

## Тема уроку 23: Лікувально-профілактичне харчування

**Мета:** оволодіти знання щодо лікувально-профілактичного харчування

### Хід уроку

Лікувально-профілактичне харчування - це збалансований раціон, підібраний з урахуванням виду шкідливої діяльності працівника, що рекомендується певним категоріям працівників для запобігання виникненню у них професійних захворювань.

Лікувально-профілактичне харчування спрямоване на:

- ✓ виключення можливості проникнення шкідливих речовин з травного каналу у внутрішнє середовище організму людини, тобто зв'язування їх у шлунку або кишках;
- ✓ прискорення виведення шкідливих речовин із організму людини;
- ✓ підвищення загальної опірності організму до шкідливих чинників;
- ✓ захист окремих, найбільш уразливих, систем організму від шкідливої дії токсичних речовин;
- ✓ прискорення або, навпаки, уповільнення обміну токсичних речовин в організмі (з метою недопущення їх до внутрішнього середовища).

Види лікувально-профілактичного харчування

В Україні функціонують 3 види лікувально-профілактичного харчування на шкідливих виробництвах:

- ✓ лікувально-профілактичні раціони;
- ✓ молоко та рівноцінні молочні продукти;
- ✓ синтетичні препарати вітамінів.

Розробленню та впровадженню лікувально-профілактичного харчування, як правило, передують теоретичні та медико-біологічні дослідження по визначенню механізму дії на організм окремих шкідливих речовин та різних їх комбінацій. При вивченні комбінованої дії кількох токсичних речовин з'ясовують складні взаємозв'язки між компонентами, які входять до складу суміші. Адже при сумісному надходженні їх до організму людини може змінюватися характер їх токсичної дії (синергізм або антагонізм). Потім вивчають детоксикуючу дію різних харчових продуктів та харчових речовин. Доведено, що багато харчових продуктів та харчових речовин мають виражену лікувально-профілактичну дію. Так, пектинові речовини мають здатність зв'язувати важкі метали та радіонукліди в травному каналі, запобігаючи тим самим всмоктуванню та надходженню їх до внутрішнього середовища організму. Сірковмісні амінокислоти метіонін та цистин, солі магнію сприяють виведенню із організму деяких токсичних сполук. Вітаміни підвищують захисні сили організму.

При постійних отруєннях хімічними речовинами часто виявляють їх багатосторонню дію на організм, що проявляється ураженням центральної та периферичної нервової системи, внутрішніх органів (печінки, нирок, органів дихання) та кровотворних органів (часто виникає недокрів'я). Загальною закономірністю впливу усіх хімічних речовин на організм є порушення функціонального стану печінки, що призводить до її запалення (гепатит), а потім до цирозу.

## Тема уроку 24: Медичні огляди

**Мета:** оволодіти знаннями щодо медичних оглядів

Метою будь-якого медичного огляду працівника є визначення стану його здоров'я, зокрема, можливості виконання ним певних трудових обов'язків, своєчасного виявлення гострих чи хронічних професійних захворювань, встановлення у разі необхідності медичних протипоказань щодо здійснення окремих видів робіт, а також попередження виникненню та розповсюдженню інфекційних хвороб. Звісно, далеко не всі працівники повинні проходити медичні обстеження — у чинному законодавстві України чітко визначено категорії працівників, наведено перелік професій, видів діяльності, виробництв і організацій, співробітники яких підлягають обов'язковим медичним оглядам. І роботодавець зобов'язаний не лише проконтролювати проходження ними цієї процедури, а й, у переважній більшості випадків, організувати за свій рахунок проведення медичних оглядів як для вже працюючих на підприємстві співробітників, так і для тих, які лише приймаються на роботу.

Перш за все, відповідно до ст. 169 Кодексу законів про працю України та ст. 17 Закону України «Про охорону праці» роботодавець зобов'язаний за свої кошти організувати проведення медичних оглядів працівників, зайнятих на важких роботах, роботах зі шкідливими чи небезпечними умовами праці або таких, де є потреба у професійному доборі, а також щорічного обов'язкового медичного огляду осіб віком до 21 року.

Медичні огляди проводяться відповідними закладами охорони здоров'я, працівники яких несуть відповідальність згідно із законодавством за відповідність медичного висновку фактичному стану здоров'я працівника.

Розрізняють наступні види медичних оглядів:

- ✓ попередній (під час прийняття на роботу);
- ✓ періодичні (протягом трудової діяльності працівника, не рідше 1 разу на 2 роки);
- ✓ позачергові (за ініціативою працівника або роботодавця).

Попередній медичний огляд проводиться під час прийняття на роботу з метою:

- ✓ визначення стану здоров'я працівника і реєстрації вихідних об'єктивних показників здоров'я та можливості виконання без погіршення стану здоров'я професійних обов'язків в умовах дії конкретних шкідливих та небезпечних факторів виробничого середовища і трудового процесу;
- ✓ виявлення професійних захворювань (отруєнь), що виникли раніше при роботі на попередніх виробництвах, та попередження виробничо зумовлених і професійних захворювань (отруєнь).

Метою періодичні медичних оглядів є:

- ✓ своєчасне виявлення ранніх ознак гострих і хронічних професійних захворювань (отруєнь), загальних та виробничо зумовлених захворювань у працівників;
- ✓ забезпечення динамічного спостереження за станом здоров'я працівників в умовах дії шкідливих та небезпечних виробничих факторів і трудового процесу;

- ✓ вирішення питання щодо можливості працівника продовжувати роботу в умовах дії конкретних шкідливих та небезпечних виробничих факторів і трудового процесу.

Працівники, зайняті на роботах, що потребують професійного добору, повинні надати Комісії, яка проводить медичний огляд, висновок психофізіологічної експертизи.

Роботодавець зберігає за працівником на період проходження медогляду місце роботи (посаду) і середній заробіток та за результатами медичного огляду інформує працівника про можливість (неможливість) продовжувати роботу за професією.

Роботодавець вправі в установленому законом порядку притягнути працівника, який ухиляється від проходження обов'язкового медичного огляду, до дисциплінарної відповідальності, а також зобов'язаний відсторонити його від роботи без збереження заробітної плати.

Під час укладання трудового договору роботодавець повинен проінформувати працівника під підпис про умови праці та про наявність на його робочому місці небезпечних і шкідливих виробничих факторів, які ще не усунуто, можливі наслідки їх впливу на здоров'я та про права працівника на пільги і компенсації за роботу в таких умовах відповідно до законодавства і колективного договору.

Працівнику не може пропонуватися робота, яка за медичним висновком протипоказана йому за станом здоров'я. До виконання робіт підвищеної безпеки та тих, що потребують професійного добору, допускаються особи за наявності висновку психофізіологічної експертизи.

Працівників, які не пройшли в установлений термін медичні огляди, роботодавець відсторонює від роботи, а також не допускає до роботи тих працівників, яким за медичним висновком така робота протипоказана за станом здоров'я.

Приймати на роботу неповнолітніх роботодавець має право лише після попереднього медичного огляду.

[Soldatenko.olga@ukr.net](mailto:Soldatenko.olga@ukr.net)