

ВВЕДЕНИЕ

Ожирение – это избыточное отложение жира в подкожной клетчатке и других тканях организма.

Рациональное питание – это физиологически полноценное и сбалансированное питание человека с учетом их пола, возраста, здоровья, характера труда, климатических условий обитания. Правильно составленный рацион повышает способность организма к сопротивлению негативным факторам воздействия окружающей среды, способствует сохранению здоровья, активного долголетия, сопротивлению утомляемости и высокой работоспособности.

Актуальность темы заключается в том, что количество людей, страдающих ожирением значительно увеличивается с каждым годом, вследствие чего, повышается риск различных осложнений, таких как: диабет, заболевания сердечно - сосудистой системы, заболевания печени и т.д. Так же люди практически не осведомлены о важности рационального питания, о его пользе и значимости в жизни любого человека.

Цель: изучить роль медицинской сестры в профилактике ожирения у подростков и организация рационального питания.

Задачи:

1. Изучить литературу и интернет источники по заболеванию ожирение
2. Выяснить клиническую картину, особенности диагностики, принципы лечения и профилактики ожирения у подростков.
3. Определить принципы оказания сестринской помощи при профилактике ожирения
4. Проанализировать нормативно-правовую документацию, регламентирующую организацию рационального питания,