



Салавелис, А. Д. Технология продуктов лечебно-профилактического назначения [Текст] : учеб. пособие / Салавелис Алла Дмитриевна, Дьяконова Анджела Константиновна ; Одес. нац. акад. пищевых технологий. - Одесса : Optimum, 2012. - 626 с. : табл., рис. - Библиогр.: с. 613-624. - ISBN 978-966-344-516-8.

В учебном пособии рассмотрены технологии производства продуктов питания и блюд из сырья животного и растительного происхождения, их пищевая и биологическая ценность, физиологическое влияние на организм человека. Приведена характеристика традиционных и альтернативных видов питания. Особое внимание уделено основам диетического и лечебно-профилактического питания, особенностям питания людей пожилого возраста. Рассмотрены диеты и технологии приготовления блюд в зависимости от вида заболевания, трудовой деятельности и возрастных физиологических изменений организма человека. Дан анализ изменениям основного компонентного состава пищевого сырья в процессе кулинарной обработки. Приведены санитарно-гигиенические требования безопасности к пищевым продуктам, блюдам и предприятиям диетического и лечебно-профилактического питания.

Предназначено для студентов высших учебных заведений, специалистов пищевой промышленности, технологии питания, аспирантов, научных работников.

ВВЕДЕНИЕ

Как показывают историко-медицинские исследования, и как свидетельствуют древнекитайские, древнегреческие и средневековые медицинские трактаты, на протяжении многих тысячелетий основным лечебным средством для человека служила сама пища. Именно с помощью различных видов пищи (лекарственные растения, большинство из которых являются съедобными, мед и пчелопродукты, рыбий жир и т.д.) древний человек пытался регулировать свое здоровье.

Опыт использования лечебно-профилактических свойств пищи насчитывает, по меньшей мере, несколько тысячелетий, однако лишь на рубеже XIX и XX веков народная мудрость обрела силу научного факта. Именно тогда, благодаря развитию химической науки, из самых различных пищевых продуктов были выделены так называемые биологически активные

вещества, которые и обуславливают лечебно-профилактические эффекты пищи.

Выделенные непосредственно из пищевых продуктов или синтезированные химическим путем биологически активные вещества произвели настоящую революция в медицине начала XX века. Человек овладел сложнейшими фармакологическими технологиями, стал создавать «лекарства будущего» и пища перестала рассматриваться как источник лечебно-профилактических веществ, и за какие-то 20-30 лет рацион человека индустриально развитых стран изменился самым кардинальным образом. Из него исчезли большинство овощей и фруктов, цельные крупы, лекарственные и пряные растения и многие другие продукты, тысячелетиями использовавшиеся человеком в том числе в лечебных целях. Однако уже к середине 1970-х годов выяснилось, что фармакологические препараты далеко не столь могущественны. Чужеродные организму человека синтетические вещества стали вызывать большое число осложнений и аллергических реакций. Было установлено, что одной из главных причин наиболее распространенных заболеваний стало резкое изменение характера питания и дефицит большинства биологически активных компонентов пищи, поскольку был нарушен складывавшийся тысячелетиями традиционный рацион питания, содержащий сотни различных веществ, необходимых для жизнедеятельности человека.

Активная технократизация нашей жизни привела к существенному изменению окружающей среды и ухудшению экологической обстановки. Изменилась не только структура питания людей, но и качество самого сырья и готовых пищевых продуктов. Появление огромного множества различных синтетических заменителей превратило многие продукты питания в достижение химической промышленности. В свете этих общемировых тенденций ВОЗ, обеспокоенная безопасностью пищевых продуктов, рекомендовало усилить контроль за качеством выпускаемых продуктов питания, одновременно расширяя ассортимент изделий с заранее заданными лечебно-профилактическими и функциональными свойствами.

Питание - важнейшая физиологическая потребность человека. По разным причинам и в разном возрасте у людей возникают расстройства питания организма — т.е. болезненные — патологические состояния, возникающие от избытка или недостатка поступающей в организм с пищей энергии или пищевых веществ. В зависимости от продолжительности нарушений полноценного питания расстройства питания организма могут выражаться в:

- ухудшении обмена веществ и снижении сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды;

- в ухудшении функций отдельных органов и систем на фоне нарушения обмена веществ и снижения сопротивляемости организма со слабо выраженными клиническими симптомами;

- в клинически выраженном проявлении расстройства питания-алиментарных заболеваниях — (от лат. слова — *алиментум* - пища), например, авитаминозы, ожирение, эндемический зоб и т. д.

Расстройства питания возникают не только от пищевых нарушений, они могут быть вызваны заболеваниями самого организма, нарушающих переваривание пищи и всасывание пищевых веществ, ухудшающих их усвоение клетками и тканями. Важнейшей задачей лечебного и диетического питания является предупреждение или ликвидация расстройств питания организма, вызванного различными заболеваниями.

Обеспечение здоровья населения страны - одно из приоритетных направлений деятельности государства. При этом питание является важнейшим фактором, обеспечивающим поддержание здоровья, работоспособности, творческого потенциала нации.

Сохранение и укрепление здоровья трудящихся, являющихся важнейшей производительной силой общества, определяют возможности и темпы экономического развития страны, ее национальную безопасность, и по этой причине должны оставаться основой социальной политики.

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1. Основные принципы диетического питания.....	10
1.1. Научное обоснование диетического питания. Основные принципы диетотерапии.....	10
1.2. Значение диетотерапии в профилактике и лечении болезней.....	20
1.3. Принципы щажения и тактика диетотерапии.....	26
Глава 2. Организация диетического питания.	
Характеристика и принципы построения лечебных диет.....	37
2.1. Характеристика и принципы построения лечебных диет.....	37
2.2. Характеристика разгрузочных и специальных диет.....	56
2.3. Зондовое питание.....	63
Глава 3. Технологии пищевых продуктов с диетическими и лечебно-профилактическими свойствами. Характеристика основных продуктов питания с точки зрения диетологии.....	66
3.1. Технологии пищевых продуктов животного происхождения и их роль в диетическом и лечебно- профилактическом питании.....	66
3.1.1. Молоко и продукты его переработки.....	69
3.1.2. Яйца и яйцепродукты.....	106
3.1.3. Пищевые жиры.....	110
3.1.4. Мясо и мясопродукты.....	121
3.1.5. Рыба, рыбо- и морепродукты.....	143
3.2. Технологии пищевых продуктов растительного происхождения, их значение в диетическом и лечебно-профилактическом	

питании.....	171
3.2.1. Овощи, плоды, ягоды и орехи, их роль в диетотерапии.....	171
3.2.2. Сахара, сахарозаменители, подсластители и полисахариды.....	229
3.2.3. Мука, хлебобулочные изделия и зерновые продукты.....	245
3.2.4. Вкусовые продукты - чай, кофе, пряности, пищевые кислоты.....	253
3.2.5. Минеральные воды и безалкогольные напитки.....	264
3.3. Характеристика и классификация продуктов функциональными свойствами.....	270
Глава 4. Технология блюд и изделий для диетического питания.....	286
4.1. Изменение химических составляющих сырья при термообработке.....	286
4.2. Ассортимент и технология приготовления диетических холодных блюд и закусок.....	306
4.3. Ассортимент и технология приготовления диетических супов и соусов.....	320
4.4. Ассортимент и технология приготовления диетических овощных блюд.....	359
4.5. Ассортимент и технология приготовления диетических блюд из рыбы и морепродуктов.....	370
4.6. Ассортимент и технология приготовления диетических блюд из мяса и субпродуктов.....	385
4.7. Ассортимент и технология приготовления диетических блюд из домашней птицы и кролика.....	403
4.8. Ассортимент и технология приготовления диетических блюд из яиц и творога.....	407
4.9. Крупяные и мучные блюда, а также блюда из макаронных изделий в диетическом питании.....	412
4.10. Ассортимент и технология приготовления сладких диетических блюд.....	422
Глава 5. Характеристика традиционного, нетрадиционного и лечебно-профилактического питания.....	432
5.1. Традиционное питание: сбалансированное, рациональное, адекватное.....	432
5.2. Альтернативные виды питания и их характеристика.....	436
5.3. Назначение, характеристика и химический состав рационов лечебно-профилактического назначения.....	442
5.3.1. Основа и общие принципы профилактического питания.....	442
5.3.2. Основные рационы профилактического питания.....	454
5.3.3. Особенности приготовления и выдачи блюд для профилактического питания.....	461
5.4. Основы организации и проведения профилактического питания.....	466
Глава 6. Особенности питания людей пожилого возраста.....	478

6.1. Физиологические возрастные изменения организма человека. Существующие теории старения организма.....	478
6.2. Требования к составу и консистенции продуктов питания. Технология блюд и изделий для пожилых людей.....	500
Глава 7. Проблема безопасности пищевых продуктов.....	523
7.1. Пути загрязнения сырья и пищевых продуктов чужеродными веществами.....	523
7.2. Природные компоненты пищи, проявляющие небезопасное действие на организм человека. Антиалиментарные факторы натуральных пищевых продуктов.....	525
7.3. Воздействие чужеродных веществ на организм и токсикологические критерии. Виды и характеристика чужеродных веществ.....	538
Глава 8. Санитарно-гигиенические требования к предприятиям диетического и лечебнопрофилактического назначения.....	556
8.1. Санитарные условия приема и хранения сырья, предназначенного для изготовления продуктов и изделий диетического и лечебно-профилактического назначения.....	556
8.2. Санитарно-гигиенические требования к обработке сырых продуктов.....	558
8.3. Санитарно-гигиенические требования к тепловой обработке продуктов и хранению готовой пищи.....	563
8.4. Санитарно-гигиенические требования к помещениям, технологическому оборудованию, инвентарю, персоналу.....	568
Глава 9. Влияние пищи на организм человека и основы построения пищевых рационов.....	577
Приложения.....	583
Список использованной литературы.....	613