

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
проведения лекционных занятий по учебной дисциплине
«Гигиена питания»
для студентов 4 курса медико-профилактического факультета
по специальности «Медико-профилактическое дело»

Тематический план утвержден на заседании кафедры экологической и профилактической медицины (протокол № 10 от 07.02.2026)

№	Наименование раздела (темы)
1	<p>Гигиена питания как наука и область практической деятельности, исторические аспекты становления и развития. Современные проблемы гигиены питания</p> <p>Определение учебной дисциплины «Гигиена питания», ее цель, объект, предмет и методы исследования. Системообразующее место гигиены питания в нутрициологии.</p> <p>Пища как один из важнейших факторов окружающей среды, воздействующих на организм человека. Биологические и экологические аспекты проблемы питания. Питание как социальная проблема.</p> <p>Становление и развитие гигиены питания как науки (конец XVIII и первая половина XIX века). Становление и развитие гигиены питания как самостоятельного раздела гигиенической науки (период второй половины XIX и начала XX века). Основные направления и заслуги отдельных ученых в разработке гигиены питания. Основоположники общественной гигиены и их вклад в развитие гигиены питания.</p> <p>Развитие гигиены питания во время Великой отечественной войны.</p> <p>Основные направления научно-исследовательской работы в области гигиены питания. Основные современные проблемы питания человека, создание трансгенных растений, использование генной инженерии в сельском хозяйстве</p>
2	<p>Особенности питания населения в условиях неблагоприятного действия факторов окружающей среды</p> <p>Неблагоприятные факторы воздействия на человека среды обитания (проживания) и вредные производственные. Основы алиментарной адаптации. Механизмы алиментарной регуляции метаболизма ксенобиотиков (снижение абсорбции ксенобиотиков в желудочно-кишечном тракте; ослабление неблагоприятного воздействия чужеродных веществ и факторов на клеточном и органном уровнях; уменьшение уровня депонирования ксенобиотиков и их метаболитов в тканях с ускоренным их выведением из организма.</p> <p>Принципы неспецифической алиментарной поддержки процессов биотрансформации ксенобиотиков.</p> <p>Организация питания населения в условиях чужеродной нагрузки. Основные направления осуществления алиментарной адаптации: снижение алиментарной чужеродной нагрузки; обеспечение организма необходимым количеством нутриентов.</p>

	<p>Гигиенический контроль состояния и организации питания населения, проживающего в условиях радиоактивной нагрузки. Основные пути миграции радионуклидов в биосфере. Распределение и концентрация радионуклидов в основных группах продовольственного сырья. Основные дозообразующие элементы, обладающие высокой миграционной способностью, в том числе по пищевым цепочкам.</p> <p>Степень накопления радионуклидов в продуктах питания, алиментарные пути снижения радионагрузки.</p> <p>Организация питания населения в условиях радиоактивной нагрузки, принципы построения рационов питания взрослого и детского населения на загрязненной территории.</p>
3	<p>Пищевые отравления микробной и немикробной природы и их профилактика</p> <p>Определение и содержание понятия «пищевые отравления», классификация пищевых отравлений.</p> <p>Общие признаки отравлений, различных по этиологии, патогенезу и клинической картине. Механизм передачи возбудителей пищевых отравлений микробного происхождения: заражение продуктов микроорганизмами, пребывание возбудителей в продукте и поражение людей при употреблении инфицированного продукта.</p> <p>Значение в генезе пищевых отравлений консистенции продуктов</p> <p>Возбудители пищевых токсикоинфекций, механизм возникновения отравлений, профилактика.</p> <p>Бактериотоксикозы, особенности возникновения. Ботулизм. Возбудители и их характеристика.</p> <p>Стафилококковый токсикоз. Возбудители и их жизнеспособность в пищевых продуктах. Патогенез. Скорость продуцирования стафилококками энтеротоксина в пищевых продуктах, его свойства. Источники, пути распространения, механизм передачи стафилококков, профилактика.</p>
4	<p>Гигиенические основы рационального питания, энергетической и нутриентной адекватности</p> <p>Сущность закона биоэнергетической адекватности питания, соответствие количества энергии, поступающей в организм с пищей, количеству энергии, расходуемой организмом. Внешние и внутренние причины нарушения энергетической адекватности питания. Последствия нарушения данного закона (полное или частичное голодание и наоборот – переедание).</p> <p>Определение потребности в энергии человека величиной его энерготрат. Основные факторы, влияющие на потребность в энергии, (основной обмен, специфическое динамическое действие пищи (СДДП) и физическая активность), методика их определения.</p> <p>Рациональное питание и основные гигиенические требования к его построению. Законы рационального питания (энергетическая, пластическая, энзиматическая, биотическая и биоритмологическая адекватность).</p>