

МОНГОЛ УЛСЫН БОЛОВСРОЛ, ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ
ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ИХ СУРГУУЛЬ
НИЙГМИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН СУРГУУЛЬ

Гар бичмэлийн эрхтэй

МӨНХБАДРАХ СОЛОНГО

**ГОВЬСҮМБЭР АЙМГИЙН НИЙТИЙН ХООЛНЫ ГАЗРЫН
АЖИЛЛАГСАД БОЛОН ТҮҮГЭЭР ҮЙЛЧЛҮҮЛЭГЧДИЙН ЗОХИСТОЙ
ХООЛЛОЛТЫН МЭДЛЭГ, ХАНДЛАГА, ДАДАЛ**

E720100 Нийгмийн эрүүл мэнд

Нийгмийн эрүүл мэндийн магистрын зэрэг горилсон нэг сэдэвт бүтээл

Улаанбаатар хот

2013 он

МОНГОЛ УЛСЫН БОЛОВСРОЛ, ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ
ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ИХ СУРГУУЛЬ
НИЙГМИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН СУРГУУЛЬ

МӨНХБАДРАХ СОЛОНГО

ГОВЬСҮМБЭР АЙМГИЙН НИЙТИЙН ХООЛНЫ ГАЗРЫН
АЖИЛЛАГСАД БОЛОН ТҮҮГЭЭР ҮЙЛЧЛҮҮЛЭГЧДИЙН ЗОХИСТОЙ
ХООЛЛОЛТЫН МЭДЛЭГ, ХАНДЛАГА, ДАДАЛ

Эрдэм шинжилгээний ажлын удирдагч:

Анагаах ухааны доктор, НЭМ мастер Ш.Оюунбилэг

Эрдэм шинжилгээний ажлын зөвлөх:

Анагаах ухааны доктор Б.Гэрэлжаргал

Эрдэм шинжилгээний ажлын шүүмжлэгч:

Анагаах ухааны доктор П.Энхтуяа

Улаанбаатар хот

2013 он

ХУРААНГУЙ

Говьсүмбэр аймгийн нийтийн хоолны газрын ажиллагсад болон түүгээр үйлчлүүлэгчдийн зохистой хооллолтын мэдлэг, хандлага, дадал

Сүүлийн жилүүдэд хүн амын амьдралын хэв маяг өөрчлөгдснөөр хүмүүсийн нийтийн хоолны газраар үйлчлүүлэх хандлага нэмэгдсээр байна. Нийслэлийн хүн амын 27.3 хувь нь тодорхой хэмжээгээр нийтийн хоолны газар хооллодог бөгөөд нийтийн хоолны газрын ажиллагсад болон түүгээр үйлчлүүлэгчдийн зохистой хооллолтын мэдлэг, хандлага, дадлыг судлах хэрэгцээ байгааг үндэслэн энэхүү судалгааг хийлээ.

АРГА, АРГАЧЛАЛ: Нийтийн хоолны газрын ажиллагсад болон түүгээр үйлчлүүлэгчдийн эрүүл хооллолтын мэдлэг, хандлага, дадлыг судлах зорилгоор нэг агшингийн загвараар, тоон судалгааны аргаар Говьсүмбэр аймгийн төрийн болон хувийн хэвшилд ажилладаг хүн амыг төлөөлж чадахуйц 346 хүнийг санамсаргүй түүврийн аргаар сонгон авч энэхүү судалгаанд хамруулсан.

ҮР ДҮН: Судалгаанд оролцогчдын 85-95 хувь нь эрүүл зохистой хооллолт, хоол хүнсний илүүдлээс үүсэх өвчин эмгэг, түүнээс урьдчилан сэргийлэх арга, зохистой хооллолтын “Гэр” зөвлөмжийн талаархи мэдлэг хангалтгүй байна. Судалгаанд оролцогчдын талаас илүү хувь (52.6%) нь давслаг бүтээгдэхүүн хэрэглэдэг байна. Судалгаанд оролцогчид өдөр тутамд хоол хийхдээ гол төлөв мах, махан бүтээгдэхүүн, гурил, гурилан бүтээгдэхүүнийг түлхүү хэрэглэдэг бөгөөд эрэгтэйчүүд эмэгтэйчүүдээс мах махан бүтээгдэхүүнийг түлхүү хэрэглэдэг байна ($p=0.1$). Судалгаанд оролцогчдын олонхи (74%) нь бэлэн гоймон иддэг байв. Судалгаанд оролцогчид өдөрт голдуу 2-3 удаа хооллодог бөгөөд гэрээс гадуур нийтийн хоолны газраар 7 хоногт 5 өдөр, ихэнхдээ өдрийн цагаар хооллолдог байна. Судалгаанд оролцогчдын 47.1 хувь нь зохистой хооллолтын талаархи мэдээллийг 1 эх сурвалжаас авч байсан. Тэд мэдээллийн хүртээмжийг дунд зэрэг гэж үнэлсэн. Судалгаанд оролцогчдын бараг тал нь (46.5%) нь эрүүл мэндийн байгууллагын ажиллагсад зохистой хооллолтын талаархи мэдээллийг илүү сайн өгч чадна гэж үзэж байна. Судалгаанд оролцогчдын дийлэнх (51.7%) нь сүүлийн жилд зохистой хооллолтын мэдлэг сайжирсан, өөрийн болон гэр бүлийн хүний эрүүл мэндийн шалтгаанаар хооллолтын дадалдаа эерэг өөрчлөлт хийсэн байв.

ДҮГНЭЛТ: Судалгаанд оролцогч үйлчлүүлэгчдийн дийлэнх (76.3%)-ийн зохистой хооллолтын талаарх мэдлэг хангалтгүй байна. Судалгаанд оролцогч үйлчлүүлэгчдийн тал хувь нь давс ихтэй бүтээгдхүүн хэрэглэдэг, дийлэнх (80-90%) нь өдөр тутмын хоолондоо хүнсний ногоо, жимс жимсгэнийг бага хэрэглэдэг. Гэрээс гадуур нийтийн хоолны газраар хоол сонгон хэрэглэхдээ өөх тос, давс, хоол амтлагч аль болох бага орсон хоолыг сонгож иддэг эерэг дадал ажиглагдлаа. Судалгаанд оролцсон ажиллагсдын дийлэнх (84%)-ийн зохистой хооллолтын талаарх мэдлэг хангалтгүй байна. Эрэгтэйчүүд, түүнчлэн нас залуужих тутам дээрх ойлголтын талаар зөв хариултын хувь буурч байна.

Нийтийн хоолны газрын ажиллагсадын дийлэнх (86%) нь өөрийн хооллолтыг эрүүл бус, өөрийнхөө хоолны газрын хийж буй хоолыг мөн эрүүл бус гэж үнэлж байна.

ТҮЛХҮҮР ҮГС: Нийтийн хоолны газар, зохистой хооллолт, ажиллагсад, үйлчлүүлэгчид, мэдлэг, хандлага, дадал

ABSTRACT

Knowledge, attitude and practice on healthy diet among the personnel and customers of cafeterias in Govi-Sumber aimag

In recent years the lifestyle of the people have been changing featuring more frequent dining out. Report says 27.3% of the urban population from eat in cafeterias and consequently this research implies the evident need to study the knowledge, attitude and practice of the population on healthy diet, particularly of those who work at such cafeterias and those who are served there.

METHOD: This study is for assessment of knowledge, attitude and practice towards healthy nutrition among cafeteria workers and customers. It involved 346 people in total. These people were selected randomly and they reasonably represent both the governmental and non-governmental organizations of Gobi-Sumber aimag.

FINDINGS: Almost 85-95 percent of the participants have insufficient knowledge about healthy diet, diseases caused by overeating, prevention of those diseases and “Ger” suggestion. The majority of the participants (52.6%) use salty products. All participants mainly consume meat and wheat flour products on a daily basis and men are more rather to use meat products than women ($p=0.1$). 74% of the participants eat fast noodles. They have 2-3 meals a day and out of that about 5 times a week, mainly during daytime, people have meals out of home. 47.1% of the participants reported that they get information about healthy diet from one source. They assume that accessibility of such information is at medium level. Also 46.5% of the participants believe that health professionals are rather capable to provide information about healthy diet. Moreover 51.7% of the study participants reported that their knowledge about healthy diet is improved and made positive changes in his/her and the family routine for health concern.

CONCLUSIONS: Most of the participants (76.3%) have insufficient knowledge about healthy diet. Half of the participants use salty products and 80-90% hardly consume fruits and vegetable in their daily intakes. However, as a good habit worth emphasizing, the people tend to concern choosing food with less fat, salt and spice although they eat out of home. 84% of the participating employees revealed insufficient knowledge about healthy diet. Mostly men and younger participants tend to give less correct answers. Interestingly, 86% of the staff who work at the cafeteria and restaurant evaluated both their nutrition and the food they prepare unhealthy.

KEY WORDS: public cafeterias, healthy diet, personnel, customers, knowledge, attitude, practice

ГАРЧИГ

ТОВЧИЛСОН ҮГИЙН ЖАГСААЛТ	4
ЗУРГИЙН ЖАГСААЛТ	5
ХҮСНЭГТИЙН ЖАГСААЛТ	6
БҮЛЭГ 1. УДИРТГАЛ	7
1.1 Судалгааны ажлын үндэслэл	7
1.2 Судалгааны ажлын зорилго, зорилт	9
1.3 Таамаглал	9
1.4 Судалгааны ажлын шинэлэг тал	9
1.5 Судалгааны ажлын практик ач холбогдол	10
1.6 Судалгааны ёс зүйн асуудал	10
1.7 Судалгааны ажлын үр дүнг хэлэлцүүлсэн байдал	10
1.8 Судалгааны ажлын үр дүнг хэвлүүлсэн байдал	10
БҮЛЭГ 2. ХЭВЛЭЛИЙН ТОЙМ	12
2.1 ХБӨ-ний өнөөгийн байдал, эрсдэлт хүчин зүйлс, сэргийлэх арга зам	12
2.2 Нийтийн хоолны газар, түүний ангилал	19
2.3 Мэдлэг, хандлага, дадлын талаарх ойлголт	21
БҮЛЭГ 3. СУДАЛГААНЫ ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН БА АРГА ЗҮЙ	22
3.1 Судалгааны хүрээ	22
3.2 Судалгааны загвар	22
3.3 Судалгааны түүврийн хэмжээ, түүвэрлэлт	22
3.4 Судалгааны ажлын хэрэглэгдэхүүн	24
3.5 Үр дүнгийн боловсруулалт	25
БҮЛЭГ 4. СУДАЛГААНЫ АЖЛЫН ҮР ДҮН	28
4.1 Нийтийн хоолны газрын ажиллагсдын мэдлэг, хандлага, дадал	28
4.2 Үйлчлүүлэгчдийн мэдлэг, хандлага, дадал	40
БҮЛЭГ 5. ХЭЛЦЭМЖ	56
5.1 Эрүүл зохистой хооллолтын мэдлэг, хандлага	56
5.2 Хооллолтын дадал	60
БҮЛЭГ 6. СУДАЛГААНЫ АЖЛЫН ДҮГНЭЛТ	64
ТОВЧ ХУРААНГУЙ	
НОМ ЗҮЙ	
ХАВСРАЛТ	
ТАЛАРХАЛ	

НОМ ЗҮЙ

1. ММССан, ЭМШУИС-Сувилахуйн сургууль. Сувилахуйн үндэс. Улаанбаатар. 2011. х.248-253
2. Балжмаа Б, Цогзолмаа Б. Хоол тэжээлийн хэрэгцээгээ зөв төлөвлөж сонгоё. Улаанбаатар.1998. х.11-28
3. ХХААЯ, НЭМХ. “Нийслэлийн хүн амын зохистой хооллолтын мэдлэг, хандлага дадал” судалгааны тайлан. Улаанбаатар. 2008. х.5-15
4. ДЭМБ, ЭМЯ, НЭМХ. “Халдварт бус өвчний эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтын түвшин тогтоох судалгаа”. Улаанбаатар. 2006. х.11-27
5. WHO. World health report – 2002. Reducing risks, promoting healthy life. 2002. р.1-6
6. ЭМЯ, НЭМХ. Зонхилон хэрэглэгддэг хоолны тэжээллэг чанар. Улаанбаатар. 2008. х.3-4
7. ЭМНХЯ, НҮБ-ын Хүн амын сан, НЭМХ. Хүн амын хоол тэжээлийн байдал. Улаанбаатар. 2000. х.9-17
8. ДЭМБ, ЭМЯ, НЭМХ. “Халдварт бус өвчний эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтын түвшин тогтоох судалгаа”. Улаанбаатар. 2009. х.5-22
9. Оюунбилэг М, Батжаргал Ж. Эрүүл зохистой хооллосноор ХБӨ-өөс сэргийлэх нь. Улаанбаатар. 2011. х.92-309
10. Gross R. Beyond food and nutrition. How can cities be made healthy. Asia Pacific Journal of clinical Nutrition. 2002;11:763.
11. McIntosh G.H. cereal foods, fibers and the prevention of cancers. Australian Journal of Nutrition and Dietetics. 2001;58:34-36.
12. WHO. World Health Report-2007. Reducing risks and promoting healthy life. 2007;3-5.
13. World Health Organization. Cardiovascular disease. /web page/. 2007 Available from: <http://www.who.int/mediacentr/factsheets/fs317/index.html>.
14. WHO. STEPS-Conducting the survey, data entry and reporting resulting- the STEP wise approach to Surveillance of non-communicable diseases.2005;4-15.
15. Nishida C, Uauy R, Kumanyika S et al. The joint WHO/FAO Expert Consultation on diet, nutrition and the prevention of chronic disease: process, product and policy implications. Public Health Nutrition:2004;(1a):245-250.
16. Отгонтуяа Д, Болормаа Н, Энхтуяа П, бусад. ХБӨ, осол гэмтлийн шалтгаан эрсдэлт хүчин зүйлийн судалгаа. Улаанбаатар. 2009. х.4-28
17. Говьсүмбэр аймгийн статистикийн тайлан. Говьсүмбэр аймаг. 2007.

18. Говьсүмбэр аймгийн статистикийн тайлан. Говьсүмбэр аймаг. 2008.
19. Говьсүмбэр аймгийн статистикийн тайлан. Говьсүмбэр аймаг. 2009.
20. Говьсүмбэр аймгийн статистикийн тайлан. Говьсүмбэр аймаг. 2010.
21. Говьсүмбэр аймгийн статистикийн тайлан. Говьсүмбэр аймаг. 2011.
22. <http://www.iaso.org/iotf/obesity/obesitytheglobalepidemic/> Web site of the international Association for the study obesity
23. Мягмарцэрэн Д. Чихрийн шижин өвчний эрсдэлт хүчин зүйлийн тархалтын судалгаа. АУ-ны докторын зэрэг горилсон нэг сэдэвт бүтээл. Улаанбаатар. 2009. х.1-3
24. ДЭМБ, ЭМЯ, НЭМХ. Халдварт бус өвчин ба амьдралын эрүүл хэв маяг сургалтын гарын авлага. Улаанбаатар. 2006. х.3-24
25. ЭМЯ. Халдварт бус өвчнөөс сэргийлэх, хянах үндэсний хөтөлбөр. Монгол улс. 2005. х.1-19
26. НЭМХ. Зохистой хооллолт, идэвхитэй хөдөлгөөнөөр эрүүл мэндээ дэмжицгээе. 2007. х.1-13
27. ЭМЯ, НЭМХ. Халдварт бус өвчний эрсдэлт хүчин зүйлүүдийн тархалтын байдал, хэрэгжүүлэх арга хэмжээний зөвлөмж. Улаанбаатар. 2007. х.3-19
28. Алтайсайхан Х. Эржен Д. "Таргалалт ба 2-р хэлбэрийн чихрийн шижин өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх хоол тэжээл". 1999. х.22-27
29. ЭМЯ, ММССан. ХБӨ-ий талаарх хүн амын мэдлэг, хандлага, дадал, судалгааны тайлан. Улаанбаатар. 2010. х.40-117
30. Эрүүл мэндийн сайдын Зөв хооллолтын зөвлөмж батлах тухай 2010 оны 247 дугаар тушаал, http://www.moh.mn_сайдын тушаал архив_/2010 он/
31. ДЭМБ, ЭМЯ. Нийгмийн эрүүл мэндийн төлөв байдал 2000-2010. Улаанбаатар. 2011. Х-61
32. Saris WH, et al (2002). Randomized controlled trial of changes in dietary carbohydrate/fat ratio and simple vs complex carbohydrates on body weight and blood lipids: the Garmen study. The Carbohydrate Ratio Management in European National diets. International Journal of obesity and Related Metabolic disorders. (24).p 1310-8
33. ЭМЯ. Амны хөндийн эрүүл мэнд үндэсний хөтөлбөрийн 2009 оны хэрэгжилтийн тайлан. Улаанбаатар. 2010. х.5-14
34. http://www.inspection.gov.mn_мэдээ, мэдээлэл_/нийтийн хоолны газрын ангилал, зэрэглэл/

35. Стандарчлал, Хэмжилзүйн Үндэсний зөвлөл. Монгол Улсын Стандарт. Хэрэглэгчдэд зориулсан үйлчилгээ, хоолны газрын ангилал, зэрэглэл, ерөнхий шаардлага. MNS 4946:2005
36. ДЭМБ, ЭМЯ, ММСС, НЭМХ. Ерөнхий боловсролын сургуулийн сурагчдын эрүүл мэндийн зан үйлийг тодорхойлох, Дэлхий дахины сургуульд суурилсан эрүүл мэндийн судалгаа. Улаанбаатар. 2010. х.12-17
37. НЭМХ. Ундны ус, хоол тэжээл, хүнсний аюулгүй байдлын судалгаа. Улаанбаатар. 2009. х.46-48
38. НЭМХ. Монголын нээлттэй нийгэм хүрээлэн, Эмчилгээний хоолны жор технологи. Улаанбаатар. 2000. х.3-6
39. Гэрэлмаа Б. “Идэхийн тулд амьдрах уу? Амьдрахын тулд идэх үү?”. Улаанбаатар. 2002. х.8-15
40. Нарантуяа Л. Эржен Д, бусад. “Стандарт (зохистой) хоол”. Улаанбаатар. 2005. х.3-10
41. НЭМХ, Япон улсын Кагава хоол тэжээлийн их сургууль. Хоол тэжээл ба Эрүүл мэнд. Улаанбаатар. 2002. х.1-27
42. ДЭМБ, ЭМЯ, ЗГХА-ЭМГ, ММССан. Ажлын байранд эрүүл мэндийг дэмжих арга хэрэгслийн багц. Улаанбаатар. 2011. х.47
43. Mejean C, Macouillard P, Peneau S, Hercberg S, Castetbon K. Perception of front-of-pack labels according to social characteristics, nutritional knowledge and food purchasing habits. France. CRNH IdF, SMBH Université. 2012. <http://www.pubmed.com/full text article/>
44. Boddy LM, Knowles ZR, Davies IG, Warburton GL, Mackintosh KA, Houghton L, Fairclough SJ. Using formative research to develop the healthy eating component of the CHANGE! school-based curriculum intervention. UK. The Research Institute for Sport and Exercise Sciences. 2012. <http://www.pubmed.com/full text article/>
45. Wright K, Norris K, Newman Giger J, Suro Z. Improving healthy dietary behaviors, nutrition knowledge, and self-efficacy among underserved school children with parent and community involvement. USA. Research Foundation – Flanders. 2012. <http://www.pubmed.com/full text article/>
46. Гантөмөр Р, Наранчимэг Ж, Бүжин Ц. Хөдөөгийн хүн амын мэдээллийн хүртээмжийн талаар хийсэн судалгаа. Улаанбаатар. 2010. х.6-16

47. Нандин-Эрдэнэ О, Алтанзул О, Батзориг Б, Даваалхам Д. Хөдөө орон нутгийн малчдын халдварт бус өвчний мэдээллийн эх сурвалж, эрэлт хэрэгцээг тодорхойлох нь. Улаанбаатар. 2011. х.7-9
48. Оюунбилэг М. Монгол хүний зохистой хооллох үзэл баримтлал. Улаанбаатар. 1997. х.6-18
49. Оюунбилэг М. Зохистой хооллохын учир. Улаанбаатар. 2003. х.1-5
50. НЭМХ. Хүн амын хоол тэжээлийн зохистой хэрэглээ. Улаанбаатар. 1999. х.3-16
51. НЭМХ, ХСТ. Хүн амын хоол тэжээлийн байдал. Улаанбаатар. 2000. х.5-11
52. Энхтунгалаг Б, Гэрэлжаргал Б. Өрхийн хүнсний хэрэглээг судалсан дүн, эрүүл ахуйн үнэлгээ. Улаанбаатар. 1999. х.6-9
53. НЭМХ, ХСТ. 5 хүртлэх насны хүүхэд, жирэмсэн, хөхүүл эхчүүдийн дунд бичил тэжээлийн мэдлэг, хандлага, дадалд үнэлгээ өгөх судалгааны тайлан. Улаанбаатар. 1999. х.8-14
54. Болормаа Н, Гэрэлжаргал Б, Энхзаяа С, Өнөржаргал С, Хишигбуян С. Монголчуудын давсны хэрэглээ. Улаанбаатар. 2011. х.3-6
55. НЭМХ. Хүн амын хоол тэжээлийн шалгуур үзүүлэлт. Улаанбаатар. 2002. х.416-427
56. НЭМХ. Уламжлалт хоол, хүнсний бүтээгдэхүүний хүн амын эрүүл мэндэд үзүүлэх нөлөөллийн үнэлгээ. Улаанбаатар. 2005. х.10-15
57. Оюунчимэг Я, Хулан Т, Даваасүрэн Д, Гэрэл Б. “Таргалалт ба чихрийн шижин хоол тэжээл эрүүл мэнд”. Улаанбаатар. 2002. х.18
58. ММССан, ЭМШУИС. Ерөнхий боловсролын сургуулийн багш нарын ХБӨ-ний талаарх мэдлэг, дадал, хандлагыг тодорхойлох судалгаа. Улаанбаатар. 2011. х.11-23
59. Dabbaghian V, Mago VK, Wu T, Fritz C, Alimadad A. “Social interactions of eating behaviour among High School students: a cellular automata approach”, USA. University–community partnerships through coordinated school health programs report. 2012. <http://www.pubmed.com/full text article/>
60. НЭМХ. Д амин дэм дутлын байдал. Улаанбаатар. 2001. х.10-11