

POLIMER ISHLAB CHIQRARISH KORXONALARI ISHCHILARINI OVQATLANISHIGA GIGIYENIK BAHO BERISH

Kamilova Aida Sheraliyevna

TTA Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi kafedrası mustaqil izlanuvchisi,
Toshkent, O'zbekiston

aida.kamilova1988@gmail.com

Turdialiyev Shavqatillo Xoshimjon o'g'li

TTA Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigiyenasi kafedrası magistratura talabasi,
Toshkent, O'zbekiston

shavqatilloturdialiev@gmail.com

ANNOTATSIYA

Bugungi kunda ilm fan va texnologiyalar rivojlanib borayotgan bir vaqtda polimer ishlab chiqarilgan mahsulotlarga bo'lgan talab ham ortib bormoqda. Shu talabni inobatga olib, shu polimer mahsulotlari ishlab chiqaruvchilar (ishchilar) turmush tarzi, ovqatlanishi (ish vaqtida), ish smenasi (kunduzgi, kechki) va boshqa fiziologik ehtiyojlari qay darajada maqsadga muvofiqligini o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, ish vaqtida ovqatlanishiga bo'lgan talablarni o'rganish ish samaradorligini oshirishda va ishchilar salomatligini saqlashda yetakchi omillardan biri hisoblanadi.

Kalit so'zlar: polimer materiallar, ovqatlanish, korxonalar ishchilari, kunlik ratsioni, kasbiy kasallanish, gigiyena, nutritsiolog.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПИТАНИЯ РАБОТНИКОВ ПРЕДПРИЯТИЙ ПО ПРОИЗВОДСТВУ ПОЛИМЕРОВ

АННОТАЦИЯ

Сегодня, одновременно с развитием науки и техники, увеличивается и спрос на полимерную продукцию. Учитывая это требование, важно изучить соответствие образа жизни, питания (в рабочее время), режима работы (дневное, вечернее) и других физиологических потребностей производителей (работников) этих полимерных изделий. Изучение требований к питанию, особенно в рабочее время, считается одним из ведущих факторов повышения эффективности труда и охраны здоровья работающих.

Ключевые слова: полимерные материалы, питание, работники предприятий, суточный рацион, профессиональное заболевание, гигиена, врач-диетолог.

HYGIENIC ASSESSMENT OF FOOD OF WORKERS OF POLYMER PRODUCTION ENTERPRISES

ABSTRACT

Today, at the same time that science and technology are developing, the demand for polymer products is also increasing. Taking into account this requirement, it is important to study the suitability of the lifestyle, food (during working hours), work shift (daytime, evening) and other physiological needs of the producers (workers) of these polymer products. Studying the requirements for food especially during working hours is considered one of the leading factors in improving work efficiency and protecting the health of workers.

Keywords: *polymer materials, nutrition, enterprise workers, daily ration, occupational disease, hygiene, nutritionist.*

KIRISH

Hozirgi kunda dunyoning rivojlangan mamlakatlarda polimer mahsulotlaridan keng foydalanish surati kun sayin ortib bormoqda. Polimerlarning yengilligi, ishlov berish qulayligi, tashqi ko‘rinishining chiroyligi, ularning sanoatning barcha sohalariga kirib borganligini ko‘rsatadi. O‘zbekistonda har yili umumiy o‘lim holatlarining 78% yuqumli bo‘lmagan kasalliklar tufayli yuzaga keladi. Bu albatta ovqatlanish tartibi bilan ham bog‘liq hisoblanadi. Ayniqsa 30 - 69 yoshdagi erta o‘lim sabablari strukturasi birinchi o‘rinni qon aylanish tizimi kasalliklari, shu jumladan yurak qon tomir kasalliklari, arterial gipertoniya va uning asoratlari (miokard infarkt, insult va boshqalar) egallaydi [3].

Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining ma‘lumotiga ko‘ra, 2012 - yildagi 56 million o‘limning 38 millioni (68%) yuqumli bo‘lmagan kasalliklar oqibatida kelib chiqqan [3]. Polimer ishlab chiqarish korxonalarida ishchilar salomatligiga katta e‘tibor berish kerak bo‘ladi. Ularni ovqatlanishini har doim nazorat ostida ushlab turish juda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Ovqatlanishiga e‘tibor bermaslik tufayli ishchilar orasida turli xil zaharlanish bilan bog‘liq bo‘lgan, yuqumli bo‘lgan va boshqa kasalliklarni kelib chiqishiga sababchi bo‘ladi [5].

Asosiy yuqumli bo‘lmagan kasalliklarga yurak - qon tomir kasalliklari, qandli diabet, saraton va surunkali nafas olish kasalliklari kiradi. Mazkur kasalliklarning asosiy xavf omillari bu nosog‘lom ovqatlanish tartibi va me‘yorlariga rioya etmaslik, past darajadagi jismoniy faollik, tamaki va alkogol mahsulotlarini iste‘mol qilish hisoblanadi [8].

Ishning maqsadi. Polimer ishlab chiqarish korxonalarida ishchilarini kasallanish holatlari va ovqatlanishiga gigiyenik baho berish.

Tekshirish usullari. Korxonada xodimlarini ovqatlanish tartibini so'rovnoma asosida tahlil qilish hamda maxsus chora – tadbirlar ishlab chiqish.

Natijalar. Korxonada xodimlarini ovqatlanish tartibini so'rovnoma asosida tahlil o'tkazilganda, erkaklarning kunlik mahsulotlarining iste'mol nisbati ayollarga nisbatan keskin farq qilganligini ko'rsatmoqda. Erkaklarning kunlik ratsioni qovurilgan, tuzli, achchiq va qovurilgan ovqatlarining iste'moli bilan birgalikda yetarli darajada ortiqcha shirinliklardan tashkil topgan. Bu esa aks holda kasallikning rivojlanishining eng asosiy xavf omillaridan biri hisoblanadi.

Mahsulotlarning iste'molini baholashda kun davomidagi ovqatlanish tartibi va uning gigiyenik talablarga mos kelish va kelmasligi baholandi.

Nazorat ostiga olingan xodimlarning ovqatlanish tartibining yilning yoz masumida ovqatlanish holatining tahlili shuni ko'rsatadiki, don mahsulotlaridan unning miqdori erkaklarda 125%ga, ayollarda esa 75% gacha, erkaklarda 1,25 martaga, ayollarda 0,75 martaga ko'pligi aniqlangan.

Nonning kunlik iste'mol darajasi esa erkaklarda 167,6%, ayollarda 163,1%ga ortiqchaligi aholining ikkala jinsida ham moddalar alashinuvi jarayonini izdan chiqishga olib kelishiga sharoit yaratilganligi ko'rsatib turibdi. Bu bir oddiy non iste'molidagi misol edi. Boshqa mahsulotlarchi?

Ishchilarning kasallanishi ko'pgina omillarga bog'liq bo'lgani munosabati bilan uni pasaytirish bo'yicha choralar ishlab chiqarish kompleks muammo hisoblanadi. Uni hal etishda turli ilm va mutaxassisliklarning vakillari ishtirok etadilar: texnologlar, ximiklar, konstruktorlar, fiziklar, tibbiyot xodimlari (dietolog, nutritsiologlar) va boshqalar.

Xavf omillarini keltirib chiqaruvchi asosiy salbiy omillar past jismoniy faollik negizida kundalik ovqatlanishda hayvon yog'lari va gidrogenlashgan nosog'lom yog'lar (transyog'lar)ning iste'moli, meva va sabzavotlar o'rniga yuqori energetik quvvatga ega tarkibida yog', tuz, qand miqdori ko'p bo'lgan oziq-ovqat moddalari bilan almashtirilishi hisoblanadi.

Polimer ishlab chiqarish korxonalarida ishchilar ovqatlanish tartibini fasllar davomida tahlili kasallikning rivojlanishidagi eng asosiy xavf omillarini alohida ajratish va bir-biri bilan korrelyatsion bog'liqliligini gigiyenik va ijtimoiy jihatdan tahlil qilish hamda manzilli chora-tadbirlar bilan birgalikda ratsion ishlab chiqishga asos bo'ladi.

XULOSA.

Ishchilarning kasbiy kasallanishining oldini olish va mehnatini himoya qilishda tibbiyot ilmiga va birinchi darajada - mehnat gigiyenasiga katta rol tegishli bo'lib, uning zimmasiga korxonalarda ogohlantiruvchi va joriy sanitar nazorati o'tkazish,

gigiyenik normativlar ishlab chiqish (yo‘l qo‘yiladigan va optimal), mehnatni tarangligi va og‘irligini baholash, kasbiy kasalliklarni yo‘qotish bo‘yicha kompleks sog‘lomlashtirish chora-tadbirlarini ishlab chiqish yuklatilgan [4]. Ular quyidagilardan iboratdir :

1. Texnik va texnologik choralar - bu eng ratsional choralar bo‘lib, mehnat jarayonlarini optimallashtirish, gigiyenik jihatdan xavfsiz ishlab chiqarish texnika va texnologiyalarni takomillashtirish va tadbiiq etish, kam xavfli kimyoviy modalardan foydalanishga qaratilgandir. Korxonalarining texnik qayta ta‘minlanishi iqtisodiyot, gigiyena, mehnat fiziologiyasi tadbiiq va talablariga mos ravishda mashinalar va uskunalar bilan jixozlanishi, kompleks avtomatlashtirish va mexanizatsiyalashtirishni, shuningdek ratsional sanitar-gigiyenik uskunalardan (ventilyatsiya, yoritilganlik va boshqalar) foydalanish tufayli ko‘pgina korxonalarda zararli va xavfli omillarning yuqotilishi yoki xavfsiz darajagacha pasaytirilishi mumkin.

2. Mehnatni tarangligini va og‘irligini pasaytirish chorasiga texnik, texnologik va tashkiliy choralar zamin bo‘ladi.

3. Faqat zararli va xavfli omillar ta‘sirigina emas, balki bajarilayotgan ishning xususiyatlarini va uning tashkil etilganligini (smenaligi, vaxta uslubi va bosh.) hisobga olgan holda ratsional mehnat va dam olish rejimlarini ishlab chiqish.

4. Optimal mehnat sharoitlarini yaratish va u yoki bu omilning (yoki kompleksning) miqdoriy tarkibi ustidan nazorat qilish.

5. O‘zbekiston Respublikasi SSVning 300 - raqamli buyrug‘iga mos ravishda dastlabki va davriy tibbiy ko‘riklarni albatta o‘tkazish. Tibbiy ko‘riklarni sifatli o‘tkazishga va barcha bosqichlarda to‘liq bajarishga manfaatdor bo‘lgan xizmatlar javobgarligini oshirish [2].

6. Ishchilarga tibbiy - sanitar xizmat ko‘rsatish sifatini oshirish. Bunda eng maqbul va samarador bo‘lgan tibbiy sanitariya qismlari (TSK) bo‘lib, ularning tarkibiga poliklinika, statsionar, ob‘yektning o‘zida esa – sog‘lomlashtirish punktlari (vrachlik va feldsherlik) kiradi. SEO va JSQ ning mehnat gigiyenasi shifokorlari bilan yaqin aloqada ishlashlari kerak, bunda ular umumiy vazifa - umumiy kasallanishni kamaytirish va kasbiy kasallanishni oldini olishni olib borishlari kerak [1].

7. Zararli omillar yani polimer materiallar bilan ishlovchilarni balanslashgan va profilaktik ovqatlar bilan ta‘minlash. Bu eng asosiy urg‘u berib aytiladigan qism bo‘lib, ishchilar uchun eng maqbul ovqat ratsionini tuzish nazarda tutiladi. Chunki polimer ishlab chiqarish korxonalarida ishchilar orasida zaharlanish holatlari ham uchrab turadi, yani xavodan, oziq - ovqat mahsulotlaridan va

boshqalar. Biz bu zararlarni balanslashgan va profilaktik ovqatlanishni to'g'ri yo'lga qo'yish orqali ijobiy tarafga hal etishimiz mumkin bo'ladi.

Tadqiqodlar shuni ko'rsatadiki, polimer ishlab chiqarish korxonalarida ishchilar ovqatlanishini qat'iy nazorat ostiga olish, ular uchun to'g'ri ovqatlanish ratsionini tuzib berish juda ham muhim ahamiyat kasb etadi va bu bizni oldimizda turgan muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

ADABIYOTLAR (REFERENCES)

1. O'z R Q – 393 «Aholining sanitariya - epidemiologik osoyishtaligi to'g'risida» gi Qonuni. Toshkent, 2015.
2. 2022 - yil 28 - yanvardagi PF 60 - son «2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida»gi Farmoni. Toshkent, 2022.
3. Алматаев Т.О., Алматаев Н.Т., Шарипов К.А. Исследование технологических свойств местных полимерных материалов машиностроительного назначения. 2020 №11-1 (80).
4. Iskandarov A.B. Ipakchilikda va ipakka ishlov berish sanoatida mehnat gigiyenasi, ishlab chiqarish bilan bog'liq bo'lgan kasalliklar rivojlanish xatarining prognozi va profilaktikasi. Toshkent, 2023 61-bet.
5. Ermatov N.J., Alimuxamedov D.Sh., Rustamov A.A., Kutliev J.A. Polimer mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalari ishchilarining kasallanishining gigiyenik taxlili. Urgench, 2022 y. 476-477 betlar.
6. Kamilova A.Sh., Ermatov N.J., Kamilov D.Y. BOLALARDA UCHRAYDIGAN GELMINTOZ KASALLIGIDA OVQATLANISH RATSIONINING O'RNI – 2023. – T. 3. – №. 4-2. – С. 1339-1343.
7. O.B. Dilmurodova and A.SH. Kamilova "ASKARIDOZ PROFILAKTİKASIDA OVQATLANISHNING AHAMIYATI" 1.2 (2023): 164-168.
8. Shayxova, G. I., Azimov, L. A., Zokirxonova, Sh. A., Shayxova, M. A. Surunkali o'pka kasalligi bilan og'rigan bolalar oilasining tibbiy-ijtimoiy tavsifi. (2022).