

## Пищевое довольство рабочихъ въ нѣкоторыхъ учрежденіяхъ г. Москвы<sup>1)</sup>.

Для поддержанія жизнѣтельности организма и сохраненія его способности сопротивляться заболѣваніямъ разнаго рода, необходимо постоянное потребленіе питательныхъ веществъ въ установленныхъ общественной гигиеной нормахъ. Принимая во вниманіе 8-часовую работу средняго человѣка, въсомъ въ 70 кило (болѣе 4 пуд.), нормальное его потребленіе должно составлять не менѣе 118 грм. бѣлка, 56 грм. жира и 500 грм. углеводовъ въ день, т. е. должно составлять не менѣе одного фунта (покупного съ костями) мяса, 16 золотниковъ масла или сала и 2,5—3 фунта чернаго хлѣба. Если пищи въ теченіе нѣ котораго времени принимается менѣе указанной нормы, то организмъ начинаетъ жить на свой собственный счетъ, быстро изнашивается, легче подвергается заболѣваніямъ, особенно остро-заразнымъ, и, наконецъ, умираетъ. «Горе тому народу,—говоритъ Фойтъ,—который не проникся сознаніемъ важности этого вопроса; онъ ишетъ роковымъ образомъ навстрѣчу нищетѣ и бѣдствіямъ всякаго рода».

Какъ-же питается наше трудовое населеніе?

Для примѣра приведу свѣдѣнія, собранныя мною въ текущемъ году при обследованіи по поводу заболѣваній сыпнымъ тифомъ. Семья литейщика металлическаго завода Г. проживаетъ въ Новой деревнѣ; она состоитъ изъ 4 человѣкъ, въ томъ числѣ изъ 2 дѣтей. Глава семьи получаетъ сдѣльно отъ 20 до 22 руб., да жена на шитьѣ мѣшковъ выручаетъ 4—4 р. 50 коп., а всего имѣють 26 рублей. За квартиру платятъ 12 рублей. Питаются однообразно; такъ, для шей пустыхъ, съ приправой изъ

<sup>1)</sup> Извлеченіе изъ доклада, прочитаннаго 18 апрѣля 1911 г. на Съѣздѣ фабричныхъ врачей. По поводу доклада на Съѣздѣ принята резолюція: «Съѣздъ находитъ необходимымъ рекомендовать земскимъ и городскимъ управленіямъ широкую организацію правильнаго питанія рабочихъ, занятыхъ въ общественныхъ предпріятіяхъ, и организацію помощи населенію въ вопросѣ о продовольствіи, регулированіи цѣнъ на продукты потребленія и пр.»

изъ постнаго масла, покупается ежедневно на 6 коп. 2 фун. кислой капусты, для каши—гречневой крупы 2 фунта на 15 коп.,  $\frac{1}{4}$  фунта постнаго масла, а иногда сала на 4 коп., и чернаго хлѣба 10 ф. на 25 коп. Всего тратятъ до 50 коп. въ день, но нужно сказать, что кашу ѣдятъ не каждый день, а всего лишь раза 2—3 въ недѣлю. Мясо ѣдятъ такъ рѣдко, что и вспомнить не могутъ,—только въ самые большіе праздники. Въ столѣ имѣется, такимъ образомъ, на одного человѣка, приблизительно, 36—40 грм. растительнаго бѣлка, 15 грм. растительнаго жира и 426 грм. углевода. Два-три раза въ день пьютъ чай, при чемъ потребляютъ по 2 куска пиленнаго сахара въ день на человѣка. Въ мясоѣдъ, раза три въ недѣлю, ѣдятъ жареный картофель (покупается на день 2 фунта) съ саломъ.

Вторая обследованная семья портнаго состоитъ изъ 3 человѣкъ и имѣетъ до 20 руб. заработка въ мѣсяцъ. Живетъ въ каморкѣ за 4 рубля. Питается такъ же, какъ и только-что описанная семья.

Третья семья состоитъ изъ 3 человѣкъ, при чемъ отецъ зарабатываетъ 12 рублей въ мѣсяцъ (прислуживаетъ у разныхъ домовладѣльцевъ), а дѣвочка съ матерью завертываютъ конфеты и получаютъ по 4 руб. Ежедневно покупается: одинъ фунтъ кислой капусты, четверть фунта снятковъ, луку на копейку, 3 ф. хлѣба,  $\frac{1}{4}$  ф. постнаго масла, иногда картофеля  $1\frac{1}{2}$ —2 ф. Всего тратятъ 20—23 коп. на ѣду. Изрѣдка пьютъ чай съ однимъ кускомъ пиленнаго сахара на человѣка.

Свѣдѣнія объ остальныхъ обследованныхъ семьяхъ такъ же однообразны, какъ и приведенныя.

Думаю, для задачъ настоящаго очерка достаточно и этихъ краткихъ данныхъ, чтобы представить себѣ неблагоприятную картину питанія разнообразныхъ трудовыхъ группъ населенія Москвы. Если при этомъ еще примемъ во вниманіе разницу усвояемости растительной и животной пищи, именно то обстоятельство, что бѣлокъ въ животной пищѣ (мясѣ и др.) усваивается лишь въ количествѣ 97%, а въ растительной—отъ 85 до 60%, то, по необходимости, мы должны будемъ признать, что питаніе трудового населенія крайне скудно.

Скудное питаніе трудовыхъ группъ населенія, сопутствующее общей бѣдной жизненной обстановкѣ, не можетъ не отражаться на ихъ физическомъ развитіи. Такъ, извѣстно, что эти группы даютъ, особенно въ промышленныхъ районахъ, наибольшій процентъ негодныхъ къ военной службѣ. Въ Клинскомъ, напримѣръ, уѣздѣ Московской губ. въ 1901 году около 24% фабричныхъ рабочихъ не было принято на службу—по слабости. Они отстаютъ и въ ростѣ: у всѣхъ клинскихъ фабричныхъ ра-

бочихъ 21-лѣтняго возраста—ростъ равнялся 164,38 сант., въ то время, какъ у остального населенія онъ былъ выраженъ въ 165,18 сант. Отстаютъ они и въ развитіи объема груди: обыкновенно у здороваго объемъ груди превышаетъ на 5 сантиметр. половину роста, а у фабричныхъ Московской губ. онъ оказывается даже меньше этой половины. Вообще, замѣчено, что уроженцы губерній съ наибольшимъ развитіемъ фабрично-заводской промышленности наиболѣе отстаютъ въ развитіи объема груди, по отношенію къ половинѣ роста. Это, въ свою очередь, показываетъ, съ какимъ недостаточнымъ запасомъ жизне-динамическихъ силъ является на свѣтъ молодое поколѣніе трудового люда.

Организмъ, ослабленный скуднымъ питаніемъ, при тяжелой жизненной обстановкѣ, не можетъ противостоятъ заболѣваніямъ всякаго рода. Особенно рѣзко это сказывается въ заболѣваемости остро-заразными болѣзнями, какъ это постоянно наблюдается въ нашихъ столицахъ и нѣкоторыхъ изъ большихъ городовъ, гдѣ, какъ извѣстно, скопляются огромныя массы разныхъ трудовыхъ группъ. Среди этихъ, именно, ослабленныхъ въ жизненной борьбѣ слоевъ населенія, главнымъ образомъ, и развиваются эпидемическія заболѣванія, на борьбу съ коими города тратятъ огромное количество силъ и матеріальныхъ средствъ. Достаточно указать на эпидемическія заболѣванія тифомъ, скарлатиной и дифтеритомъ, чтобы представить себѣ мрачную картину опаснаго положенія, въ которомъ находится городское населеніе. Такъ, по даннымъ Санитарной Комиссіи въ Одессѣ, на примѣръ, въ 1906 г. заболѣваній сыпнымъ тифомъ было—90, брюшнымъ—766, возвратнымъ—545, скарлатиной—1.714, дифтеритомъ—1.245. Въ Петербургѣ въ 1908 году заболѣваній сыпнымъ тифомъ было 227, брюшнымъ—6.385, возвратнымъ—4.634, скарлатиной—2.675 и дифтеритомъ—4.120. Въ Баку въ 1909 году заболѣваній сыпнымъ тифомъ зарегистрировано 104, брюшнымъ—480, возвратнымъ—544, скарлатиной—240, дифтеритомъ—356. По городу Москвѣ заболѣваній сыпнымъ тифомъ въ 1909 году было 1.125, а въ 1910 году—2.006 (нужно при этомъ замѣтить, что вспышка эпидеміи сыпного тифа, начавшаяся въ 1909 г., обуславливается, главнымъ образомъ, очень значительнымъ притокомъ въ столицу изъ окружающихъ губерній,—даже очень отдаленныхъ,—ищущихъ заработка,—безработныхъ—во многихъ случаяхъ прибывшихъ уже заболѣвшими), брюшнымъ 930 въ 1909 г. и 1.072 въ 1910 году, возвратнымъ 3.122 и 2.058, скарлатиной 7.628 и 6.986, дифтеритомъ—6.351 и 8.456 въ 1910 году. Въ 1909 году было 80 заболѣваній азіатской холерой и 200 въ 1910 году.

Въ ряду мѣропріятій, направленныхъ на борьбу съ этими

страшными бичами трудового населенія, на первомъ планѣ должна стоять организація правильнаго питанія. «Если-бы къ правильному питанію человѣка,—говоритъ Эрисманъ,—прилагалась хотя-бы часть тѣхъ заботъ, которыми мы окружаемъ нашихъ домашнихъ животныхъ, то общественное здоровье отъ этого выиграло-бы, несомнѣнно, гораздо больше, нежели отъ всей той, нерѣдко бесплодной, суеты, которая всегда поднимается въ нашемъ обществѣ при появленіи какой-нибудь заразной болѣзни».

Сказанное выше даетъ намъ основаніе привести ниже свѣдѣнія о первомъ опытѣ Московскаго Городскаго Управленія, направленномъ къ тому, чтобы предохранить рабочихъ Покровскаго канализаціоннаго парка отъ заболѣванія эпидемическими остро-заразными болѣзнями, коими ранѣе рабочіе очень часто болѣли. По моему предложенію, Управа установила, за счетъ города, продовольствіе рабочихъ по нормѣ, приведенной выше, т. е. каждый рабочій ежедневно получаетъ не менѣе 118 грм. бѣлка, 56 грм. жира и 500 грм. углеводовъ. Подъ моимъ руководствомъ было выработано меню мясного и постнаго стола на недѣлю. Рабочіе завтракаютъ, обѣдаютъ и ужинаютъ. На завтракъ полагается пшеничная жидкая, съ саломъ или постнымъ масломъ, каша, или-же такая же каша изъ гречневой крупы, или каша, оставшаяся отъ предыдущаго дня. Обѣдъ и ужинъ на 1-й день недѣли состоитъ изъ щей изъ кислой капусты, съ мясомъ въ скоромные дни, съ селедкой или снятками въ постные дни; гречневой или постной каши съ саломъ въ скоромные дни или постнымъ масломъ въ постные дни, черный хлѣбъ и квасъ. 2-й день—супъ картофельный и тѣ же ингредиенты, какъ и въ первый день. 3-й день—борщъ или лапша (вермишель) или въ постъ и постные дни гороховый супъ (разваренный съ масломъ и лукомъ горохъ) и тѣ же ингредиенты, какъ и въ первый день. Въ слѣдующіе дни недѣли столъ ведется такъ-же, какъ и въ первые три дня. При такомъ меню выдается на человѣка въ скоромные дни 1 фунтъ мяса (съ костями), гречневой крупы 26 золотниковъ, подправочной пшеничной I сорта муки—2,5 золотника, соли—8 золотниковъ, сала или постнаго масла не менѣе 15,5—16 золотниковъ, луку—2,5 золотника, перцу—6 долей, моркови—3 штуки, кислой капусты—34 золотника, кореньевъ—0,24 доли, листу лавроваго—4,8 золотника, пшеница на завтракъ по 7—9—10 золотниковъ на человѣка, чернаго хлѣба—3 фунта. Въ постные дни селедокъ по 15 золотниковъ или снятковъ по 16 золотниковъ, гороху—38 золотниковъ, картофеля выдается по 1 фунту 6 золотниковъ. За правильностью выдачи харчевыхъ порцій слѣдятъ сами рабочіе черезъ своихъ избранныхъ старостъ. По такому-же расчету выдается свекла на борщъ и вермишель для лапши. Кромѣ того, въ двенадцатые дни (первый

день Рождества, 2 дня масленицы, 2 дня Пасхи) установленъ, такъ называемый, улучшенный столъ. Къ скоромному столу при этомъ выдается свинины по  $\frac{3}{4}$  фунта на человѣка или телятины для жаренаго и картофеля по 1 фунту 6 золотниковъ, и на 100 человѣкъ выдается 13 штукъ яицъ. Въ постные дни выдается, при этомъ, для щей осетрина средняго засола или бѣлужина по 1 фунту 8 золотниковъ и для жаренаго картофеля, и прибавляется къ вышеуказанному расчету постнаго масла, приблизительно, золотника по 3—4 на человѣка.

Такимъ образомъ, мы видимъ, что въ нѣкоторые дни, при улучшенномъ столѣ, къ которому при утреннемъ чаѣ выдается еще по 5-копѣчной булкѣ или 1 фунту развѣснаго бѣлаго хлѣба,—работіе по вывозу канализационныхъ отбросовъ получаютъ даже болѣе, на примѣръ, бѣлковъ—до 130 грм. въ день на человѣка,—и соотвѣтственно этому прибавляется также и количество жира и углеводовъ. Кромѣ того, дается  $\frac{1}{4}$  фунта чая и по 2 фунта сахара на человѣка въ мѣсяцъ. Посты соблюдаются только Успенскій и Великій постъ. При такомъ продовольствіи, принимая во вниманіе содержаніе кубовщика и кашевара (мѣсячное жалованье), каждый рабочій стоитъ городу въ мѣсяцъ, по расчетамъ 1910 года, въ среднемъ, считая въ томъ числѣ и улучшенный столъ, чай и сахаръ,—7 руб. 61 коп. въ мясоѣдъ, а въ Великій, на примѣръ, постъ стоилъ 5 руб. 50 коп., въ Успенскій—6 руб. 50 коп. Такъ питаются ежедневно не менѣе 200—210 человѣкъ городскихъ рабочихъ.

Организованное такимъ образомъ правильное питаніе рабочихъ по вывозу отбросовъ изъ канализованныхъ владѣній гор. Москвы, соотвѣтственно съ другими санитарными мѣрами, относящимися къ бытовой обстановкѣ, на примѣръ, чистотѣ тѣла и помѣщеній (баня на городской счетъ), но главное и самое существенное—правильное питаніе—отразилось самымъ благопріятнымъ образомъ на здоровьѣ трудящихся указанной выше группы рабочихъ города Москвы.

Надо сказать, что городской канализационный паркъ существуетъ съ 1901 года и въ первые три года своего существованія, при одинаковомъ, почти, какъ и теперь, количествѣ рабочихъ, давалъ цѣлыя вспышки эпидемическихъ заболѣваній, главнымъ образомъ, возвратнымъ тифомъ: такъ, въ 1902 году, на примѣръ, было 60—70 заболѣваній осенью; были нерѣдко заболѣванія сыпнымъ тифомъ и даже наблюдались заболѣванія скарлатиной среди рабочихъ. Относительно болѣзней питанія наблюдались: малокровіе, куриная слѣпота, общая слабость; въ значительномъ количествѣ наблюдались заболѣванія желудочно-кишечнымъ разстройствомъ (катарръ желудка и поносы), лѣ-

бенно часты въ 1903 году. Мѣстный санитарный врачъ, изслѣдуя причины наблюдавшихся заболѣваній остро-заразными болѣзнями, указалъ Городскому Управленію, что причины коренятся, прежде всего, въ неудовлетворительно-организованномъ питаніи рабочихъ, находящихся на городскихъ харчахъ, и, соотвѣтственно съ этимъ, въ неудовлетворительномъ положеніи и другихъ сторонъ санитарнаго устройства. И вотъ, когда съ декабря 1904 года Московское Городское Управленіе организовало, какъ указано выше, правильное питаніе рабочихъ, эпидемическія заболѣванія, даже во время эпидемій въ Москвѣ сыпного и возвратнаго тифовъ, а также азіатской холеры, не появлялись уже среди населенія Покровекаго канализаціоннаго парка,—вплоть до настоящаго момента; да и заболѣваемость неэпидемическая наблюдается самая небольшая: 400 рабочихъ канализаціоннаго парка, подлежащихъ медицинскому наблюденію, обращались къ врачебной помощи въ 1909 г. 666 разъ; изъ этого числа было 60 случаевъ заболѣванія дыхательныхъ органовъ (bronchitis, tussis), которые больше всего наблюдались въ январѣ и февралѣ. Затѣмъ, идутъ 53 ревматическія заболѣванія съ жалобами на ломоту, давшія въ тѣ же мѣсяцы и поздней осенью самое большое количество заболѣваній. Это, такъ сказать, по условіямъ работы (возчики) профессиональныя заболѣванія. Далѣе, идутъ заболѣванія неопредѣленныя, какъ, на примѣръ, жалобы на головную боль (cefalalgia), зубную, насморкъ и проч. Въ 1910 году, при общей обращаемости въ 834, въ то же время года наблюдались заболѣванія: дыхательныхъ органовъ 77, ревматическія и ломота 54, легкія пораженія 80. Освобождено отъ работъ въ 1909 году—92, въ 1910 году—89. Изъ числа освобожденныхъ на время отъ работъ въ больницу отправлено было въ 1909 году—19, а въ 1910 году—89 съ такими болѣзнями, какъ плевритъ, крупозное воспаленіе легкихъ, lumbago, abscessus phlegmonosa (глубокій нарывъ), urethritis и др.

Для подкрѣпленія положеній настоящей замѣтки полезно привести наблюденія надъ ночлежниками, ночующими въ Городскомъ ночлежномъ домѣ въ количествѣ 1.346 человекъ. Здѣсь для этого бѣднѣйшаго населенія городомъ организовано дешевое продовольствіе (дешевая столовая функционируетъ болѣе 10 лѣтъ), состоящее изъ обѣда, получаемаго ночлежниками при впускѣ, и чая съ чернымъ хлѣбомъ, который желающимъ выдается при выпускѣ утромъ. На обѣдъ за 5 коп. ночлежники получаютъ супъ картофельный или щи съ мясомъ въ скромные дни и съ снятками въ постные, съ фунгомъ чернаго хлѣба, и гречневой каши съ саломъ или постнымъ масломъ. При этомъ выдается на 100 человекъ мяса 3-го сорта 24 фунта или на человека 23,04 золотника, что равняется

96,16 грм., снятковъ 3 фунта или 2,8 золотн., что составитъ 5,6 грм., капусты 50 фун. или  $\frac{1}{2}$  фун., что составляетъ 192 грм., картофеля 2 пуда или 2 фун., или 768 грм., гречневой крупы 50 ф. или  $\frac{1}{2}$  фун., что составляетъ 192 грм., масла постнаго 8 ф. съ подправой или 7,68 зол., или 29 грм., сала 4 фун. или 3,8 зол., равно 15 грм., ржаного хлѣба 1 фун. или 384 грм. Порція такого обѣда почти соотвѣтствуетъ 60 грм. бѣлковъ, 41 грм. жировъ и 230,5 грм. углеводовъ. Такихъ порцій выдается не менѣе 500—700 ежедневно. Въ праздники выдается бесплатно 200 обѣдовъ, а нерѣдко выдается и 1.000 обѣдовъ на деньги частныхъ жертвователей. Кромѣ того, ночлежники могутъ купить, начиная отъ 1 коп., варенаго картофеля и другихъ продуктовъ и хлѣба, соль получаютъ бесплатно; за 2 коп. утромъ ночлежники получаютъ чай и 2 золотн. сахара, съ  $\frac{1}{2}$  фун. чернаго хлѣба. Такихъ порцій выдается ежедневно отъ 700 до 900. Кипятокъ всякій ночлежникъ получаетъ бесплатно.

И вотъ, такой организаціей продовольствія этого «lumpen» пролетаріата, въ извѣстной степени, можно объяснить сравнительно малую заболѣваемость обитателей городского ночлежнаго дома эпидемическими болѣзнями. Такъ, когда въ прошедшемъ 1910 году, давшемъ во время эпидеміи по всей Москвѣ 2.006 заболѣваній сыпнымъ тифомъ,—изъ нихъ 309, наблюдавшихся среди обитателей Хитрова рынка,—среди ночующихъ же въ Городскомъ ночлежномъ домѣ было всего 42, при 71 заболѣваніи по всему 3 участку Рогожской части, гдѣ и находится Городской ночлежный домъ. Заболѣваній возвратнымъ тифомъ по всей Москвѣ было зарегистрировано 2.058; изъ этого количества на Хитровомъ рынкѣ—504, а въ Городскомъ ночлежномъ домѣ—109, при этомъ нужно замѣтить, что въ счетъ этого количества вошли всѣ показавшіе только лишь на Городской ночлежный домъ, тогда какъ по книгѣ пріемнаго покоя значится лишь 5. Изъ приведеннаго также нельзя не видѣть вліянія дешеваго продовольствія на уменьшеніе заболѣваемости тифомъ этихъ ночлежниковъ. Наконецъ, въ прошедшемъ году холера—болѣе 200 случаевъ—въ Москвѣ наблюдалась, главнымъ образомъ, также среди ночлежнаго населенія Хитрова рынка и другихъ ночлежныхъ домовъ, а среди населенія Городского ночлежнаго дома наблюдалось всего лишь 11 случаевъ.

Организація Московскимъ Городскимъ Общественнымъ Управленіемъ дешеваго продовольствія ночлежниковъ въ дешевой столовой Городского ночлежнаго дома очень замѣтно вліяетъ на уменьшеніе заболѣваемости между ними, особенно сыпнымъ и возвратнымъ тифами, а также холерой. А примѣръ устройства Московскимъ Городскимъ Общественнымъ Управленіемъ правиль-

наго питанія рабочихъ по вывозу отбросовъ изъ канализованныхъ владѣній г. Москвы—въ Покровскомъ паркѣ—уже весьма рельефно рисуетъ и то положеніе, что правильное пищевое довольствіе трудового населенія является основой всѣхъ мѣропріятій въ борьбѣ съ заболѣваемостью населенія, особенно остро-заразными эпидемическими заболѣваніями. Здѣсь за 7 съ лишкомъ лѣтъ, какъ мы указали выше, остро-заразныхъ, эпидемическихъ заболѣваній не было вовсе.

**В. Ставровскій.**