



Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali “Jamoat salomatligi va umumiy gigiyena” kafedrasini mudiri, Ibadulla Qochkarovich Abdullayevning 70 yilligiga bag‘ishlangan “Sog‘liqni saqlash tizimida menejmentning zamonaviy muammolari va istiqbollari” mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy anjuman 2025-yil 20-21 oktabr

АТМОСФЕРНЫЙ ВОЗДУХ И ЕГО ОХРАНА: СОВРЕМЕННЫЕ ВЫЗОВЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

Ахмедова Д.У., Хасанова Ш.А., Хажиматов Р.С., Азимов К.К.

Андижанский филиал Кокандской университет (КУАФ)

Введение: Пищевой статус работников является важнейшим фактором, определяющим их здоровье, трудоспособность и производительность. На промышленных предприятиях условия труда часто сопровождаются высокой физической и психоэмоциональной нагрузкой, что требует сбалансированного питания. Недостаток или избыток питательных веществ приводит к развитию хронической усталости, снижению иммунитета, метаболическим нарушениям и росту профессионально обусловленных заболеваний. В Узбекистане вопросы организации рационального питания на производстве приобретают особую актуальность в связи с необходимостью улучшения здоровья трудоспособного населения.

Цель исследования: Оценить состояние пищевого статуса работников промышленных предприятий и выявить факторы, влияющие на его формирование.

Материалы и методы: В исследовании были использованы данные анкетирования 120 сотрудников кабельного и текстильного заводов, результаты антропометрических измерений и биоимпедансного анализа, а также лабораторные показатели уровня гемоглобина и витамина D. Дополнительно учитывались данные о фактическом рационе питания работников и частоте приема пищи в течение рабочего дня.

Результаты: Анализ показал, что 32% обследованных работников имели избыточную массу тела, а 14% страдали ожирением I степени. У 26% сотрудников был выявлен дефицит железа в организме, сопровождающийся снижением уровня гемоглобина ниже 120 г/л. Недостаток витамина D регистрировался у 41% обследованных, что связано с ограниченным пребыванием на солнечном свете и низким содержанием данного витамина в рационе. Только 38% работников получали полноценное трехразовое питание в течение дня, тогда как остальные ограничивались нерегулярными перекусами, преимущественно высококалорийными, но бедными микроэлементами продуктами. Выявленные факторы негативно влияли на общее самочувствие, уровень работоспособности и частоту простудных заболеваний.

Выводы: Полученные результаты указывают на необходимость внедрения программ по улучшению организации питания на производственных предприятиях. Важными направлениями являются обеспечение работников доступом к сбалансированному горячему питанию, контроль за калорийностью и качеством рациона, а также регулярное проведение скрининговых исследований пищевого статуса. Комплексные меры позволят повысить работоспособность сотрудников, снизить заболеваемость и укрепить здоровье трудоспособного населения.