## ***Значение питания для больных.***

*Обеспечение адекватного питания для больного играет важную роль в процессе его выздоровления. Клинически задачи питания включают в себя как поддержание веса тела больного в период выздоровления, так и обеспечение адекватного питания для поддержания иммунной активности организма. Кроме того, в некоторых случаях, во время обострения диета помогает создать максимальный покой. Также следует помнить, что правильное питание может обеспечить длительную ремиссию, и наоборот, нарушение режима питания могут вызвать обострение заболевания.*

## ***Диетическое питание***

*Диетическое питание является важным элементом комплексного лечения больных. Достижения в области биологии и медицины, более углубленное понимание механизма влияния пищевых веществ на больного человека позволили значительно расширить показания к лечебному питанию. Использование лечебного питания стало обязательным в комплексной терапии различных заболеваний, особенно внутренних болезней.*

*Известный советский диетолог М. И. Певзнер указывал, что там, где нет лечебного питания, там нет рационального лечения.*

*В основу диетического питания должен быть положен принцип рационального питания здорового человека, которое качественно и количественно изменяется в соответствии с заболеванием того или иного органа или системы органов. При этом из диеты исключаются определенные пищевые вещества или последние подвергаются специальной технологической обработке. Например, при сахарном диабете, когда нарушено усвоение углеводов (сахара, крахмала), их временно или совсем устраняют из пищи или заменяют ксилитом либо сорбитом и т. д. При гиперсекреции желудочного сока (язвенная болезнь, гастриты с повышенной кислотностью) из пищевого рациона исключаются пищевые вещества, которые являются сильными возбудителями желудочно-кишечной секреции, Эти приемы щажения и составляют принцип диетического питания. Различают механическое, химическое и термическое щажение. Механическое щажение достигается главным образом за счет измельчения пищи, а также соответствующего способа ее тепловой обработки (варка на пару, в воде). Механическое щажение достигается также путем использования продуктов, содержащих минимальное количество растительных клеточных оболочек.*

*Химическое щажение достигается путем исключения из пищи некоторых пищевых веществ или уменьшения их количества, а также различными способами кулинарной обработки, исключением продуктов и блюд, богатых экстрактивными веществами, острых, кислых, соленых и т. д.*

*Термическое щажение — исключение из пищи сильных термических раздражителей, т. е. очень холодной или очень горячей пищи. Температура горячей пищи не должна превышать 60 °С, холодной—быть ниже 15°С.*

*Изменяя количество и качество химических и механических раздражителей, а также температуру пищи, можно влиять на сокоотделительную, моторную и эвакуационную функции кишечника.*

*При назначении той или иной диеты необходимо учитывать действие различных продуктов и блюд. Например, быстро покидают желудок молоко, молочные продукты, яйца всмятку, фрукты, ягоды и т. д. Медленно усваиваются такие продукты, как свежий хлеб, тугоплавкие жиры, жареное мясо, бобовые. Выраженным сокогонным действием обладают экстрактивные вещества мяса, рыбы, грибов (бульоны из них), а также сыр, специи, соки, капуста, огурцы, копчености и т. д., слабым сокогонным действием — молочные продукты, вареные овощи и фрукты, отварное мясо, морковь, зеленый горошек. Послабляющее действие оказывают чернослив, растительное масло, ксилит, сорбит, холодные овощные соки, сладкие напитки, кефир, холодная минеральная вода, овощи и фрукты, хлеб из муки грубого помола, закрепляющее — горячие блюда, кисели, рисовая и манная каши, мучные блюда, яйца всмятку, крепкий чаи, какао, кофе, шоколад и т. д.*

*Большое значение для диетического питания имеют: 1) увеличение частоты приемов пищи до 5—6 раз; 2) уменьшение промежутков между приемами пищи до 2—4 ч; 3) разнообразие меню для предупреждения снижения аппетита больных; 4) исключение утомления перед приемом и после приема пищи.*

*Важное значение имеет также кулинарная обработка продуктов. Она позволяет значительно улучшить вкусовые качества диетических блюд, обеспечить механическое и химическое щажение организма и максимальное сохранение витаминной активности пищи.*

*Диетическое питание применяется как в стационарах (больницах), так и на предприятиях общественного питания. Существуют диеты, которые используются в течение непродолжительного срока, при обострении той или иной болезни, а некоторые диеты используются длительное время, иногда всю жизнь.*

***ХАРАКТЕРИСТИКА ДИЕТ***

***Диета*** *№* ***1.*** *Рекомендуется при гиперсекреции желудочного сока, а также язве желудка и двенадцатиперстной кишки.*

*Назначение диеты — уменьшить возбуждение секреторной и моторной деятельности желудка.*

*По калорийности и химическому составу диета является полноценной. Используются все виды щажения: химическое, механическое и термическое.*

*Исключаются пищевые вещества, продукты и блюда, которые являются сильными раздражителями желудочной секреции (мясные, рыбные, грибные бульоны, жареные, кислые, горькие и.соленые блюда).*

*Химический состав (в г): белки — 100—110, жиры—100— 110, углеводы—400—425, калорийность—3000—3100 ккал, поваренной соли — 10—12 г. Пищу готовят протертую, сваренную на пару или в воде.*

*Рекомендуются следующие продукты и способы их кулинарной обработки.*

*Хлеб—пшеничный 1-го и высшего сортов вчерашней выпечки.*

*Супы—молочные, овощные, на крупяных отварах протертые и слизистые.*

*Мясо и рыба — нежирные сорта без сухожилий, рубленые, приготовленные на пару или отварные.*

*Овощи—картофель, морковь, свекла, цветная капуста вареные и протертые; не рекомендуются овощи, богатые клет*

*чаткой и эфирными маслами (капуста белокочанная, репа, редис, редька, огурцы, щавель).*

*Яйца — всмятку, паровые омлеты, суфле.*

*Молоко и молочные продукты—молоко, сливки, кефир, простокваша, протертый творог, творожные блюда, сметана.*

*Ягоды и плоды, сладкие блюда — спелые сладкие ягоды и фрукты, пюре из них, муссы, кисели, взбитые сливки, сахар, мед, варенье. Не допускаются кислые, неспелые плоды, богатые клетчаткой фрукты и ягоды, сухофрукты, мороженое, шоколад.*

*Напитки — некрепкий чай, сладкие фруктово-ягодные соки,отвар шиповника с сахаром.*

*Диеты 1а и 16 являются более строгими и используются в основном при обострении болезни и лечении больного в стационаре.*

*Диета 1а назначается на 10—12 дней и имеет ограниченную калорийность за счет снижения углеводов и частично белков. Из рациона исключаются хлеб, мясо, овощи; рекомендуются слизистые супы, большое количество молока и молочных продуктов, яйца.*

*Диета 16 назначается после рациона 1а па 10—14 дней. Калорийность ее—до 2900 ккал; увеличивается количество круп, используется мясо (отварное). Рекомендуются морковный сок, отвар шиповника, препараты витамина Bi.*

*Режим питания. При обострении болезни рекомендуется дробное питание — 6—7 раз в сутки, в остальных случаях — 5—6 раз, перед сном — молоко, кефир, простокваша.*

***Диета № 2.*** *Назначается при гипосекрецни желудочного сока и хронических колитах. Назначение диеты — стимулировать желудочную секрецию и нормализовать двигательную функцию желудочно-кишечного тракта.*

*По калорийности и химическому составу диета является полноценной. Используется механическое и частично химическое щаженне. Ограничиваются продукты, богатые грубой растительной клетчаткой (репа, редис, огурцы, фасоль, дыня, абрикосы, смородина, изюм), цельное молоко и сливки. Пища приготовляется в измельченном и протертом виде. Допускаются жареные блюда, но без панировки в муке и сухарях.*

*На диете № 2 для возбуждения желудочной секреции больному назначаются блюда, богатые экстрактивными веществами (концентрированные мясные, рыбные н грибные бульоны), пряности, различные холодные закуски. Имеют значение и внешние факторы, вызывающие аппетит,— спокойная обстановка при приеме пищи, сервировка стола, органолептическне показатели блюда.*

*Химический состав рациона (в г): белки—100—110, жиры — 90, углеводы — 400; калорийность — около 3000 ккал.*

*Рекомендуются следующие блюда и продукты.*

*Хлеб — пшеничный (вчерашней выпечки).*

*Мясо и птица — нежирные сорта в вареном, паровом, тушеном и жареном виде без панировки.*

*Рыба — нежирные сорта (судак, щука, навага, карп, треска) в рубленом, отварном, тушеном, заливном виде.*

*Молочные продукты—кефир, простокваша, ацидофилин, протертый творог, творожные блюда, исключаются цельное молоко и сливки. Молоко используется для приготовления различных блюд и напитков.*

*Овощи — все виды (кроме богатых грубой клетчаткой) в протертом, отварном, тушеном и запеченном виде.*

*Яйца — всмятку, омлет, запеченная яичница.*

*Жиры — сливочное, топленое и растительное масло. Не допускаются: сало свиное, говяжий и бараний жиры.*

*Фрукты, ягоды и сладкие блюда — ягодные и фруктовые пюре, компоты, кисели, желе, яблоки печеные, мармелад, пастила, зефир, варенье, джемы.*

*Соусы и пряности—на мясных, рыбных, грибных и овощных отварах; используются ванилин, лавровый лист, укроп, зелень петрушки, корица.*

*Исключаются жирные и острые соусы, горчица, хрен, перец.*

*Режим питания — пятиразовый.*

***Диета*** *№* ***5.*** *Рекомендуется при гепатитах, холециститах, желчекаменной болезни. Назначение диеты — способствовать нормализации деятельности печени и желчного пузыря и предотвращению образования камней. Диета полноценная, но с ограничением содержания жира (тугоплавкого) и увеличением количества углеводов и жидкости.*

*На диете ограничиваются продукты, богатые азотистыми экстрактивными веществами (мясные, рыбные, грибные бульоны, жареные блюда), а также продукты, богатые холестерином.*

*Кулинарная обработка продуктов—варка на пару и в воде;*

*овощные и крупяные блюда могут запекаться в духовом шкафу.*

*Химический состав рациона (в г): белки—100—110, жиры—70—75, углеводы — 400—450; калорийность—2400— 2800 ккал.*

*Рекомендуются следующие блюда и продукты.*

*Хлеб — пшеничный вчерашней выпечки, диетический «Здоровье», несдобные печенье, бисквиты.*

*Мясо и птица—нежирные сорта в отварном и паровом виде.*

*Рыба — отварная и паровая.*

*Молочные продукты — молоко и молочнокислые продукты, обезжиренный творог и блюда из него, неострый сыр;*

*сметана в ограниченном количестве.*

*Яйца — в ограниченном количестве в виде белковых паровых омлетов.*

*Жиры — сливочное и растительное масло.*

*Крупы—молочные каши и суфле из риса, манной, гречневой, овсяной и геркулесовой круп. Не рекомендуются макароны, бобовые, пшено, перловая крупа.*

*Овощи — в протертом, сыром и отварном виде. Исключаются: редька, редис, щавель, чеснок, лук, бобовые, грибы, капуста.*

*Напитки — слабый чай и кофе, сладкие фруктово-ягодные соки, отвар шиповника.*

*Сладкие блюда—ягоды и фрукты сладких сортов, кисели, компоты, желе, муссы, мармелад, пастила, варенье, джемы, мед, сахар.*

*Исключаются следующие продукты и блюда: крепкий кофе, какао, рыбные, грибные и мясные бульоны, пирожные с кремом, сдобное тесто, грибы, копчености, консервы, сало говяжье и баранье, кислые продукты.*

*Режим питания — пятиразовый.*

***Диета******№ 7****. Рекомендуется при заболеваниях почек. Назначение диеты — щажение пораженного органа и выведение из организма лишней жидкости и азотистых шлаков.*

*При заболеваниях почек пищу готовят без соли (последнюю в количестве 3—6 г выдают больным на руки). Суточное количество жидкости сокращается до 1,7—1,8 л, свободной—до 0,8—1,0 л. Несколько уменьшено в рационе количество белков. Исключаются продукты, богатые экстрактивными веществами (мясные, рыбные, грибные бульоны).*

*Химический состав рациона (в г): белки — 80—90, жиры —80, углеводы — 400; калорийность — 2600—2800 ккал.*

*Рекомендуются следующие блюда и продукты.*

*Хлеб — бессолевой.*

*Яйца и яичные блюда — в ограниченном количестве.*

*Мясо, рыба — в вареном виде.*

*Овощи — все виды, кроме редиса.*

*Диета № 7 имеет рацион 7а, назначаемый в стадии обострения в условиях стационара. В этом рационе значительно сокращено количество белков, особенно животного происхождения, и жидкости — до 1 л.*

*Режим питания — семиразовый.*

***Диета № 8.*** *Рекомендуется при ожирениях. Назначение диеты — снизить массу тела и возбудимость пищевого центра. На этой диете ограничена калорийность за счет легкоусвояемых углеводов и частично жиров. В рационе несколько увеличено количество белка. Хороший эффект оказывают блюда из овощей, богатых клетчаткой и пектином (морковь, капуста, лук репчатый), круп, содержащих растительные белки. В состав многих блюд входят продукты, богатые животным белком,— молоко, яйца, сметана, творог. Показано растительное масло, Которое является источником полииенасыщенных жирных кислот, а также витамины группы В и минеральные вещества.*

*Особенностью технологии многих блюд является минимальная термическая обработка, которая позволяет сохранить биологически активные вещества. Предварительное замачивание круп (гречневой, перловой, рисовой) и варка их в этой же воде позволяют сократить их тепловую обработку, снизить потери водорастворимых витаминов и минеральных солей.*

*Химический состав рациона (в г): белки—110—130, жиры—65—80, углеводы—100—200; калорийность—1600— 1900 ккал.*

*Рекомендуются следующие блюда и продукты.*

*Мясо и птица — нежирные, в основном в отварном виде.*

*Рыба — нежирная в отварном, запеченном, фаршированном виде.*

*Хлебобулочные изделия — белково-отрубяные, белково-пшеничиые в количестве до 150 г.*

*Молочные продукты—обезжиренные кефир, простокваша, творог, сметана, молоко.*

*Яйца — вкрутую, белковые омлеты.*

*Крупы—в сочетании с овощами.*

*Овощи — без ограничений, желательно в сыром виде, кроме картофеля и зеленого горошка.*

*Из рациона исключаются следующие продукты: жирные мясо, птица, рыба, пшеничный хлеб, сладкие плоды и ягоды (виноград, изюм, финики, инжир), сахар, конфеты, варенье, мед, мороженое, жирные и острые соусы, пряности, майонез, виноградный сок, какао.*

*Режим питания — пяти-шестиразовый.*

***Диета*** *№* ***9.*** *Рекомендуется в основном при сахарном диабете, а также при заболеваниях, где показано ограничение углеводов. Назначение диеты — способствовать нормализации углеводного обмена. В рационе ограничиваются углеводы и частично жиры, а также продукты, отягощающие работу печени,— экстрактивные вещества, жиры. Показаны варенье и запеченные изделия; жареные блюда исключаются. Широко используются заменители сахара — ксилит и сорбит.*

*Химический состав рациона (в г): белки—100, жиры— 70—75, углеводы — 300; калорийность — 2400 ккал.*

*Рекомендуются следующие блюда и продукты.*

*Хлеб — преимущественно ржаной, белково-отрубяной и белково-пшеничный из муки 2-го сорта, печенье на сорбите или ксилите.*

*Мясо, птица, колбасные изделия—нежирные сорта.*

*Рыба — нежирная в отварном и запеченном виде. Молочные продукты—молоко, кефир, простокваша, творог полужирный и обезжиренный и блюда из него.*

*Яйца—вареные, жареные, белковые омлеты (I—1,5 шт.).*

*Овощи—капуста, лук зеленый, томаты, огурцы, перец, салат, кабачки, т. е. содержащие мало Сахаров; картофель—в ограниченном количестве. Для удаления Сахаров овощи предварптельно отваривают или вымачивают в нарезанном виде.*

*Плоды, ягоды — кисло-сладкие сорта в любом виде.*

*Сладкие блюда — на ксилите, сорбите.*

*Напитки - чай, кофе, какао с молоком, соки, отвар шиповника.*

*Крупы — в ограниченном количестве. Наиболее целесообразно использовать овсяную и гречневую крупы.*

*Из рациона исключаются следующие блюда и продукты: жирные утки, куры, копчености, сладкие творожные сырки, сливки, желтки, тугоплавкие жиры, рис, манная крупа, изделия из сдобного и слоеного теста, виноград, хурма, бананы, инжир, сахар, варенье, мед,виноградный сок.*

*Режим питания — пяти - шестиразовый.*

***Диета № 10.*** *Рекомендуется при болезнях сердца и гипертонической болезни. Назначение диеты — способствовать восстановлению сердечно-сосудистой деятельности и нормализация водно-солевого обмена. Содержание в рационе белков и углеводов соответствует физиологическим потребностям организма, количество жиров несколько меньше нормы. Все блюда готовятся без соли; свободная жидкость ограничивается.*

*Исключаются вещества, возбуждающие сердечно-сосудистую и нервную системы, раздражающие печень и почки (азотистые экстрактивные вещества мяса и рыбы, эфирные масла, грубая клетчатка некоторых овощей, крепкий чай и кофе).*

*В рацион включаются блюда, богатые солями калия, кальция и обладающие липотропными свойствами. Соли калия выводят лишнюю жидкость из организма, соли кальция нормализуют деятельность сердечной мышцы.*

*Химический состав рациона (в г); белки—85—90, жиры —70—75, углеводы — 350—400, поваренная соль — 6—7, свободная жидкость—до 1 л; калорийность—2600—2800 ккал.*

*Рекомендуются следующие блюда и продукты.*

*Хлеб — пшеничный и ржаной вчерашней выпечки, несдобное печенье.*

*Мясо и птица — межирные в отварном виде или запеченном либо обжаренные после отваривания.*

*Рыба — нежирная в отварном виде.*

*Молочные продукты—молоко, кефир, ацидофилин, простокваша, творог и блюда из него, сливки, сметана (в ограниченном количестве).*

*Яйца — всмятку, вкрутую, паровые омлеты,*

*Жиры — сливочное и растительное масло.*

*Крупы — различные каши и макаронные изделия.*

*Овощи — в отварном, сыром и запеченном виде. Салаты из свежих и вареных овощей.*

*Супы — вегетарианские, молочные, фруктовые.*

*Плоды и ягоды — в свежем виде.*

*Сладкие блюда — компоты, кисели, муссы.*

*Рекомендуются урюк, курага, изюм, инжир, которые содержат большое количество калия.*

*Исключаются следующие блюда и продукты: мясные, рыбные, грибные бульоны, жирное мясо, птица, рыба, бобовые, свежий сдобный хлеб, маринованные и квашеные овощи, шпинат, щавель, редька, редис, чеснок, лук, хрен, острые и жирные закуски, шоколад, плоды с грубой клетчаткой, пирожные.*

*Режим питания — пятиразовый с равномерным распределением пищи.*

*Диета 10а назначается при обострении сердечно-сосудистых заболеваний, инфарктах миокарда и т. д. Диета более щадящая, с уменьшением калорийности (до 1800—2100 ккал), белков и углеводов и значительным снижением жиров (до 50 г). Пиша готовится без соли, свободной жидкости — до 0,6—0,8 л, режим питания — шести-семиразовый небольшими порциями. Все блюда готовятся протертыми, либо сваренными на пару или в воде. Жареные блюда исключаются.*

***Диета № 15.*** *Рекомендуется при различных заболеваниях, не требующих специальной диеты, в качестве пробной диеты для определения ее переносимости и для выздоравливающих больных.*

*Назначение диеты — обеспечить больных физиологически полноценным питанием. Содержание белков, жиров, углеводов и калорийность соответствуют физиологическим потребностям здорового человека.*

*Организация питания больных. Требования к организации работы, планировке и санитарному состоянию пищевого блока больниц.*

*В современных больницах правильная организация питания представляет сложную проблему. Здесь используется большое число диет и их модификаций соответственно характеру заболевания. В задачу диетотерапии входит приведение применяемой диеты в соответствие с другими средствами лечения (лекарственная терапия, физиотерапия и др.). В современных лечебных учреждениях все большее значение приобретает индивидуальное питание, устанавливаемое в связи с особенностями течения заболевания и индивидуальными вкусовыми потребностями, что приводит к увеличению ассортимента блюд, приготовляемых в больничных кухнях. Особенностями приготовления пищи в больничных кухнях являются:*

*1. Применение дополнительных операций при обработке продуктов, в том числе широкое использование разнообразных методов измельчения продукта (протирание и др.) вплоть до полной его гомогенизации.*

*2. Использование методов тепловой обработки, позволяющих готовить большое количество паровых и запеченных изделий.*

*Все это создает постоянную опасность массивного бактериального обсеменения диетических блюд, являющихся благоприятной средой для развития возбудителей пищевых токсикоинфекций и интоксикаций. Поэтому текущий санитарный надзор за питанием в больницах должен быть особенно тщательным и постоянным. Главное внимание уделяется повышению санитарного благоустройства пищевых блоков, их механизации и организации строгой поточности производственных процессов.*

*К основным вопросам, требующим внимания санитарного надзора, относятся:*

*а) сроки приготовления пищи и ее реализации;*

*б) условия транспортировки пищи и ее раздачи;*

*в) наличие шкафов-холодильников для временного охлаждения продуктов (масла и др.);*

*г) работа подогревательных приборов и достаточность нагрева пищи;*

*д) при длительности процесса транспортирования повторная тепловая обработка пищи до раздачи;*

*е) тщательность мойки столовой и чайной посуды.*

*Размещение пищеблока больницы определяется системой застройки больничного комплекса. В крупных многопрофильных больницах пищеблок располагается в отдельном здании либо на верхних этажах больничных корпусов. Размещение пищеблоков в подвальных помещениях и первых этажах является гигиенически нецелесообразным.*

*Хранение пищевых продуктов должно производиться в специально выделенных отдельных помещениях для хранения хлеба и сухих продуктов, для овощей и скоропортящихся продуктов.*

*Хлеб хранят на полках с занавесками или в закрывающихся шкафах. Муку и крупу содержат в ларях или мешках на стеллажах, макаронные изделия — в мешках, сахар — в мешках или закрывающихся ларях.*

*Картофель и другие овощи хранят в сухом и темном помещении, в закромах слоем не выше 1,5 м, капусту квашеную — в бочках, зелень — в охлаждаемых камерах на стеллажах.*

*Скоропортящиеся продукты должны храниться в охлаждаемых камерах при температуре: мясо — при 0°С, рыба — при 2°С, молоч но-жировые продукты — при 2°С, фрукты — 4° С, кулинарные и гастрономические полуфабрикаты — при 0°С. На небольших предприятиях допускается хранение разных скоропортящихся продуктов в одной камере, но с разграничением мест для мяса, рыбы и молочных продуктов.*

*Сырое мясо хранят в подвешенном виде на луженых крючках, птицу и рыбу — в таре, масло сливочное — в таре или брусками в пергаменте на полках, молоко — в таре, в которой оно было доставлено.*

*Сроки хранения в камерах мяса и птицы — до 5 сут, колбас вареных, сосисок, сарделек — до 72 ч, молока — до 72 ч.*

*В производственных помещениях должны быть холодильные шкафы для раздельного хранения сырых продуктов или полуфабрикатов и готовой пищи. Выдачу скоропортящихся продуктов на кухню, особенно мяса и рыбы, желательно производить отдельно на завтрак, обед и ужин. Складские помещения должны содержаться в безукоризненной чистоте, вход посторонним лицам в них должен быть запрещен.*

*Состав и планировка помещений пищевого блока. В пищевой блок, кроме складских помещений, должны входить следующие группы помещений: обеденный зал, кухня-раздаточная или кухня-доготовочная, холодный цех, мясорыбная заготовочная, овощная, кондитерский цех, хлеборезки, моечная кухонной посуды, моечная столовой посуды; административные помещения, гардероб, душевые и туалеты для персонала.*

*Планировка помещений пищевого блока должна предусматривать функциональную связь отдельных помещений между собой, обеспечивающую нормальный ход технологических процессов. Раздаточная должна находиться рядом с кухней и моечной столовой посуды, разрешается выдача готовых блюд через передаточное окно.*

*Если раздаточная отдалена от кухни (на другом этаже или в другом помещении), то в ней должна быть установлена плита для подогрева пищи. Все заготовочные располагаются рядом с кухней. Холодный цех должен быть приближен к кухне.*

*Подсобные помещения располагаются вдали от кухни и заготовочных. Производственные помещения не должны быть проходными.*

*Внутренняя отделка, оборудование и содержание помещений. Полы в кухне, мясорыбных и овощных заготовочных, а также в моечных и санитарных узлах должны быть выстланы метлахскими плитками; в заготовочных полы должны иметь уклон к трапам. Стены следует облицовывать керамическими плитками на высоту 1,6—1,8 м или красить масляной краской.*

*Помещение кухни должно быть просторным, с хорошим дневным и искусственным освещением и достаточной вытяжкой вентиляцией. Плита должна располагаться так, чтобы к ней можно было бы подойти со всех сторон. Рабочие столы располагаются от нее на расстоянии 1,5—2 м. У одной из стен, ближе к двери, устанавливают раковину для мытья рук; тут же должны быть полотенце, мыло, сосуд с дезинфицирующим раствором.*

*Котлы для варки супа и каши должны быть медные, луженые или из нержавеющей стали. Прочая кухонная посуда изготавливается из различных материалов, устойчивых к воздействию пищи (алюминий, нержавеющая сталь, эмалированная посуда).*

*Стольд на кухне и в заготовочных необходимо изготовлять из антикоррозийного материала (нержавеющая сталь, дюралюминий), без швов на поверхности крышки. Для разделывания теста и овощей применяются деревянные доски с гладкой поверхностью. Столы и разделочные доски должны быть отдельные для каждого вида продуктов и иметь соответствующие обозначения. Заготовочные помещения должны быть снабжены мойками для мытья мяса, рыбы и овощей.*

*Моечные при отсутствии механизированной мойки оборудуются двухгиездными ваннами для кухонной посуды и трехгнездными — для столовой. Мытье кухонной посуды производится при температуре 45°С с последующим ополаскиванием кипятком. У одной из стен устанавливают решетчатый стеллаж для вымытой посуды. Столовая посуда и приборы после освобождения от остатков пищи подвергаются повторной мойке во второй ванне при температуре 45—50°С и ополаскиваются в третьей ванне водой температуры не ниже 70°С. При первичной мойке в ванну рекомендуется добавлять соду, горчицу и др., при повторной — 1 % осветленный раствор хлорной извести в количестве 10 мл на 1 л воды.*

*Разделочные столы, доски, колоду для рубки мяса после окончания работы очищают и моют горячей водой. Колоду, кроме того, посыпают солью и по мере необходимости спиливают. Весь металлический инвентарь по окончании работы тщательно очищают, промывают в теплой воде, ополаскивают кипятком, просушивают и укрывают. Перед употреблением части машин, соприкасающиеся с продуктами, ополаскивают кипятком.*

*Категорически воспрещается обработка сырья и готовой продукции на одном и том же столе. Нельзя также пользоваться одним и тем же инвентарем или одними и теми же разделочными досками для обработки сырого и вареного мяса, сырой и вареной рыбы и т. д.*

*Запрещается смешивание пищи от предыдущей варки с пищей вновь приготовленной. Хранение готовой пищи на кухне воспрещается; необходимо приурочить срок изготовления пищи ко времени ее раздачи. Кипяченое молоко должно храниться в охлажденном сотоянии и использоваться в день кипячения.*

***Раздача пищи.*** *При отпуске готовой продукции в буфеты распределители, расположенные вне помещения кухни, приготовленная пища должна отпускаться в чистую, ошпаренную кипятком непосредственно перед наполнением посуду с плотно пригнанными крышками. Для более быстрой доставки пищи больному разработана буфетная система. При ней пища из центрального пищеблока доставляется в буфеты, а из последних — в столовую для ходячих больных или в палату к постели больного. Доставка производится в специальных устройствах с подогревом — мармитах для сохранения первоначальных свойств готовых блюд. В буфеты пища должна поступать не ранее чем за полчаса до ее раздачи.*

*Пищу выдают только после пробы, проведенной дежурным врачом, и соответствующей записи в специальную книгу бракеража готовой пищи. Одновременно отбирают образцы всех блюд, которые сохраняют до следующего дня в чистой отдельной посуде в холодильном шкафу, запертом на замок (в случае пищевого отравления образцы направляют в лабораторию для исследования).*

*В раздаточных отделениях пища не должна храниться более 2 ч (овощные блюда—более 1 ч), исключая время, затраченное на перевозку.*

*Контроль за питанием больных осуществляется специальным советом по лечебному питанию. В состав совета входит главный врач, его заместитель по административно-хозяйственной части, старшая сестра, врач-диетолог, диетсестра – заведующая кухней, старший повар, заведующие и диет-сестры отделений. При приготовлении пищи необходимо соблюдать определенные требования с целью приготовления блюд высокого качества и вкуса, горячих, витаминизированных и вкусных.*

*Список литературы:*

1. Общая гигиена Г.И.Румянцева, Е.П.Вишневская
2. Основы физиологии питания В.Ф.Малыгина, А.К.Меньшикова, К.М.Поминова
3. Руководство по лабораторным занятиям по гигиене Ю.П.Пивоваров, О.Э.Гоева