

ХАРЧОВИЙ СТАТУС ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ПРОФІЛАКТИЧНИЙ І ЛІКУВАЛЬНИЙ ЗАХІД

Галина Сімахіна

Національний університет харчових технологій

Вступ. В останні роки завдяки зусиллям фахівців у галузі професійних захворювань, представників Військово-медичної академії, науково-дослідних установ створено фактично нову галузь знань – екологію людини небезпечних професій [1]. Виходячи з того, що основним предметом вивчення цієї галузі знань є людина, яка в процесі виконання своїх обов'язків піддається підвищеному ризику для життя та здоров'я, можна, без перебільшення, констатувати, що військовослужбовці, особливо в зоні АТО, належать до категорії осіб небезпечних професій. На жаль, питання впливу складних умов довкілля на організм військовиків на сьогодні мало вивчено.

Тому **мета** цієї роботи – на основі аналізу харчового статусу людини як профілактичного і лікувального заходу з'ясувати основні завдання перед розробниками спеціальних харчових продуктів, які сприяли б підвищенню стійкості організму військових до негативних чинників, поліпшенню адаптаційних можливостей та загальної витривалості.

Матеріали і методи. В основу методологічної бази дослідження покладено методи наукового пізнання, системного підходу та узагальнення результатів наукових праць у даному напрямі.

Результати. Діяльність військовослужбовців здійснюється в умовах цілого комплексу екстремальних чинників і ускладнюється надмірною нервово-емоційною та фізичною напругою. В умовах бойових дій військовослужбовець стає активним учасником системи **людина – навколишнє екстремальне середовище**, і в цій системі обов'язковим є зворотній зв'язок між довкіллям і людиною, а також індивідуальний підвищений ризик, який поєднується з високим напруженням фізичних і психічних сил.

Безумовно, найефективнішим профілактичним і лікувальним заходом є харчування, створене на основі нових продуктів функціонального спрямування, біокомпоненти яких здатні і захистити організм військового від несприятливих фізичних та психологічних чинників, і мобілізувати природні захисні сили організму.

Виходячи зі значущості стану здоров'я військовослужбовців у контексті розвитку та безпеки країни, з важливості раціонального харчування військових, адекватного до екстремальних умов їхньої життєдіяльності, а також із необхідності вжиття термінових заходів із питань розроблення та виробництва нових функціональних продуктів, формування на їхній основі раціонів харчування для військових і забезпечення ними усіх бійців – зрозумілою є актуальність виконання теоретичних і практичних досліджень.

Для оптимізації харчування військовослужбовців, адекватного екстремальним умовам їхньої життєдіяльності, необхідно виконати такі першочергові завдання:

- провести аналіз фактичного харчування військовиків у сучасних умовах із точки зору відповідності продуктових наборів чинним Нормам харчування і забезпеченості фізіологічних потреб організму в необхідних біокомпонентах;
- переглянути та скорегувати існуючий балансовий підхід до нутрієнтного складу харчових продуктів для військових з урахуванням нових даних про потреби організму людини в екстремальних умовах життєдіяльності;
- розробити гігієнічні рекомендації щодо складу нових харчових продуктів з точки зору необхідного вмісту основних нутрієнтів і забезпечення організму військових білковою, жирною, вуглеводною, вітамінною та мінеральною складовими;
- теоретично обґрунтувати засади розроблення та формування спеціальних харчових раціонів як науково визначених, фізіологічно достатніх нутритивним потребам людини в умовах бойових дій; безпечних, що гарантують належний стан здоров'я військовиків, підвищені адаптаційні можливості та здатність до швидкого самовідновлення [2].

Оскільки створення харчових продуктів та харчових раціонів для військових є багатогалузевою комплексною проблемою, її вирішення потребує всебічної державної підтримки у забезпеченні промислового виробництва розробленої продукції, її клінічної апробації та доведення створених раціонів до столу військовослужбовців.

Висновки. Включення спеціальних харчових продуктів до раціонів військовослужбовців забезпечує підвищення стійкості організму до фізичних і психоемоційних впливів, профілактики захворювань і корегування функціонального стану в екстремальних умовах життєдіяльності. Взаємодія медиків, гігієністів, екологів, психологів із фахівцями харчових технологій у цьому напрямі необхідна для розроблення принципово нових комплексних підходів до створення і вдосконалення технічних засобів захисту та профілактичних методів, що ґрунтуються на розроблених і створених спеціальних раціонів харчування для військовиків.

Література

1. Лисицын, Ю. Г. Теория медицины XX века / Ю. Г. Лисицын. – М. : Медицина, 1999. – 176 с.

2. Сімахіна, Г. О. Взаємозв'язок структури харчування і здоров'я – концептуальна основа розроблення продуктів для військовослужбовців / Г. О. Сімахіна, А. І. Українець // Наукові праці НУХТ. – 2016. – Т. 22, №1. – С. 192-199.