25% болып бөлінеді.

дұрыс емес тамақтану



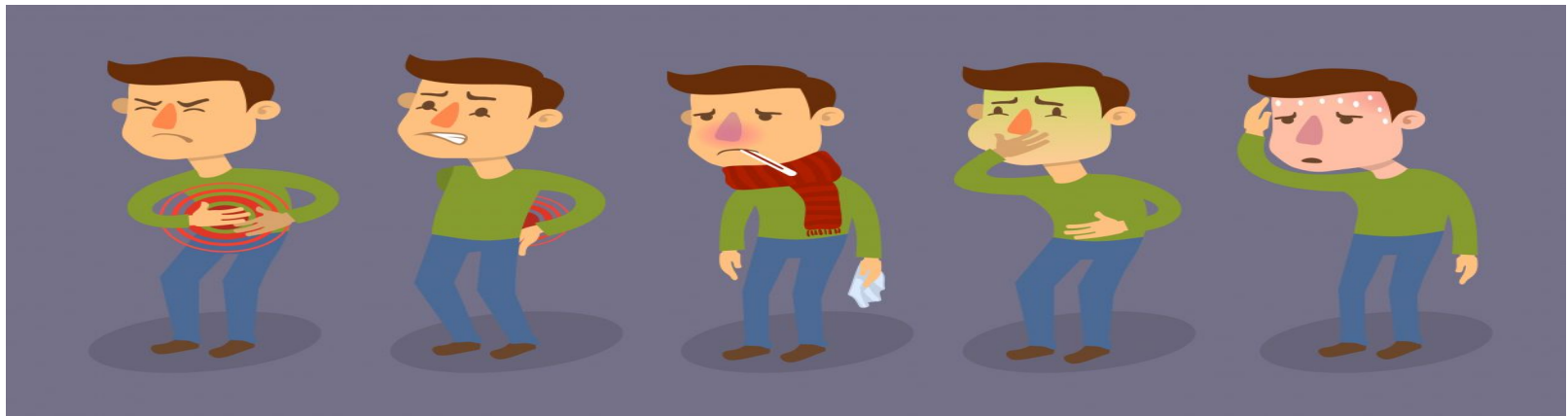
дұрыс тамақтану



# Бактериалді тектес тағамдардан улану-тағам токсикоинфекциясы.

- Тағамдық токсикоинфекция - қысқа мерзімді айқын интоксикациямен сипатталатын жедел ауру. Токсикоинфекция патогенезін айқындайтын факторларға тағам құрамындағы ауру қоздырғыштары-ның ағзаға түсуі жатады. Ағзадан тыс тағамдық токсикоинфекция тағамдық азық-түліктерде жылуға тұрақты токсикалық заттар түзеді. Залалданған азық-түліктерді жылытқанда токсикоинфекция қоздырғыштарының жалпы бұзылуы байқалып, нәтижесінде токсикалық заттар (эндотоксин) бөлініп, тағамға түседі. Тағамдық токсикоздар тағамда өсіп-өнген кейбір микроағзалардың (экзотоксиндердің) токсиндерінің ағзаға әсер етуімен байланысты.

- Ауру белгілері. Ауру қайта қайта құсу, лоқсу, іш өту, іштің бүріп ауруы, жалпы әлсіздік, бас ауру, дене қызуының көтерілуі белгілерімен көрінеді.
- Емдеу принциптері. Асқазан-ішек жолдарын токсиндерден тазарту (асқазанды шаю, сифонды клизма, абсорбенттер ішкізу), су тұз алмасу бұзылысын қалыптастыру.
- Алдын алу шаралары. Эпидемия отбасына және қоғамдық тамақтану орындарына байланысты болғандықтан үйде де, қоғамдық тамақтану орындарында да тағамды тасымалдау, сақтау, өңдеу санитарлық және технологиялық ережелерге сай болуы қажет. Әсіресе жаз, күз айларында дайын тағам өнімдерін, жартылай дайын тағам өнімдерін, сусындарды сақтау мен тасымалдау, термикалық өңдеу қатаң бақылауға алынуы тиіс





# Бактериалді емес тектес тағамдардан улану, тамақ микотоксикоздары.

- - *Mycotoxicoses* түрлі жолдармен организмге еніп микотоксиндер интоксикациясынан туындаған адам мен жануарлардың жұқпалы емес аурулардың кең түрі (негізгі ену жолы азық-түлік арқылы). Ол жіті және созылмалы түрде болады. Ең көп таралған және жақсы меңгерілген микотоксикоздар – ол афлатоксикоз, фузариотоксикоз және эрготизм.

- Алимента-улы алейкия — *Fusarium sporotrichiella* var микроскопиялы саңырауқұлақтардың продуценттерінен туады. Бұл ауру адамдарды және ауылшаруашылық малдарды да зақымдайды. Ауру қан жүретін органдарды жаралайды. Адамдарда лейкоцит мөлшері 1000 дейін және ең аз 1 мм<sup>3</sup> дейін төмендейді, эритроцит мөлшері 1800 мыңға жуық жоғарлайды, мұның салдарынан алиментарлы-улану алейкия көрсеткіштері пайда болады. Ауру ауқымды залалданған дәннен жасалған нан тағамын пайдаланған адамдардан байқалған.
- “ Мас нан ” жіберілуі. Ауру ағзаға *Fusarium graminearum* саңырауқұлағының токсикалық продуценті арқылы әсер етеді. Аурудың бұлай аталу себебі, саңырауқұлақтың токсины ішімдіктің әсеріне ұқсас нейротропты әсерге ие.
- Эрготизм спорынямен зақымдалған астық өнімдерін тұтынғанда пайда болады. Соңғысы *Claviceps purpurea* саңырауқұлағының склерациясын бейнелейді, оның құрамында жоғары токсинді алколоидтар (эрготоксин, эрготоллин, эргометрин) және биогенді аминдер (гиста-мин, тирамин және т.б). Бұл қоспалар жүйке жүйесін (қозған формасы) немесе жүйкелік сосудистты аппаратын (гингреноздың форма) зақымдауы мүмкін.

- Тағамдық токсикалық инфекция: оны тағамға көп мөлшерде түскен – вирустар, сальмонеллалар және т.б ұсақ ағзалар тудырады. Азық-түлік тағамдарының ластануы негізінен бактериялар, риккетсиялар, вирустар, мүктер мен паразиттер әсерінен болады.
- Аурудың көзі болып жануарлардың тірі кезінде (ауру және бациллиотасушы), сондай-ақ сойғаннан кейінгі (өңдеу мен шикізатты сақтаудың санитарлық-гигиеналық нормалауының бұзылуында) тұқымдануы жүретін негізінен жануарлардың ет, сүт өнімдері табылады. Инфекцияның көзі балық және теңіз өнімдері, картоп салаты, сыр қосылған макарондар болуы мүмкін.  
Инфекцияны организмге түскеннен кейін инкубациялық кезең 5-тен 22 сағатқа дейін созылады. Ауруға тән белгілер- іштің өтуі, спазмалар және іштегі аурулар.
- Профилактикалық шаралар шикізатты өңдеуде, дайын өнімді сақтауда, санитарлы-гигиеналық талаптардың орындалуын қарастырады.

