**Халықтың салауатты тамақтануын қамтамасыз етудегі «Саламатты Қазақстан 2011-2015» мемлекеттік бағдарламасының ролі**

*Бужикеева А.Б., Қожахметова А.Н., Хасенова Г.Х., Ли М.В., Чуенбекова А.Б., Ушанская Е.Ю.,*

*Сукенова Д.А., Нұржанова Қ.С., Рыстығұлова Ж., Аллиярова С.*

*С.Ж.Асфендияров ҚазҰМУ нутрициология кафедрасы*

**Түйін.** Мақалада нутрициология кафедрасы ұжымымен «Саламатты Қазақстан 2011-2015»мемлекеттік бағдарламасында көзделіп отырған міндеттерді жүзеге асырудағы атқарылған іс-шаралар мен қол жеткізген жетістіктері берілген.

Кілттік сөздер: салауатты тамақтану, дұрыс тамақтану дағдылары, мемлекеттік бағдарлама.

**Резюме.** В статье даны выполненные мероприятии и достижения сотрудниками кафедры нутрициологии по реализации государственной программы «Саламатты Қазақстан 2011-2015».

Ключевые слова: здоровое питание, Саламатты Қазақстан , государственная программа.

*Buzhikeeva A.B., Kozhakhmetova A.N., Khasenova G.Kh., Chuenbekova A.B., Rystygulova Zh., Alliyarova S.T.*

**SUMMARY.** An article provides carried out activities and achiements of the staff of the subdepartment nutriciology for implementation of the state program: “Salamatty Kazakhstan 2011-2015”.

Keywords. Healf food, implementation of the state program, Salamatty Kazakhstan.

Еліміз қазіргі таңдағы озық мемлекеттердің бәсекеге қабілетті 50 елдің қатарына ену бағытын ұстану стратегиясы көптеген міндеттер жүктеп отыр. Қоғамды қалыптастырушы халықтың әлеуметтік жағдайы мен денсаулық көрсеткіштері кез–келген мемлекеттің экономикалық жағдайын сипаттайды.

Дүниежүзілік Денсаулық сақтау ұйымының деректері бойынша, өлім-жітімнің 60%-ы дұрыс тамақтанбаумен, ал дерттердің 40% тамақтану факторына тікелей байланысты. Көптеген созылмалы инфекциялық емес аурулардың (жүрек-қантамыры жүйелерінің аурулары, қант диабеті және басқалар) дамуы да адамның өмір сүру салтына тәуелді. Соған байланысты қазақстандықтардың саламатты өмір салтын қалыптастыру және дене шынықтыруды дамыту маңызды болып отыр. Осы мәселелерді жүзеге асыруда «Саламатты Қазақстан 2011-2015жыл»мемлекеттік бағдарламасында Елбасы, қазіргі уақытта қоғамдық денсаулық сақтау мәселелерінде сектораралық және ведомствоаралық серіктестік тетігі жолға қойылмағандығы, денсаулық сақтау саласындағы өз міндеттерін жете түсінбеуіне, денсаулық сақтау проблемаларын шешуде ақпараттық қолдаудың нашарлығына байланыстылығын орынды атап көрсеткен. Сондай-ақ халық денсаулығы деңгейінің төмен болуының себептері тамақтану мәселелерінде халықтың жеткіліксіз  ақпараттандырылуы, сауаттылығының төмендігі анықталып отыр. Сонымен қатар, халықтың дұрыс тамақтануын қамтамасыз ету және тамақтануға байланысты аурулардың профилактикасын басты мақсат етудің өзі осы мәселенің өзектілігін айқындай түседі.

«Саламатты Қазақстан» бағдарламасы аясында Елбасының көрсеткен аталмыш мәселелерін шешуде С.Ж.Асфендияров атындағы ҚазҰМУ нутрициология кафедрасы профессор-оқытушылар құрамымен өткен жылы біршама жұмыстар атқарылды.

Бағдарлама бойынша Елбасының басты міндеттің бірі- дұрыс тамақтану туралы халықты хабардар ету бойынша халықтың әртүрлі топтарының –кәсіпорын жұмысшылары, емдік-профилактикалық мекеме қызметкерлері, ұрпақ өрбіту жасындағы әйелдер, мектеп жасына дейінгі және кейінгі жастағы балалар мен жасөспірімдер, студенттер, қарттар тамақтану ерекшеліктеріне байланысты дұрыс тамақтану дағдыларын қалыптастыру мен осы мақсатты топтардың тамақтану ерекшеліктеріне арналған дәрістер, семинарлар қаламыздың бірнеше мекемелерінде өткізілді. Осы шараларды өткізе отырып, жүкті және емізулі аналардың дұрыс тамақтанбауынан туындайтын бала мен ана аурушылдық көрсеткіштерін, мектеп жасындағы оқушыларда жиі кездесіп жүрген тірек-қимыл аппаратының, тыныс және жүйке жүйесінің, көз ауруларының деңгейін азайту, әртүрлі кәсіптік жұмысшылар арасында жұмысқа қабілеттілікті сақтай отырып, кәсіптік аурулардың дамуын азайту көзделіп, тиімді тамақтану қағидалары кеңінен насихатталды.

Бағдарламаның – «халықты дұрыс тамақтану туралы хабардар ету» міндетін жүзеге асыруда Алматы қаласындағы жоғарғы оқу орындарындағы студенттер арасында дұрыс тамақтану дағдыларын қалыптастыруда 500-ге жуық студенттер; қала мектептерінің мектеп жасындағы 350-ге жуық оқушылар, ұрпақ өрбіту жасындағы 270 әйелдер арасында дәрістер, кеңес беру өткізілді. Осы топтар арасында тиімді тамақтану, дұрыс тамақтану дағдылары, дұрыс тамақтанбаумен туындайтын ауруларға байланысты сұрақтарымен арнайы сауалнамалар өңделіп, сауалнама жүргізгенде аталмыш топтарда ақпараттану деңгейінің төмендігі анықталды. Әсіресе, жүкті әйелдердің, мектеп оқушыларының арасында темір тапшылық анемия мен йод жетіспеушілік ауруларының көріністері және алдын алу жолдары жөнінде бейхабар екендігі мәлім болды. Ақпараттану деңгейін жоғарылату мақсатында анемия мен йод жетіспеушілік жағдайды түзетуде Үкіметіміздің тарапынан азықтардың құнарлығын арттыруда, фортификацияланып жатқан ұн мен тұз өнімдерінің ролі мен «Сапалы азық» туралы мағлұматтары мол берілген буклеттер, күнтізбе, плакаттар таратылып, ролдік ойындар, «Қоғамдық денсаулық сақтау» мамандығының 4 курс студенттері арасында сайыстар өткізілді. Осы тұста өткен жылдың қыркүйек айында Балуан Шолақ атындағы Спорт сарайында өткен«Балбөбек-2011» атты IV Халықаралық мамандандырылған көрмесіне қатысып, аналар мен емізулі аналарға, мектепке дейінгі балалар мен мектеп жасындағы балаларға, болашақ аналарға дұрыс тамақтану жөнінде балалар арасындағы тағамдық аллергия, ерте жастағы балаларды тамақтандыру, кейбір артық салмақты аналардың денсаулыққа зиянсыз арықтауға байланысты жүзге жуық аналарға ақысыз тегін, пайдалы кеңестер берілді. “ALExpo” көрмелік компаниясы «Балбөбек-2011» атты IV Халықаралық мамандандырылған көрмесіне нутрициология кафедрасы белсенді қатысқаны үшін ДИПЛОМ-мен марапаттады.

Бағдарламаның «халыққа және осал топтарға арналған тамақ өнімдерін тұтыну жөніндегі ұсынымдар әзірлеу» міндетіне орай кафедраның профессорлар-оқытушылар құрамы Қазақ тағамтану академиясының ұйытқы болуымен Қазақстан халқының қалалық және өңірлік түрлі жас топтарының тамақтануындағы халықаралық стандарттарға сәйкес азық-түлік тұтыну нормаларын өңдеуге бағытталған мектеп жасына дейінгі бала-бақшалар, мектеп жасындағы балалар мен жасөспірімдер, өнеркәсіп жұмысшыларының нақты тамақтануы мен энергия шығындарын зерттеудегі ғылыми жұмыстарға қатысып, алиментарлық аурулардың туындауындағы тағами факторлардың ролін анықтаудағы Ғылыми жобаларына белсенді қатысып, үлестерін қосуда. Соның бірі «ҚР халқының қартаюға қарсы мемлекеттік бағдарламасы аясында Остеопороздың алдын алудың кешенді моделін жасау» ғылыми-техникалық жобаның негізінде солтүстік және орталық Қазақстан өңірлерінің, яғни Қарағанды, Павлодар, Петропавл, Көкшетау, Қостанай, Талдықорған облыстарынан 40 жастан жоғары 1200-ге жуық ер мен әйел азаматтарының нақты тамақтануына зерттеу жүргізілді. Зерттеу барысында адам қартаюымен байланысты туындайтын аурулардың тікелей тағами факторлармен өзара байланысы айқындалды. Сонымен қатар, заманауи ультрадыбыстық остеопорозды анықтайтын қондырғымен сүйектің минералдық тығыздығы, қандағы холестерин, қант деңгейі, гемоглобин жедел әдіспен зерттеліп, осы тұрғындардағы басқа да қартаюмен байланысты ілеспелі аурулар диагностикасын жүргізді. Ұжым қызметкерлері болған өңірлердің тұрғындары арасында қартаюға байланысты туындайтын ауруларды тағаммен емдеу жөнінде көптеген үгіт-насихат жұмыстары жүргізіліп, үнпарақтар таратылды. Осы жұмыстың нәтижелері «Баспасөз мәжілісінде» республикамыздың ақпараттық құралдары арасында таратылды.

Бағдарламаның халықтың әртүрлі топтарының дұрыс тамақтану, тамақ өнімдерінің қауіпсіздігі және қолжетімді БАҚ-ты тарта отырып, тұтынушылардың құқықтары саласында білім деңгейін және хабардар болуын арттыруға бағытталған көпдеңгейлі қоғамдық және коммуникациялық науқандар өткізу тапсырмасы бойынша Қазақ тағамтану академиясының президенті және нутрициология кафедрасының меңгерушісі академик Т.Ш.Шармановтың өзімен бір жыл көлемінде республикалық көлемде таралатын 20-ға жуық, ал кафедра қызметкерлерімен 50-ге тарта түрлі жас топтарының тамақтану ерекшеліктері, сырқаттар кезіндегі диетологиялық кеңестер т.б тақырыптарда сұхбаттар телеарналарда көрсетілді.

Тұтынушылардың өнімнің сипаттарын жақсы түсінуі, сапалы тамақ өнімдерін таңдауды қолдау мен тағам өнімдерін қауіпсіз сақтау тапсырмасы бойынша«Қазақстан» Ұлттық арнасынан аптасына 5 рет берілетін «Халық таңдауы» бағдарламасына жыл бойы тұтынушыларға азықтардың пайдалы қасиеттері туралы пайдалы кеңестер берілді. Осы бағдарлама түсіріліміне белсенді атсалысқаны үшін доцент Чуенбекова А.Б., доцент Хасенова Г.Х. аға оқытушы Қожахметова А.Н., оқытушы Тарақова Г.А. «Қазақстан» Ұлттық арнасының президенті А.Сандықбаев мырзаның «Алғыс хатымен» марапатталды. Кафедра профессоры осы саладағы ерен еңбектері үшін ҚР Денсаулық сақтау министрлігінің төс белгісімен марапатталды.

«Саламатты Қазақстан 2011-2015» мемлекеттік бағдарламасын жүзеге асыру мақсатында Профилактикалық медицина академиясының жанынан құрылған «Салауатты тамақтану Орталығының» 15 тамыз 2011ж. №5-ші бұйрығына сәйкес оқытушылар құрамы осы орталық қарамағында да жұмыс атқарды. ҚР Денсаулық сақтау министрлігінің Еліміздің тәуелсіздігінің 20 жылдығына орай «Денсаулыққа 20 қадам» атты шара өткізу туралы тапсырмасымен,осы орталықтың ұйытқы болуымен өткен жылдың 30 қарашасында қаламыздың СОК«Мега-орталық -Алматыда» денсаулық акциясы өткізілді. Акция барысында «Денсаулық алаңы» жұмыс істеп, онда кафедра ұжымы 300-ге тарта акцияға келген қарттардың, емізулі аналардың, сәбилердің денсаулықтарына және дұрыс тамақтануға байланысты толғандырған сұрақтарына ақысыз тегін жауап берді. Темір тапшылық анемиясын анықтауда тегін «жедел анықтау» әдісімен 250 адам қамтылып, қандағы гемоглобин, холестерин, қант деңгейін анықтауға, сонымен қатар темір тапшылық анемиясы, семіздік, қант диабеті кезінде қалай тамақтану жайлы мәлімет алуға мүмкіндік болды.

«Саламатты Қазақстан 2011-2015» мемлекеттік бағдарламасында көзделіп халықтың күтіліп отырған өмір сүру ұзақтығының 2013 жылғақарай 69,5-ке дейін, 2015 жылға қарай 70 жасқа дейін ұлғаюы; ана өлім-жітімінің 100 мың тірі туылғандарға шаққанда 2013 жылға қарай 28,1-ге дейін, 2015 жылға қарай 24,5-ке дейін төмендеуі;нәресте өлім-жітімінің 1000 тірі туылғандарға шаққанда 2013 жылға қарай 14,1-ге дейін, 2015 жылға қарай 12,3-ке дейін төмендеуі;жалпы өлім-жітімнің 1000 адамға шаққанда 2013 жылға қарай 8, 14-ке дейін, 2015 жылға қарай 6,2-ге дейін төмендеуі үшін әлемге аты белгілі Т.Ш.Шарманов басқарып отырған бір ұжымның атқарған жұмыстарының ауқымы осындай. Бұл бағдарламаны орындаудағы міндеттің бір тамшысы ғана. Осы мемлекеттік бағдарлама негізінде Елбасымыздың тапсырмасын, денсаулық сақтау проблемаларын шешуде барлық осы сала мамандары серіктесіп, жұмыла жұмыс атқарса және тек медицина саласындағы қызметкерлер ғана атсалысып қоймай, әрбір қазақстандық азамат өзінің және отбасының денсаулығы алдындағы жауаркершілікті жоғары қойып, салауатты тамақтануы арқылы қаншалықты аурулардың алдын алып, дүниеге дені сау ұрпақ әкеліп, аурушаңдық және аурушаңдық салдарынан туындайтын өлім-жітім көрсеткішінтөмендетіп, еңбек қабілеттігін сақтап еліміздің экономикалық ахуалына еңбек етуімен өз үлесін қосады. Сондықтан халқымыздың сапалы, әрі ұзақ ғұмыр кешуіне әрбір қазақстандық борышты.