

Профилактика острых кишечных инфекций

Острые кишечные инфекции (ОКИ) – это многочисленная группа заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта. В эту группу входят такие инфекции, как сальмонеллез, дизентерия, ботулизм, кишечный иерсиниоз, энтеровирусная инфекция, вирусный гепатит А и др.

Чтобы предохранить себя от заболевания ОКИ необходимо:

- для питья использовать кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества;
- перед употреблением в пищу тщательно мыть овощи и фрукты, ополаскивать их кипятком;
- употреблять в пищу домашнее молоко только после кипячения;
- соблюдать правила личной гигиены, мыть руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета, после прихода с улицы;
- при транспортировке и хранении продуктов использовать чистую упаковку (полиэтилен, контейнеры для пищевых продуктов и т.п.);
- нельзя переносить и держать в одной упаковке сырые продукты и те, которые не будут подвергаться термической обработке (сырое мясо, колбасы, масло, сыры, творог);
- соблюдать температурный режим и сроки хранения продуктов в холодильнике, не оставлять приготовленную пищу при комнатной температуре в течение более двух часов, держать отдельно приготовленные мясо и рыбу от продуктов, не подвергающихся термической обработке;
- не покупать продукты у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
- обращать внимание на сроки годности продуктов;
- оберегать продукты от мух и грызунов, поддерживать в жилище должную чистоту и порядок.

Профилактика инфекций, передающихся воздушно-капельным путём

Это в первую очередь острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ), грипп. По данным Всемирной организации здравоохранения, ОРВИ и грипп составляют до 90% всех случаев инфекционных заболеваний. Эти заболевания наносят огромный вред здоровью населения и экономике стран. Особенно часто они поражают детей: дети болеют в 4-5 раз чаще, чем взрослые. Уязвимы и лица пожилого возраста, а также страдающие хроническими заболеваниями. Снизить риск заболевания гриппом помогает ежегодная плановая вакцинация.

Среди детского населения распространенными остаются и такие заболевания, как ветряная оспа, скарлатина. Не теряют своей актуальности, хотя, благодаря проводимой плановой вакцинации регистрируются гораздо реже, такие заболевания как эпидемический паротит, коклюш, корь.

Источником инфекций, передающихся воздушно-капельным путём, может явиться больной человек, при некоторых инфекционных заболеваниях (например, скарлатина, менингококковая инфекция), возможно так же бессимптомное носительство возбудителя заболевания. Заражение происходит воздушно-капельным путём, при вдыхании воздуха, в котором содержатся возбудители инфекции.

Каждое из заболеваний, передаваемых воздушно-капельным путём, имеет специфическую клиническую картину, многие из них могут привести к тяжелым осложнениям со стороны различных органов и систем организма.

Чтобы защитить своего ребенка от заболеваний, передаваемых воздушно-капельным путём, необходимо обязательно привить его против инфекций, управляемых средствами иммунопрофилактики, согласно Национального календаря профилактических прививок: коклюшной инфекции, дифтерии, эпидемического паротита, кори, краснухи, туберкулёза, гриппа.

Необходимо так же соблюдать и придерживаться следующих правил:

- избегать контакта с больными или подозрительными на заболевание лицами;
- укреплять здоровье с помощью закаливания и спорта;
- придерживаться здорового питания, употреблять в пищу больше свежих овощей и фруктов;
- проводить ежедневную влажную уборку и проветривание жилища;
- соблюдать правила личной гигиены.

При появлении признаков болезни необходимо немедленно обратиться к врачу и строго соблюдать его рекомендации.

Обязательные медицинские осмотры. Гигиеническое обучение.

Работники организации должны проходить обязательные медицинские осмотры в порядке, определяемом законодательством Республики Беларусь.

С 11.10.2019 вступило в силу Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 29 июля 2019 года №74, утверждающее Инструкцию о порядке проведения обязательных и внеочередных медицинских осмотров работающих (далее – Инструкция №74) и отменяющее Инструкцию №47 от 28 апреля 2010 г. Изменения коснулись случаев, когда должен проводиться медосмотр, кратности проведения медосмотра, перечня заболеваний, являющихся противопоказанием работы с некоторыми вредными факторами или видами работ, форм документов, оформляемых нанимателем и организациями здравоохранения.

Лица, не прошедшие в установленном законодательством Республики Беларусь порядке медицинский осмотр, к работе не допускаются.

Гигиеническое обучение должны проходить:

- руководители оздоровительных организаций для детей; работники объектов питания – перед поступлением на работу и в дальнейшем один раз в год;
- работники плавательных бассейнов (уборщики помещений, операторы хлораторных установок, медицинские сестры) и прачечных организаций – перед поступлением на работу и в дальнейшем один раз в 2 года;

- работники водопроводных сооружений и канализационного хозяйства (слесари-сантехники) – перед поступлением на работу и в дальнейшем один раз в 3 года.

Требования к личной гигиене работников

В объектах питания (или учреждениях) должны быть созданы условия для соблюдения работниками личной гигиены, отдельного хранения их личной и чистой санитарной одежды, хранения грязной санитарной одежды, должен предусматриваться санитарный узел. В действующих объектах питания допускается использование общего для работников санитарного узла.

Работники объектов питания должны соблюдать следующие правила личной гигиены:

приходить на работу в чистой одежде и обуви, оставлять верхнюю одежду, головной убор и личные вещи в гардеробной, тщательно мыть руки с жидким моющим средством, надевать чистую санитарную одежду и убирать волосы под косынку или колпак; во время приготовления блюд не носить украшения, не закалывать санитарную одежду булавками, на рабочем месте не принимать пищу и не курить; ногти на руках должны быть острижены;

при приготовлении блюд, не подвергающихся термической обработке, выдаче и порционировании блюд, нарезке хлебобулочных изделий использовать одноразовые перчатки, производить их смену после каждого использования; производить смену санитарной одежды по мере загрязнения, но не реже одного раза в день; не входить в производственное помещение без санитарной одежды; обеспечивать отдельное хранение санитарной и личной одежды.

Мыть руки также следует после каждого перерыва в работе; при переходе от одной операции к другой; после соприкосновения с загрязненными предметами; после посещения туалета дважды: в тамбуре после посещения туалета до надевания санитарной одежды и на рабочем месте – непосредственно перед тем, как приступить к работе. Продолжительность мытья рук 40-60 сек.

Каждый работник объекта питания должен быть обеспечен комплектами сменной санитарной одежды. Санитарная одежда должна полностью закрывать личную одежду.

Работники объектов питания должны ежедневно в начале рабочей смены регистрировать данные о состоянии своего здоровья в специальном журнале "Здоровье" по форме, установленной Министерством здравоохранения.

Контроль за ведением журнала "Здоровье" осуществляет медицинский работник, при отсутствии медицинского работника – другое ответственное лицо.

При появлении признаков желудочно-кишечных и других заболеваний, повышении температуры тела работники объекта питания должны сообщить об этом администрации учреждения образования или субъекту общественного питания. Заболевшие работники должны обратиться в организацию здравоохранения за медицинской помощью. К работе данные работники не допускаются.

Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и содержанию территории

Санитарно-противоэпидемические мероприятия по снижению численности (уничтожению) иксодовых клещей на территории оздоровительной организации с круглосуточным пребыванием детей, размещенной в лесной (лесопарковой) зоне, за исключением профильных палаточных лагерей, включают:

- расчистку и благоустройство территории организации и прилегающей к ней территории на расстоянии не менее 20 м от ограждения (санитарная рубка, удаление опасных и упавших деревьев, валежника, прореживание кустарника, скашивание трав, уборка отходов);
- энтомологическое обследование территории организации учреждениями, осуществляющими государственный санитарный надзор;
- акарицидную обработку территории организации и прилегающей к ней территории на расстоянии не менее 20 м от ограждения в случае превышения по результатам энтомологического обследования численности иксодовых клещей 0,5 экземпляра и более на флаго/км;
- контрольные энтомологические исследования.

Отдыхающие в организации не должны находиться на территории при выявлении иксодовых клещей в количестве 0,5 экземпляра и более на флаго/км.

Территория организации должна быть благоустроена, в вечернее и ночное время суток освещена, при размещении в лесной (лесопарковой) зоне ограждена по всему периметру, за исключением участка, примыкающего к зоне рекреации поверхностного водного объекта. Все основные здания должны быть связаны между собой пешеходными дорожками с плотным ровным покрытием. На территории организации не должно быть безнадзорных животных.

На территории организации должны выделяться функциональные зоны проживания, общественного обслуживания, физкультурно-оздоровительного назначения, озелененных территорий, а также хозяйственная. Территория организации должна содержаться в чистоте.

Установленное на территории оздоровительной организации физкультурно-спортивное, игровое оборудование, спортивный инвентарь по конструкции, размерам, используемым материалам должны соответствовать возрасту и психофизическим особенностям детей, требованиям стандартов, технических условий, быть водостойкими и хорошо поддаваться очистке.

Запрещается на территории оздоровительной организации высаживать колючие, а также дающие ядовитые плоды кустарники и зеленые насаждения.

Профильные туристско-краеведческие, эколого-биологические, спортивно-оздоровительные палаточные лагеря оптимально размещать (организовывать стоянку) в лесной зоне вблизи населенного пункта или оздоровительной организации, водоемов и источника питьевого водоснабжения.

Территория пляжа должна быть благоустроена. На пляже необходимо создать условия для переодевания, защиты от прямых солнечных лучей, должны предусматриваться туалеты (биотуалеты) при условии удаленности пляжа от зданий или сооружений организации более чем на 50 метров. Качество воды

поверхностного водного объекта, используемого оздоровительной организацией, должно соответствовать установленным гигиеническим нормативам безопасности воды. Оздоровительной организацией, использующей поверхностный водный объект, должен осуществляться производственный контроль за качеством воды до начала купального сезона (май) и в период купального сезона (купания).

Площадка для сбора отходов должна быть удалена на расстояние не менее 20 м от окон жилых зданий, физкультурно-спортивных сооружений, площадок для отдыха (игр); иметь твердое покрытие, ограждение с 3 сторон выше емкостей для сбора отходов.

Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и содержанию помещений, оборудованию оздоровительных организаций для детей

Все поверхности помещений оздоровительной организации (полы, стены, потолки) должны быть изготовлены из нетоксичных материалов, устойчивых к коррозии, подвергающихся мойке и дезинфекции (при необходимости ее проведения), поддерживаться в исправном состоянии. Содержание и эксплуатация оборудования должны соответствовать инструкции по его эксплуатации (руководству, паспорту изготовителя оборудования).

В санитарные узлы, душевые, умывальные, помещения для мытья ног, буфетные, постирочные и прачечные, помещения медицинского назначения, объект питания оздоровительной организации должна быть подведена горячая и холодная вода, соответствующая установленным гигиеническим нормативам по показателям безопасности. В объектах питания необходимо устанавливать резервные автономные устройства горячего водоснабжения с подводкой горячей воды к каждой посудомоечной ванне. При прекращении подачи горячей или холодной проточной воды, неисправности системы водоотведения производственная деятельность оздоровительной организации приостанавливается.

Системы отопления, вентиляции и кондиционирования воздуха должны обеспечивать оптимальные условия микроклимата и воздушной среды помещений с пребыванием детей (в жилых (спальных) помещениях, помещениях для отдыха (игр) температура (+ 20) – (+ 22) °С; в помещениях медицинского назначения – (+ 21) – (+ 24) °С; в душевых для детей – не ниже (+ 25) °С; относительная влажность воздуха в основных помещениях 30-60 %). Функционирование оздоровительной организации с круглосуточным пребыванием детей в лесной (лесопарковой) зоне без наличия отопления спальных помещений, профильных палаточных лагерей допускается при среднесуточной температуре атмосферного воздуха не ниже (+15) °С в течение 5 дней.

Во всех помещениях необходимо предусматривать возможность естественного проветривания через форточки, фрамуги или за счет специальной конструкции окон. Вентиляционные системы должны находиться в исправном

состоянии и чистоте. На все действующие и вновь принимаемые в эксплуатацию вентиляционные установки обязательно наличие паспортов.

Уровни естественной и искусственной освещенности основных помещений организаций должны соответствовать установленным гигиеническим нормативам. Электросветильники с лампами накаливания должны использоваться закрытые или частично открытые в сторону потолка, с люминесцентными лампами - закрытые или ребристые. Остекление оконных проемов должно быть целостным, осветительные приборы и защитную арматуру требуется содержать в исправном состоянии и чистоте. Окна в жилых (спальных) помещениях должны иметь солнцезащитные шторы (жалюзи).

В организациях должны использоваться строительные, в том числе отделочные, материалы, мебель (детская, бытовая и иная), игры и игрушки, изделия медицинского назначения и медицинской техники, электросветильники, моющие средства и средства дезинфекции, мягкий инвентарь, произведенные в соответствии с техническими нормативными правовыми актами и разрешенные к применению в соответствии с законодательством.

Функциональные размеры используемой мебели (детская, бытовая) для оборудования жилых (спальных) помещений должны соответствовать росту отдыхающих. Для детей старше 3 лет допускается использовать двухъярусные кровати, в которых второй ярус огражден на высоту не менее 30 см и расстояние между ярусами обеспечивает возможность сидения на первом ярусе с прямой спиной, а также пристенные кровати-трансформеры (двухъярусные или ленточные). В оздоровительных (спортивно-оздоровительных) лагерях с дневным пребыванием детей допускается использование пристенных кроватей-трансформеров двухъярусных или ленточных, трехуровневых кроватей из комплекта мебели для групп продленного дня, раскладушек с непрогибающимся ложем.

Каждое спальное место обеспечивается комплектом постельных принадлежностей (на матрацник, подушка, байковое или шерстяное одеяло) и комплектом постельного белья (наволочка, простыня, пододеяльник, два полотенца).

Оздоровительные (спортивно-оздоровительные) лагеря с дневным пребыванием детей могут функционировать на базе учреждений образования, специализированных учебно-спортивных учреждений, иных учреждений и организаций, арендованных помещений. На базе учреждений дошкольного образования допускается организация оздоровительных лагерей с дневным пребыванием для учащихся 1 - 2-х классов с размещением на первом и втором этажах зданий. Минимальный состав помещений и санитарно-технического оборудования должен включать помещения для отдыха (игровые) на каждый отряд из расчета не менее 2 м² на 1 ребенка, для занятий детским творчеством (минимальная площадь - не менее 36 м²), спальни (допустимая наполняемость до 15 мест, площадь не менее 3,5 м² на одного ребенка), медицинский кабинет, спортивный зал, библиотеку, объект питания, раздевалку для верхней одежды и обуви, кладовую для спортивного инвентаря и игрового материала, санитарные узлы (из расчета 1 унитаза на 15 девочек, 1 умывальник на 30 девочек, 1 унитаз и

1 умывальник на 20 мальчиков, 1 лотковый писсуар на 40 мальчиков), комнату личной гигиены (из расчета 1 кабина на 70 девочек). Должны быть созданы условия для мытья ног детей перед дневным сном.

Набор помещений и санитарно-технического оборудования стационарной оздоровительной организации должен включать отдельные для девочек и мальчиков спальные помещения (площадь - не менее 4 м² на одного ребенка, вместимость – не более 5 детей), жилые комнаты для педагога и воспитателя; игровую или рекреацию; кладовую уборочного инвентаря в коридорах или встроенный шкаф в санитарном узле, помещение для хранения чемоданов или сумок (при отсутствии шкафов-купе (шкафов) в спальнях), отдельный для мальчиков и девочек санитарный узел (включает умывальную (1 умывальник на 5 детей, 2 поддона для мытья ног на 15 детей), туалет (2 унитаза на 15 девочек, 1 унитаз и 1 писсуар на 15 мальчиков), душевую и преддушевую); гардеробную, комнату личной гигиены девочек, помещение для сушки одежды и обуви, постирочную, гладильную на 1–2 спальные секции (на 1–2 отряда). Помещения для сушки одежды и обуви оборудуются теплонагревательными приборами (теплоноситель - горячая вода и другое).

Влажная уборка всех помещений и оборудования должна проводиться в течение дня по мере необходимости с применением моющих средств при открытых форточках и фрамугах и в отсутствие отдыхающих. Дезинфекции подлежат: резиновые коврики в душевых и ерши для унитазов – в конце рабочего дня; накладки на унитазы – во время уборки; емкости, помещения для хранения грязного белья – после освобождения от грязного белья; грязное постельное белье из медицинских изоляторов; санитарная одежда работников – после работы с грязным бельем (перед стиркой или во время стирки). Перед началом каждой смены должна проводиться генеральная уборка жилых (спальных) и других помещений с применением моющих средств и средств дезинфекции в соответствии с инструкциями по применению.

Уборочный инвентарь, моющие средства и средства дезинфекции необходимо хранить в специально выделенном помещении (месте), оборудованном полками и (или) стеллажами.

Необходимо выделять отдельный уборочный инвентарь для: помещений медицинского назначения (в том числе отдельный для каждой из палат медицинского изолятора); объектов питания организаций (в том числе отдельный для производственных помещений для сырой продукции и отдельный для производственных помещений для готовой продукции); поверхностей выше пола; санитарных узлов.

Уборочный инвентарь для уборки санитарных узлов должен иметь сигнальную маркировку и храниться отдельно от иного уборочного инвентаря в санитарных узлах или специально отведенных местах.

В помещениях не допускается наличие грызунов и насекомых.

Дезинсекция - комплекс мероприятий, направленных на уничтожение или снижение численности членистоногих, имеющих эпидемиологическое и санитарно-гигиеническое значение, а также защита людей от укусов кровососущих насекомых и клещей.

Дератизация - комплекс мероприятий, направленных на уничтожение или снижение численности грызунов, имеющих эпидемиологическое и санитарно-гигиеническое значение.

Дератизационные и дезинсекционные мероприятия должны проводиться в отсутствие детей (перед открытием оздоровительного сезона, в период между сменами).

При организации палаточных лагерей должны быть обеспечены условия для безопасного в полевых условиях размещения, отдыха, питания, организации питьевого режима детей, соблюдения личной гигиены, возможность оказания медицинской помощи в расположенной вблизи организации здравоохранения, а также предусмотрены снаряжения индивидуального и коллективного пользования. Туристские палатки должны быть прочными, непромокаемыми, ветроустойчивыми, а также должны обеспечивать теплоизоляционные свойства и возможность проветривания. На территории профильного палаточного лагеря или его стоянки должны быть установлены умывальники, мусоросборники, оборудованы место для стирки белья, уборные с выгребами. При приготовлении пищи в палаточных лагерях должны быть выделены отдельные места для обработки сырых и готовых пищевых продуктов, кладовые, места для раздачи пищи, сбора грязной посуды, мытья и хранения столовой и кухонной посуды, места для приема пищи, устроенные под навесом и оборудованные столами, стульями (скамейками).

Санитарно-эпидемиологические требования к постельным Принадлежностям

Постельные принадлежности должны подвергаться химической чистке не реже одного раза в год, а в период между сменами – просушиваться. Смена постельного белья, полотенец в организациях с круглосуточным пребыванием детей проводится по мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю, в оздоровительных (спортивно-оздоровительных) лагерях с дневным пребыванием детей - не реже одного раза в 10 дней, полотенце – не реже одного раза в неделю.

Требования к режиму дня в оздоровительных организациях для детей

Режим дня в организациях для детей с круглосуточным пребыванием должен предусматривать продолжительность ночного сна 10,5 – 9,5 часов, дневного сна 2 – 1,5 часа, пребывания на открытом воздухе (не менее 5 часов), свободное время, а также необходимую двигательную активность, кратность питания (интервалы между основными приемами пищи не менее 3,5 часа и не более 4 часов).

Для детей I – IV классов в оздоровительных лагерях с дневным пребыванием детей должен быть организован дневной сон. Допускается не организовывать дневной сон в оздоровительных (спортивнооздоровительных) лагерях с дневным пребыванием детей с продолжительностью оздоровления до 9

дней, в спортивно-оздоровительных лагерях, размещаемых на базе специализированных учебно-спортивных учреждений, физкультурно-спортивных сооружений. В профильном палаточном лагере должна предусматриваться продолжительность сна не менее 8,5 - 9,0 часов, 4 - 5-разовое питание.

Распорядок дня в спортивно-оздоровительном лагере должен быть составлен с учетом построения учебно-тренировочного процесса. Продолжительность просмотра телепередач предусматривается не более 1,5 часа в день для детей от 6 до 10 лет и не более 2,5 часа - для детей от 10 до 18 лет.

Формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми согласовываются с медицинским работником оздоровительной организации и предусматривают утреннюю гимнастику; занятия физической культурой в кружках, секциях; обучение плаванию; прогулки с играми на местности, экскурсии и походы; спортивные соревнования и спортивные праздники.

Для занятий физической культурой дети в зависимости от состояния здоровья распределяются на основную, подготовительную и специальную медицинские группы. Детям основной медицинской группы разрешается участвовать во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. Дети подготовительной и специальной медицинским групп могут участвовать в физкультурно-оздоровительных мероприятиях только с учетом рекомендаций врача и уровня физической подготовленности. Примерные сроки возобновления участия детей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях после острых заболеваний определяет врач оздоровительной организации.

Организация трудового, физического воспитания, закаливания детей и подростков, туристических походов

С первых дней функционирования смены оздоровительной организации проводится закаливание детей с учетом состояния здоровья детей, наличия соответствующих условий. Максимально используются воздушные и водные закаливающие процедуры. Воздушные ванны проводятся во время физкультурно-оздоровительных мероприятий на открытом воздухе, при занятии общественно полезным трудом. В летний период на прогулке дети должны быть обеспечены упакованной питьевой водой. Обязательно использование головных уборов. Солнечные ванны назначаются детям после окончания периода адаптации и приема воздушных ванн и проводятся в утренние или послеобеденные часы на пляже или специальных площадках (соляриях), защищенных от ветра.

Купание проводится ежедневно 1 раз в день, в жаркие дни - 2 раза. Начинать купание можно в солнечные и безветренные дни при температуре воды не ниже (+ 20) °С, воздуха - не ниже (+ 23) °С; в дальнейшем после недели регулярного купания - при температуре воды не ниже (+16) °С для основной и (+18) °С подготовительной группы по физическому воспитанию. Время пребывания в воде в первый день - 7 - 10 минут, ежедневно увеличивается

до 25 минут. Категорически запрещается входить в воду в разгоряченном виде (после спортивных и других мероприятий). В воде, чтобы не замерзнуть, необходимо двигаться. Купание следует прекращать при появлении первых признаков переохлаждения («гусиная кожа», озноб, посинение носа, губ, ушей). Купание детей допускается организовывать не ранее чем через 1,5 часа после еды.

Загорать детям под открытыми солнечными лучами можно при температуре воздуха не выше (+24) °С. Время загорания увеличивается ежедневно на 4 – 5 минут начиная с 7 до 20 минут. Лучшее время для загорания - с 10.00 до 12.00. Обязательно соблюдение питьевого режима.

При проведении оздоровительных походов, передвижении в туристском лагере масса индивидуального снаряжения не должна превышать 5 кг для мальчиков и 4 кг – для девочек. Масса рюкзака без снаряжения не должна превышать 1 кг. При передвижении детей в профильном палаточном лагере следует предусмотреть использование автотранспорта для доставки крупногабаритного снаряжения. До начала похода инструкторами по туризму (по физической культуре) обследуются маршруты и остановки с уточнением сведений об источниках питьевого водоснабжения, наличии на пути следования организаций здравоохранения, отделений связи, магазинов, мест купания. Затем оформляется маршрутный лист по установленной форме. Исключаются походы в эндемичные по зоонозным инфекциям районы. Все участники похода должны быть осмотрены и допущены к походу медицинским работником. За 1 - 2 дня до отправления детей в поход маршрутный лист подписывается медицинским работником оздоровительной организации. Продолжительность оздоровительных походов для детей в возрасте от 7 до 9 лет не должна превышать один день, протяженность - 4 – 5 км; для детей старше 10 лет - не более двух дней, протяженность - от 8 до 10 км в день. Скорость передвижения во время оздоровительных походов устанавливается не более 3 км/ч с перерывами на отдых (10 - 15 минут) через каждые 45 - 50 минут ходьбы.

При передвижении детей, отдыхающих в палаточных лагерях, протяженность маршрута должна предусматриваться из расчета не более 20 км в день, скорость передвижения – не более 5 км в час. Через 10 - 15 минут после начала передвижения может быть организован первый привал (для подгонки ремней рюкзаков и другого), затем через каждые 40 минут организуются малые привалы длительностью не менее 15 минут. Большой привал длительностью 2 - 3 часа организуется на обед и отдых. Прием пищи заканчивается не позднее чем за 30 минут до начала передвижения. Во время малых привалов проводится самоконтроль частоты сердечных сокращений (по окончании движения и затем через 3 - 4 минуты).

В профильных оздоровительных лагерях труда и отдыха при организации трудовой деятельности должны:

- соблюдаться требования Трудового кодекса Республики Беларусь, в том числе труд детей должен быть организован только в первую половину дня и продолжительностью не более 23 часов в неделю (4 часа 36 минут в день) для детей в возрасте от 14 до 16 лет, не более 35 часов в неделю (7 часов в день) – в

возрасте от 16 лет и старше. Нормы выработки должны составлять для детей в возрасте от 14 до 15 лет – не более 60 %, от 16 до 17 лет – не более 75 % нормы выработки для взрослых и быть дополнительно снижены на 20 – 30 % в случае трудоемкой работы;

- привлекаться дети в возрасте от 14 до 16 лет к работам согласно перечню легких видов работ, которые могут выполнять лица в возрасте от 14 до 16 лет, установленному Министерством труда и социальной защиты; выполняться предельные нормы подъема и перемещения несовершеннолетними тяжестей вручную, установленные Министерством здравоохранения;
- обеспечиваться дети специальной одеждой, обувью и другими средствами индивидуальной защиты в соответствии с характером выполняемых работ;
- использовать ручной труд при сборе урожая на полях, обработанных в текущем году пестицидами III – IV классов опасности, при представлении руководителю (учредителю) оздоровительного лагеря труда и отдыха руководством хозяйства документов, подтверждающих истечение допустимого срока выхода (содержание остаточных количеств пестицидов в почве и растениях);
- организовывать перерывы продолжительностью от 10 до 15 минут через каждые 45 минут работы;
- предусматривать дополнительный перерыв для приема пищи и отдыха продолжительностью не менее 60 минут при длительности труда 7 часов в день.

Запрещается организовывать труд детей:

- на работах, запрещенных детям до 18 лет в соответствии со списком работ, на которых запрещается применение труда лиц моложе 18 лет,
- установленным Министерством труда и социальной защиты;
- в вечернее (позже 20 часов) и ночное время, в выходные и праздничные дни;
- в местах размещения временных и стационарных складов для хранения химических средств защиты растений и минеральных удобрений, а также ближе 5 километров от мест обработки ядохимикатами и пестицидами полей до истечения допустимого срока выхода;
- в условиях превышения допустимых уровней звука (70 дБА) на рабочих местах;
- на открытом воздухе в неблагоприятных метеорологических условиях (осадки, температура воздуха ниже минус 10 С или выше плюс 27 С).

Гигиеническое воспитание детей и подростков

Медицинские работники оздоровительной организации совместно с педагогическими работниками, тренерами-преподавателями по спорту организуют гигиеническое воспитание детей:

проводят мероприятия по формированию здорового образа жизни, мотивированного поведения по сохранению собственного здоровья (игры, викторины, Дни здоровья, вечера вопросов и ответов). Выбор тематики мероприятий осуществляется с учетом актуальности (предупреждение отравления ядовитыми грибами, растениями, ягодами; профилактика детского травматизма; о вреде курения, о вреде алкоголя, о вреде употребления

наркотиков; гигиена юноши и девушки; о профилактике венерических заболеваний и СПИДа; правила личной гигиены);

обучают детей навыкам слежения за состоянием функциональных систем организма и использования их на практике (определение пульса и частоты дыхания в покое, при физической нагрузке разной интенсивности и др.).

Организация рационального питания детей и подростков.

Питание детей в объектах питания в оздоровительных организациях должно отвечать принципам рационального питания, организовываться преимущественно на основе примерных двухнедельных рационов, быть разнообразным, соответствовать санитарно-эпидемиологическим требованиям по химическому составу, режиму приема пищи.

Примерные двухнедельные рационы разрабатываются организациями или субъектами общественного питания, утверждаются руководителем субъекта общественного питания и (или) руководителем организации.

Примерные двухнедельные рационы питания должны разрабатываться на основании норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных возрастных групп детей (от 7 до 11 лет, от 11 до 14 лет, от 14 до 17 лет) с учетом:

рационального распределения общей калорийности суточного рациона по приемам пищи: завтрак 20 – 25 %, обед 30 – 35 %, полдник 10 – 15 %, ужин 20 – 25 %, второй ужин 8 – 10 % от суточной физиологической потребности в энергии;

утвержденных в установленном порядке сборников технологических карт блюд и изделий (для детей раннего и дошкольного возраста; для учреждений общего среднего и профессионально-технического образования; диетического питания), технологических карт фирменных (новых) блюд.

В примерных двухнедельных рационах детей молоко и кисломолочные напитки, растительное масло и масло из коровьего молока, сахар, мясо (мясо птицы), хлеб, крупа, овощи, свежие фрукты или соки (нектары) должны входить в рацион ежедневно, другие пищевые продукты (рыба, яйца, сыр, творог, сметана) – 2 – 3 раза в неделю. Допускаются отклонения плюс (минус) 10 процентов от установленных норм питания в течение недели, смены при условии выполнения по итогам смены норм физиологических потребностей ребенка в пищевых веществах и энергии.

Количество приемов пищи, включая дополнительные к основным приемам (второй завтрак и (или) полдник, второй ужин), должно быть не менее 3 – в оздоровительных организациях для детей с дневным пребыванием детей, не менее 5 – в организациях для детей с круглосуточным пребыванием детей.

Горячее питание детей осуществляется по дневным (суточным) рационам питания на основе примерных двухнедельных рационов питания.

Калорийность дневного (суточного) рациона питания должна обеспечиваться за счет белков на 10 – 15 %, жиров – на 30 – 32 %, углеводов – на 55 – 60 %.

Для детей, находящихся на диетическом (лечебном и профилактическом) питании, дневной (суточный) рацион подлежит коррекции в соответствии с рекомендациями врача. В случае необходимости должны разрабатываться отдельные от общих рационы диетического (лечебного и профилактического) питания (для больных целиакией, фенилкетонурией и других). Для лиц, получающих данное питание, допускаются отклонения от установленных норм питания по отдельным пищевым продуктам с учетом необходимости их замены.

Питание детей должно быть щадящим по химическому составу и способам приготовления. Из способов приготовления блюд преимущественно должны использоваться запекание, варение, приготовление на пару.

В питании детей не должны использоваться пищевые продукты, не отвечающие принципам детской диететики.

Перечень пищевых продуктов, не отвечающих принципам детской диететики

1. Консервы (маринованные, консервированные) негерметичные, с бомбажем, изготовленные в домашних условиях.
2. Закусочные консервы овощные (из обжаренных корнеплодов, в том числе фаршированных).
3. Закусочные консервы рыбные, изготовленные из рыбы, предварительно обработанной подсушкой, жарением или копчением (консервы рыбные в томатном соусе, маринаде или желе, консервы-паштеты, рыбо-растительные консервы, шпроты и другое).
4. Свиное сало.
5. Маргарин и другие гидрогенизированные масла и жиры.
6. Костные бульоны, за исключением куриного.
7. Субпродукты, кроме говяжьего и свиного языка, сердца, печени.
8. Паштеты мясные.
9. Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
10. Острые соусы, кетчупы, маринованные овощи с использованием столового уксуса.
11. Пищевые продукты с острым вкусом (горчица, хрен, перец красный и черный, уксус).
12. Острые сухарики.
13. Чипсы (как изделия, изготовленные во фритюре).
14. Сухие пищевые концентраты супов и гарниров быстрого приготовления.
15. Кофе натуральный.
16. Тонизирующие, в том числе энергетические, напитки.
17. Газированные напитки.
18. Карамель, в том числе леденцовая.
19. Жевательная резинка.
20. Грибы.

В питании детей должны использоваться: диетические яйца, нежирное мясо (свинина мясная, говядина первой категории или телятина);

цыплята-бройлеры, куры или индейка потрошенные первого сорта (категории), субпродукты первой категории;

колбасы и сосиски вареные с маркировкой для детей дошкольного и школьного возраста или высшего сорта (не более одного раза в неделю в учреждениях для детей с дневным пребыванием детей, двух раз в неделю – с круглосуточным пребыванием детей);
из жиров – масло из коровьего молока и масло растительное;
богатые пектином кондитерские изделия (зефир, мармелад, джем);
йодированная соль;
преимущественно охлажденные, а не замороженные мясные полуфабрикаты.

Приготовление блюд осуществляется по разработанным технологическим картам (рецептурам) блюд. В столовой должна быть картотека (или сборник) технологических карт блюд.

Ежедневно проводится С-витаминизация рационов (супов или напитков) аскорбиновой кислотой согласно установленным нормам питания. При приготовлении пищи на костре (профильные палаточные лагеря) С-витаминизацию рационов (супов или напитков) целесообразно проводить путем выдачи детям витамина в таблетированной форме. В период получения детьми поливитаминных или витаминно-минеральных комплексов С-витаминизация рациона не проводится, если содержание витамина С в данных комплексах обеспечивает не менее 80 % суточной потребности в нем ребенка.

Выдача готовых блюд должна осуществляться после проведения органолептической оценки качества блюд членами бракеражной комиссии с соответствующей записью в журнале по контролю за качеством готовых блюд (бракеражном журнале). В профильных палаточных лагерях бракераж готовой пищи осуществляется медицинским работником лагеря или лицом, ответственным за питание. При выявлении нарушений блюдо к выдаче не допускается до устранения выявленных кулинарных недостатков, о чем в бракеражном журнале производится соответствующая запись. В бракеражном журнале также должно указываться витаминизированное блюдо, время витаминизации и количество использованного витамина С.

Для организации питьевого режима детей должна использоваться упакованная питьевая вода или вода из централизованной водопроводной системы после ее доочистки через локальные фильтры, или кипяченая вода. Кипяченая вода должна храниться в закрытых емкостях с водоразборным краном (или в кувшинах) не более 4 часов.

Питание детей в оздоровительных организациях может быть организовано в разных формах. В оздоровительных (спортивнооздоровительных) лагерях с дневным пребыванием детей питание может осуществляться в близрасположенных (оптимальное расстояние не более 500 м) субъектах хозяйствования, оказывающих услуги общественного питания (отдельный обеденный зал (участок) для детей или прием пищи в свободное от обслуживания посетителей время в соответствии с графиком; пища для детей готовится отдельно от пищи для посетителей).

В отдельных случаях (лагерь труда и отдыха, неподвижной профильный палаточный лагерь и другие малочисленные оздоровительные лагеря) может быть организовано привозное горячее питание. В профильных палаточных

лагерях может использоваться полевая кухня или пища может готовиться на костре.

В объектах питания детей должен быть организован ежедневный учет расхода пищевых продуктов. Каждые 10 дней и по окончании месяца уполномоченным руководителем организации (субъекта общественного питания) лицом или медицинским работником должен проводиться анализ выполнения норм питания. В организациях с круглосуточным пребыванием детей медицинским работником по окончании смены проводится оценка пищевой и энергетической ценности рационов питания детей. Контроль выполнения установленных норм питания в профильном палаточном лагере должен осуществляться медицинским работником или ответственным за питание работником лагеря ежедневно.

В случае непоставки тех или иных пищевых продуктов допускается производить их замену с учетом норм взаимозаменяемости пищевых продуктов при приготовлении блюд, изложенных в сборниках технологических карт блюд.

Блюда должны готовиться на каждый прием пищи и храниться на электроплите или электромармите в течение не более 3 часов с момента приготовления, в палаточных лагерях – не более одного часа.

Принципы ХАССП

При осуществлении процессов производства (изготовления) пищевой продукции, связанных с требованиями безопасности такой продукции, изготовитель должен разработать, внедрить и поддерживать процедуры, основанные на принципах ХАССП (в английской транскрипции НАССР - Hazard Analysis and Critical Control Points).

Система НАССР включает 7 этапов (принципов):

1. Проведение анализа опасных факторов.
2. Определение критических контрольных точек (ККТ).
3. Установление критических пределов.
4. Установление системы мониторинга ККТ.
5. Установление корректирующих действий в случае выхода ККТ из под контроля.
6. Установление процедуры проверки (верификации) системы НАССР.
7. Установление процедур ведения документации.

Критические контрольные точки - шаг, на котором может быть применен контроль и является существенным для предотвращения и удаления опасности или снижения ее до приемлемого уровня.

Требования к транспортировке и хранению продовольственного сырья и пищевых продуктов

При транспортировке запрещается розлив молока и кисломолочных продуктов в промежуточные емкости.

Товаросопроводительные документы (их копии), этикетки (ярлыки) на таре производителя должны сохраняться до окончания реализации пищевых продуктов.

Сельскохозяйственная продукция растительного происхождения, выращенная в учебно-производственных объектах, может использоваться в питании обучающихся при наличии результатов лабораторных исследований указанной продукции, подтверждающих ее соответствие гигиеническим нормативам.

Пищевые продукты должны храниться в объектах питания по видам продукции (сухие и консервированные, хлеб, мясные и рыбные, молочно-жировые, гастрономические, овощи, фрукты и ягоды) с соблюдением установленных изготовителем условий их хранения и сроков годности в условиях, обеспечивающих предотвращение их порчи и загрязнения.

Свежие овощи, фрукты и ягоды, квашеные овощи хранятся в сухом темном вентилируемом помещении, овощехранилище или холодильнике.

В овощехранилище перед загрузкой овощей должны быть проведены очистка и ремонт (при необходимости). Загрязненные землей овощи (корнеплоды и огурцы грунтовые) должны храниться отдельно от свежих овощей, фруктов и ягод и других пищевых продуктов.

Сырые мясные и рыбные пищевые продукты, включая полуфабрикаты, субпродукты охлажденные или замороженные, мясные гастрономические продукты (колбасы, сосиски, сардельки и другое) должны храниться в упаковке производителя или транспортной маркированной таре.

Яйца, в том числе обработанные, должны храниться в коробах на подтоварниках в сухих помещениях при температуре не выше +20 °С или холодильнике для сырых пищевых продуктов.

Молоко и кисломолочные продукты должны храниться в таре производителя.

Сыпучие продукты должны храниться в сухом помещении в чистых ларях с плотно закрывающимися крышками или в мешках, индивидуальной упаковке, картонных коробках на подтоварниках либо стеллажах.

Организация производственного контроля в оздоровительной организации

Начало смен допускается только при готовности помещений, территории, инженерных коммуникаций, объектов питания к приему детей.

Готовность к работе оздоровительных организаций для детей определяется в порядке, установленном местными исполнительными и распорядительными органами, с оформлением подтверждающих готовность документов: актов приемки оздоровительного (спортивно-оздоровительного) лагеря с круглосуточным пребыванием детей, за исключением палаточного лагеря, оздоровительного (спортивно-оздоровительного) лагеря с дневным пребыванием детей по формам, установленным Республиканским центром по оздоровлению и санаторно-курортному лечению населения;

санитарных паспортов профильного оздоровительного лагеря труда и отдыха, неподвижного профильного оздоровительного палаточного лагеря по формам, установленным Министерством здравоохранения. Подтверждающие готовность документы должны оформляться не позднее чем за 3 дня до даты открытия на весь период оздоровительного сезона.

Руководитель передвижного палаточного лагеря не позднее чем за 3 дня до начала работы должен определить безопасный маршрут передвижения, места стоянок продолжительностью более одних суток, питания детей, закупки пищевых продуктов и продовольственного сырья (далее – пищевые продукты), расположения организаций здравоохранения, связи, источников хозяйственного и питьевого водоснабжения с оформлением маршрутного листа.

Производственный контроль проводится юридическими лицами в соответствии с осуществляемой ими деятельностью по обеспечению контроля за соблюдением санитарных правил и гигиенических нормативов, выполнением санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

Программа производственного контроля составляется юридическим лицом до начала осуществления деятельности. Разработанная программа производственного контроля утверждается руководителем организации.

Субъектом общественного питания или организацией должна быть разработана программа производственного, в том числе лабораторного, контроля за соответствием пищевой и энергетической ценности приготавливаемых блюд рецептурам, меню-раскладкам, а также за безопасностью питания на основании оценки рисков или идентификации опасностей.

Кратность и перечень исследуемых показателей определяются в соответствии с требованиями технических нормативных правовых актов и на основании оценки рисков или идентификации опасностей.

Показатели пищевой и энергетической ценности приготавливаемых блюд должны соответствовать рецептурам блюд, меню-раскладкам. В случае установления несоответствия блюда по исследуемым показателям должны быть осуществлены корректирующие мероприятия с организацией повторного проведения лабораторных исследований.