



Витамины

и экономическая эффективность

По данным Росстата, каждый пятый работник строительной отрасли занят на производстве, сопряженном с вредными условиями труда. С вредными условиями ассоциируется, прежде всего, работа непосредственно на строительных площадках, а офисные сотрудники, в том числе те, кто трудится за компьютером, почему-то выпадают из поля зрения.

Типовая инструкция по охране труда для пользователей персональных электронно-вычислительных машин гласит: «Работа оператора ПК относится к категории работ, связанных с опасными и вредными условиями труда». А неумолимая статистика фиксирует ежегодный прирост числа офисных сотрудников: сегодня к этой категории относятся 20% работающего населения.

Работа за компьютером отрицательно сказывается на здоровье даже в том случае, если выполнены все требования эргономики и техники безопасности по организации рабочего места, уровню шума, микроклимату, освещению помещения, пожарной безопасности и соблюдаются регламентированные

для операторов ПК перерывы в течение рабочего дня.

Специалисты по охране труда выделяют 18 вредных и опасных производственных факторов при работе за компьютером. Среди них — повышенный уровень напряженности электрического и магнитного полей, нарушение аэроионного состава воздуха, прямая и отраженная блескость дисплеев, избыточный уровень пульсации светового потока, неравномерность распределения яркости в поле зрения, шум, монотонность труда, статическое напряжение мышц, наличие в рабочей зоне вредных веществ и т. д.

Офисный сотрудник как мишень

Вредные рабочие факторы провоцируют недомогания, которые постепенно перерастают в различные заболевания. Можно выделить три основные мишени.

Глаза. Снижается острота зрения, возникает или прогрессирует близорукость, появляются слезоточивость, резь, «песок» в глазах. Нарушается бинокулярное (объемное) зрение.

Позвоночник. Длительное статическое напряжение вызывает боли в шейном и поясничном отделах позвоночника, а также его деформацию.

Голова. Появляются боли в области надбровий, затылка, темени; головокружение.

Работа за компьютером также вызывает нервно-соматические нарушения, которые негативно отражаются на производственных показателях: ослабление памяти, снижение концентрации, раздражительность или апатия. Давно стали привычными такие медицинские термины, как «синдром сухого глаза», «профессиональное выгорание», «профессиональный стресс» и «офисный синдром», включающий в себя нарушения как физического, так и психического здоровья. А больничный лист — это трудовые потери, которые тормозят работу не только на стройплощадке: не меньший урон наносят предприятию болезни офисных сотрудников, особенно в период сезонных эпидемий гриппа и острых респираторных заболеваний.

Как сократить потери?

Исследования достоверно доказывают, что рационально организованное профилактическое питание помогает противостоять общим и профессиональным заболеваниям и защищает от воздействия вредных производственных факторов как

на стройплощадке, так и в офисе. Особое значение в профилактике заболеваний имеет дополнительная витаминизация работников.

Современный человек постоянно испытывает дефицит витаминов. Энергозатраты, по сравнению с прошлым столетием, снизились почти в два раза. Люди стали меньше есть, сократилось и количество витаминов, получаемых с пищей. В то же время потребность в витаминах как незаменимых участниках всех физиологических процессов даже возросла, поскольку с помощью витаминов наш организм защищается от негативного воздействия окружающей среды, которое с каждым годом только усугубляется.

Еще одна причина витаминного дефицита — глубокая переработка современных продуктов питания. Витаминов в них становится все меньше, и покрыть этот дефицит даже при очень сбалансированном питании сегодня уже не удастся. Исследования показывают, что витаминный дефицит наблюдается и у директоров, и у рабочих во всех регионах страны, не зависит от времени года и колеблется на уровне 40–60% от необходимой нормы.

Для чего нужны витамины?

Витамины выполняют в организме очень много функций. Достаточно сказать, что они участвуют в биохимических процессах в 48 органах и тканях человека. Несколько примеров.

Витамин С. Повышает устойчивость организма к стрессам. Укрепляет иммунную систему.

Защищает от вредного воздействия солей свинца, селена, марганца, хрома, кадмия и т. д.

Витамины-антиоксиданты (А, Е, С, бета-каротин). Помогают обезвреживать и выводить из организма токсичные вещества. Защищают от нервно-психологических и физических перегрузок.

Витамины группы В. Помогают противостоять стрессам.

Бета-каротин и витамин А. Улучшают зрение и поддерживают иммунитет.

Как организовать оздоровление сотрудников?

Компания «Валетек Продимпэкс» уже 20 лет занимается инновационными разработками и производством продуктов здорового питания, в том числе предназначенных для профилактического питания на предприятиях с вредными условиями труда. В 2004 году

была создана серия высокоэффективных и относительно недорогих продуктов для быстрого приготовления, обогащенных витаминами и минеральными веществами напитков и киселей, рассчитанных на работающее население, в том числе занятое на вредном производстве. Сегодня эти продукты широко используются для улучшения здоровья на многих предприятиях в разных регионах России. Апробация в целом ряде компаний доказала высокую эффективность продуктов «Валетек Форте».

Защита иммунитета

В «Корпорации ВСМПО-АВИСМА» была внедрена программа «Рациональное питание», которая предусматривала, в частности, выдачу во время обеда витаминизированных напитков и киселей всем сотрудникам. Реализация этой программы позволила снизить заболеваемость на предприятии на 30%, трудопотери сократились на 48%.

Витамины и ошибка

Исследования убедительно доказывают, что прием витаминов способствует сохранению внимания до конца рабочего дня. Так, у работников ткацкой фабрики, не получавших витаминов, внимание к концу дня снижалось в два раза сильнее, чем у работниц, ежедневно принимавших витамины. Количество недочетов в контрольной группе к концу дня возросло на 40%, а сотрудницы, получавшие витамины, ошибок не допускали. У работников Псковской ГРЭС, употреблявших витаминизированные напитки

и кисели «Валетек Форте», работоспособность увеличилась на 15% по сравнению с контрольной группой, не получавшей витаминов.

Кисель против гриппа

Работники ОАО «НПО Сатурн» получают витаминизированные кисели и напитки седьмой год. Сначала они выдавались бесплатно (вместо молока) только специалистам и рабочим, занятым на производстве с вредными условиями труда, —

руководство предприятия совместно с медицинским отделом приняло решение отказаться от сезонных профилактических вакцинаций против гриппа.

Экономический эффект

Напитки и кисели «Валетек Форте» — специализированные продукты для людей, работающих в условиях повышенной ответственности, интенсивной физической и умственной нагрузки. Они способствуют укреплению здоровья и профилактике заболеваний, в том числе гриппа и ОРЗ, и значительно сокращают потери от временной нетрудоспособности из-за болезней

персонала.

Сухие витаминизированные смеси выпускаются в промышленных упаковках для столовых и кафе и в порционных пакетиках на одну чашку с суточной нормой витаминов и минералов. Широкая палитра вкусов (вишня, малина, яблоко, клюква, персик, черная смородина и др.) порадует даже гурманов. Кисель можно приготовить, используя горячую воду, а напиток достаточно размешать в кипяченой или бутилированной воде комнатной температуры.

Витаминизированные напитки «Валетек Форте» стоят на страже здоровья и повышают надежность профессиональной деятельности.

По вопросам внедрения и использования витаминизированных функциональных продуктов обращайтесь по тел. (495) 992-3803 ЗАО «Валетек Продимпэкс» www.valetek.ru



примерно 9% личного состава предприятия. Уже в первый год применения напитков общий уровень заболеваемости в цехах с вредными условиями стал ниже общезаводского на 5–10%. Было принято решение распространить этот положительный опыт на другие подразделения, в том числе на офисных сотрудников, работающих за компьютерами. Заболеваемость персонала снизилась настолько, что