

УДК 355.65.2

Л.Ф. Товма, В.О. Русанов

Академія внутрішніх військ МВС України, Харків

ТЕХНОЛОГІЯ ЗМІН НОРМ ХАРЧУВАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК МВС УКРАЇНИ

В статті подано аналіз специфічних рис норм харчування військовослужбовців. Розглянуто специфіку розробки будь-якої норми харчування. Наведено порівняльний аналіз і класифікацію норм продовольчих пайків військовослужбовців. Запропоновано основні напрямки в модернізації раціонів харчування військовослужбовців внутрішніх військ МВС України

Ключові слова: харчування, військовослужбовець, норма.

Вступ

Постановка задачі. Внутрішні війська МВС України є невід'ємною частиною суспільства, а тому корінні соціально – економічні перетворення останнього десятиріччя в нашій країні суттєво вплинули на стан справ і у військах. Внутрішні війська виконують специфічні службово – бойові завдання і серед них є охорона та оборона особливо важливих державних об'єктів, конвоювання засуджених, підтримка громадського порядку під час масових заворушень і т.д. Одним із найважливіших факторів, що впливають на підвищення імунорезистентності організму є харчування, збалансоване за нутрієнтами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Результати аналізу літературних джерел [1 – 4] свідчать про наявність описів основних технологій харчування військовослужбовців в сучасних умовах. Проте в спеціалізованій літературі є відсутнім цілісний інструментарій у вигляді технології змін норм харчування військовослужбовців внутрішніх військ МВС України.

Метою даної статті є аналіз специфічних рис технології змін норм харчування військовослужбовців внутрішніх військ МВС України.

Виклад основного матеріалу

В основі розробки будь-якої норми харчування лежать медико-технічні вимоги:

1. Продукти і раціони повинні формуватися із сировини вітчизняного виробництва, зберігати поживні речовини в процесі технології приготування.

2. Бути високопоживними, добре засвоюватись організмом, відповідати встановленим санітарно-гігієнічним правилам.

3. Володіти підвищеною біологічною і харчовою цінністю та смаковими параметрами, наближеними до свіжих продуктів.

4. Забезпечувати приготування різноманітної гарячої їжі в стаціонарних і польових умовах в короткі терміни з малими затратами праці, часу, води і палива.

5. Раціони харчування повинні бути двійного призначення: продукти можуть вживатися в їжу без

будь-якої обробки, а при наявності технічних засобів із них можна приготувати гарячу їжу.

Для забезпечення харчування військовослужбовців Постановою Кабінету Міністрів України № 426 від 29.03.2002 р. прийнято така класифікація норм продовольчих пайків.

Основні продовольчі пайки:

норма №1 – загальновійськовий пайок;

норма №2 – льотний пайок;

норма №3 – морський пайок;

норма №4 – підводний пайок;

норма №5 – лікувальний пайок;

норма №6 – ліцеїстський пайок;

норма №7 – лікувально-профілактичний пайок.

Додаткові пайки

норма №8 – додаткова норма для донорів;

норма №9 – дієтична;

норма №10 – загальновійськовий набір сухих продуктів;

норма №11 – автономного харчування;

норма №12 – бортового харчування для екіпажів літаків і вертольотів;

норма №13 – раціон харчування для військовослужбовців, які зазнали лиха на морі і перебували на рятувальних засобах колективного користування;

норма №14 – комплекти аварійного запасу для екіпажів літаків і вертольотів.

Норми заміни продуктів:

норми звичайної заміни;

норми спеціальної заміни;

норми заміни по лікувальному пайку;

норми заміни продуктів у разі комплектування наборів сухих продуктів;

норми заміни консервованих обідніх страв і м'ясо-рослинних консервів.

Забезпечення особового складу військ продовольством здійснюється по нормам продовольчих пайків, яким визначені асортимент та кількість продуктів харчування, що відпускаються на добу одному військовослужбовцю.

Норми продовольчих пайків розробляються на науковій підставі з урахуванням вимог раціонально-

го харчування людини. Нормування харчування військовослужбовців ускладнюється у зв'язку з тим, що фізичне і нервово-психічне навантаження постійно змінюється: то значно зростає, наприклад, в період посилення навчально-бойової підготовки на військових навчаннях, під час фізичних тренувань, бойового чергування, то знижується – під час відпочинку, на класних заняттях і тому подібне.

Серед різноманітних факторів навколишнього середовища, що впливають на організм людини, стан її здоров'я, найважливішим є харчування. В останнє десятиріччя стан харчування в нашій країні характеризується негативними тенденціями. Аналіз фактичного харчування свідчить про дефіцит вживання з їжею багатьох незамінних поживних речовин, що призводить до зростання рівня різної захворюваності. В першу чергу це стосується недостатнього вживання мікронутрієнтів – вітамінів і мінеральних речовин. За даними Інституту харчування у більшості населення діагностується недостатність вітамінів А і Е, аскорбінової і фолієвої кислот, багатьох мінеральних речовин – магнію, кальцію, йоду, селену, цинку, міді та ін. Причини такої недостатності – вживання рафінованих продуктів, які практично не містять нутрієнтів, низький рівень знань відносно харчової цінності окремих продуктів. Природно, що такий стан справ негативно впливає на рівень боєздатності особового складу Збройних Сил і потребує проведення невідкладних і адекватних заходів по раціоналізації харчування.

Особливо необхідно направити зусилля на корегування хімічного складу раціонів у відповідності до фізіологічних потреб організму.

В сучасних умовах розширюється асортимент продуктів за рахунок генної інженерії, впровадження нових технологій, застосування нових хімічних сполук, вирощення рослин і відгодівлі тварин із зміненим генним кодом. Це дуже часто негативно впливає на організм людини.

Основними напрямками пагубної дії є небезпеки мікробного і природного походження, пов'язані із забрудненням навколишнього середовища, харчових речовин, харчових добавок. Небезпеку складають і окислені жири, які можуть викликати алергічні реакції, порушення діяльності кишково-шлункового тракту і навіть стимулювати утворення пухлин різного походження.

У відповідності до державної політики в області здорового харчування в сучасних умовах одним із напрямків є впровадження в раціони харчування якісно нових харчових продуктів, які відповідають потребам організму людини.

Актуальність цього питання підтверджена Указами Президента України та Державними актами.

Ця проблема розглядається на різних рівнях державної влади. Мова йде про здоров'я нації, про

запровадження продуктів лікувально-профілактичного призначення в харчування для попередження захворювань, зміцнення захисних функцій організму, зниження ризику дії шкідливих речовин, в тому числі і для військовослужбовців, які несуть службу в екологічно несприятливих зонах чи екстремальних умовах.

Першим напрямком цієї роботи є аналіз норм добового забезпечення військовослужбовців і впровадження специфічних продуктів, що володіють біологічною активністю. Високі фізичні і морально-психологічні навантаження, з якими стикаються військовослужбовці при виконанні службово-бойових завдань, приводять в першу чергу до значного збільшення потреб організму в поживних речовинах і особливо мінеральних. Як показують результати аналізу сучасних існуючих норм забезпечення, хімічний склад раціону військовослужбовців помірний і не відповідає по складу нутрієнтів потребам організму в умовах підвищених навантажень.

Необхідна корекція мінерального, вітамінного складу та продуктів, що мають високу енергоємність натурального походження. Це сприятиме підвищенню резистентності організму військовослужбовців до інтенсивних фізичних та екологічно – несприятливих навантажень і покращуватиме рівень їх військово-професійної працездатності.

В результаті теоретичного аналізу хімічного складу продуктів, що входять в добовий раціон, я провів аналіз хімічного складу продуктів-аналогів і виявив, що їх переваги надзвичайні: морська капуста, мед, сало порівняно із білоголовою капустою, цукром, кулінарним жиром володіють харчовою та біологічною цінністю, містять багатий комплекс вітамінів, мінеральних речовин, адаптовані до процесів травлення в організмі, мають лікувально-профілактичну дію і можуть бути продуктами – коректорами раціону військовослужбовців.

Актуальність впровадження цих продуктів зумовлена результатами фактичного аналізу норм харчування, які не містять достатньої кількості нутрієнтів. Адекватність енергетичної та біологічної цінності продуктів – заміників, їх хімічний склад не потребує додаткових досліджень. Це відомі дані, які ми можемо використати з метою покращення якості військового харчування.

Аналізуючи норми добового забезпечення деяких країн, слід зауважити, що питання харчування теж являється пріоритетним. Наприклад, армія Російської Федерації використовує продукти функціонального призначення, виготовлених за особливими технологіями і рецептурами з урахуванням можливості їх зберігання при нерегульованих температурах. Це індивідуальні раціони харчування для бойової і повсякденної діяльності військ ІРП-Б та ІРП-П, малогабаритні раціони харчування, МГРП, призначені для військ спеціа-

льного призначення, які безпосередньо приймають участь у виконанні спеціальних завдань з відривом від пунктів постійної дислокації. До складу МГРП входять продукти з високою енергоємністю: чорнослив з горіхами, шоколад тугоплавкий (драже), молоко згущене в тубах, повидло (джем) фруктове. Енергетична цінність МГРП складає 3400 ккал. Особливу увагу хочу звернути на профілактичний раціон харчування – ПРП, призначений для військовослужбовців, що несуть службу в умовах впливу хімічних і радіоактивних шкідливих факторів. Його основу складають консерви лікувально-профілактичної спрямованості, при технології приготування яких використані біологічно активні добавки (концентрат структуруючий харчовий) і концентрати, призначені для харчування поранених ("Віта", "Бриз"), які при практичній апробації в реальних умовах показали, що їх використання знижує летальність на 8%. Також викликає зацікавленість раціон харчування польовий "Тонус", який максимально наближений до норми лікувального пайка, але використовуються продукти підвищеної біологічної цінності, що мають антиокисні та імуномодуючі властивості. Це молочні продукти сублімаційної сушки: порошкоподібні суміші для напоїв, концентрати швидкого приготування, що не потребують теплової обробки.

Висновки

Таким чином, результати теоретичного аналізу норм добового забезпечення №№1, 5, 9 в сучасних умовах переконливо свідчать, що введення в раціон продуктів з підвищеною біологічною цінністю, а також корекція хімічного складу раціону військовослужбовців – питання сьогодення і потребує реалізації.

Проведені наукові дослідження в області здорового харчування дають нам змогу визначити основні напрямки в модернізації раціонів харчування:

1. Розширення асортименту продуктів з можливістю широкого використання принципу їх взаємозамінності за функціональним призначенням.

2. Розробка нових видів спеціальних продуктів направленої дії з використанням біологічно активних добавок природного походження.

3. Розробка і впровадження у військово харчування нових технологій і рецептур страв лікувально-профілактичної спрямованості.

4. Створення високопоживних продуктів підвищеної харчової цінності, які являються спеціалізованими білково-вітамінно-мінеральними комплексами заданого складу з додаванням біологічно активних речовин і призначені для корегування порушень статусу харчування.

5. Створення спеціальних бальзамів на основі продуктів бджільництва із заданими лікувально-профілактичними властивостями та високою харчовою цінністю.

Вирішення цих проблем є перспективним напрямком покращення якості, а також корегування різноманітних порушень статусу харчування.

Подальшим розвитком даного дослідження може стати проектування методики змін норм харчування військовослужбовців внутрішніх військ МВС України.

Список літератури

1. Гуліч М.П. Здоров'я людини: наукові основи харчування / М.П. Гуліч // *Здоров'я України*. – 2003. – № 1. – С. 38-39.

2. Гуліч М.П. К вопросу о концепции национальной политики в области здорового питания населения Украины / М.П. Гуліч // *Здоров'я України*. – 2001. – № 9. – 38 с.

3. Сердюк А.М. Політика в галузі харчування населення – головний пріоритет держави / А.М. Сердюк, М.П. Гуліч // *Довкілля та здоров'я*. – 2002. – № 3. – С. 50-53.

4. Шевченко В.С. Проблеми дефіциту маси тіла у військовослужбовців першого періоду служби / В.С. Шевченко // *Надзвичайна ситуація*. – 1999. – № 9. – С. 54-55.

Надійшла до редколегії 15.01.2014

Рецензент: д-р техн. наук, проф. Ф.В. Новіков, Харківський національний економічний університет, Харків.

ТЕХНОЛОГИЯ ИЗМЕНЕНИЯ НОРМ ПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВНУТРЕННИХ ВОЙСК МВД УКРАИНЫ

Л.Ф. Товма, В.А. Русанов

В статье представлен анализ специфических черт нормы питания военнослужащих. Рассмотрена специфика разработки какой-либо нормы питания. Приведен сравнительный анализ и классификацию норм продовольственных пайков военнослужащих. Предложены основные направления в модернизации рационов питания военнослужащих внутренних войск МВД Украины.

Ключевые слова: питание, военнослужащий, норма.

TECHNOLOGY CHANGES IN NUTRITION STANDARDS SERVICEMEN OF THE INTERIOR TROOPS OF UKRAINE

L.F. Tovma, V.A. Rusanov

The article presents an analysis of the specific features of the food standards of servicemen. The specificity of the development of what-or nutritional standards. A comparative analysis and classification norms military rations. The main directions of modernization diets servicemen of the Interior Troops of Ukraine.

Keywords: food, military, norm.