

UDK 37

ISSN 2545 – 4439 (printed)

ISSN 1857 - 923X (e-version)

INTERNATIONAL JOURNAL

Institute of Knowledge Management

KNOWLEDGE



Scientific Papers

Vol. 17.3

Medicine and Natural sciences



KIJ

Vol. 17

No.3

pp. 1107 - 1508

Skopje 2017

Global Impact & Quality Factor 1.322 (2016) <http://globalimpactfactor.com/knowledge-international-journal/>

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

KNOWLEDGE



***INTERNATIONAL JOURNAL
SCIENTIFIC PAPERS
VOL 17.3***

25-28.5.2017

Budva, MONTENEGRO

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

INSTITUTE OF KNOWLEDGE MANAGEMENT

SKOPJE, MACEDONIA



KNOWLEDGE

International Journal Scientific papers Vol. 17.3

EDITORIAL BOARD

Vlado Kambovski PhD, Robert Dimitrovski PhD, Siniša Zarić PhD, Maria Kavdanska PhD, Venelin Terziev PhD, Mirjana Borota – Popovska PhD, Cezar Birzea PhD, Ljubomir Kekenovski PhD, Aleksandar Nikolovski PhD, Ivo Zupanovic, PhD, Savo Ashtalkoski PhD, Svetlana Trajković PhD, Zivota Radosavljević PhD, Laste Spasovski PhD, Mersad Mujevic PhD, Margarita Koleva PhD, Nonka Mateva PhD, Rositsa Chobanova PhD, Predrag Trajković PhD, Dzulijana Tomovska PhD, Nedzat Koraljić PhD, Nebojsa Pavlović PhD, Nikolina Ognenska PhD, Lisen Bashkurti PhD, Trajce Dojcinovski PhD, Jana Merdzanova PhD, Zoran Srzentić PhD, Nikolai Sashkov Cankov PhD, Marija Kostic PhD

Print: GRAFOPROM – Bitola

Editor: IKM – Skopje

For editor

Robert Dimitrovski, PhD

KNOWLEDGE

International Journal Scientific Papers Vol. 17.3

ISSN 1857-923X for e- version

ISSN 2545-4439 for printed version

SCIENTIFIC COMMITTEE

President: Academic, Prof. Vlado Kambovski PhD

Vice president: Prof. Robert Dimitrovski PhD, Vice – Rector, Dean, Faculty of Management, MIT University, Skopje (Macedonia)

Members:

- Prof. Aleksandar Nikolovski PhD, FON University, Skopje (Macedonia)
- Prof. Aleksandar Korablev PhD, Dean, Faculty for economy and management, Saint Petersburg State Forest Technical University, Saint Petersburg (Russian Federation)
- Prof. Azra Adjajlic – Dedovic PhD, Faculty of criminology and security, Sarajevo (Bosnia & Herzegovina)
- Prof. Antoanela Hristova PhD, European Polytechnic University, Pernik (Bulgaria)
- Prof. Anita Trajkovska PhD, Rochester University (USA)
- Prof. Anka Trajkovska-Petkoska PhD, UKLO, Faculty of technology and technical sciences, Bitola (Macedonia)
- Prof. Alisabri Sabani PhD, Faculty of criminology and security, Sarajevo (Bosnia & Herzegovina)
- Prof. Ahmad Zakeri PhD, University of Wolver Hampton, (United Kingdom)
- Prof. Ana Dzumalieva PhD, South-West University “Neofit Rilski”, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Branko Sotirov PhD, University of Rousse, Rousse (Bulgaria)
- Prof. Branko Boshkovic, PhD, College of Sports and Health, Belgrade (Serbia)
- Prof. Branimir Kampl PhD, Institute SANO, Zagreb (Croatia)
- Prof. Baki Koleci PhD, University Hadzi Zeka, Peja (Kosovo)
- Prof. Branislav Simonovic PhD, Faculty of Law, Kragujevac (Serbia)
- Prof. Bistra Angelovska, Faculty of Medicine, University “Goce Delcev”, Shtip (Macedonia)
- Prof. Cezar Birzea, PhD, National School for Political and Administrative Studies, Bucharest (Romania)
- Prof. Cvetko Andreevski, Dean, Faculty of Tourism, UKLO, Bitola (Macedonia)
- Prof. Drago Cvijanovic, PhD, Faculty of Hotel Management and Tourism, University of Kragujevac, Vrnjacka Banja (Serbia)
- Prof. Dusan Ristic, PhD Emeritus, College of professional studies in Management and Business Communication, Novi Sad (Serbia)
- Prof. Dimitar Radev, PhD, Rector, University of Telecommunications and Post, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Daniela Todorova PhD, Rector of “Todor Kableskov” University of Transport, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Dragan Kokovic PhD, University of Novi Sad, Novi Sad (Serbia)
- Prof. Dragan Marinkovic PhD, High health – sanitary school for professional studies, Belgrade (Serbia)
- Prof. Daniela Ivanova Popova PhD, Faculty of Public Health and Sport, SWU Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Dzulijana Tomovska, PhD, Dean, Faculty of Biotechnical sciences, Bitola (Macedonia)
- Prof. Evgenia Penkova-Pantaleeva PhD, UNWE -Sofia (Bulgaria)
- Prof. Erzika Antic PhD, High medicine school for professional studies “Hipokrat”,

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

- Bujanovac (Serbia)
- Prof. Georgi Georgiev PhD, National Military University “Vasil Levski”, Veliko Trnovo (Bulgaria)
- Prof. Helmut Shramke PhD, former Head of the University of Vienna Reform Group (Austria)
- Prof. Hristina Georgieva Yancheva, PhD, Rector, Agricultural University, Plovdiv (Bulgaria)
- Prof. Hristo Beloev PhD, Bulgarian Academy of Science, Rector of the University of Rousse (Bulgaria)
- Prof. Izet Zeqiri, PhD, Academic, SEEU, Tetovo (Macedonia)
- Prof. Ivan Marchevski, PhD, Rector, D.A. Tsenov Academy of Economics, Svishtov (Bulgaria)
- Doc. Igor Stubelj, PhD, PhD, Faculty of Management, Primorska University, Koper (Slovenia)
- Prof. Ivan Petkov PhD, Rector, European Polytechnic University, Pernik (Bulgaria)
- Prof. Isa Spahiu PhD, AAB University, Prishtina (Kosovo)
- Prof. Ivana Jelik PhD, University of Podgorica, Faculty of Law, Podgorica (Montenegro)
- Prof. Islam Hasani PhD, Kingston University (Bahrein)
- Prof. Jova Ateljevic PhD, Faculty of Economy, University of Banja Luka, (Bosnia & Herzegovina)
- Prof. Jove Kekenovski PhD, Faculty of Tourism, UKLO , Bitola (Macedonia)
- Prof. Jonko Kunchev PhD, University „Cernorizec Hrabar“ - Varna (Bulgaria)
- Prof. Jelena Stojanovic PhD, High medicine school for professional studies “Hipokrat”, Bujanovac (Serbia)
- Prof Karl Schopf, PhD, Akademie fur wissenschaftliche forchung und studium, Wien (Austria)
- Prof. Katerina Belichovska, PhD, Faculty of Agricultural Sciences, UKIM, Skopje (Macedonia)
- Prof. Krasimir Petkov, PhD, National Sports Academy “Vassil Levski”, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Kamal Al-Nakib PhD, College of Business Administration Department, Kingdom University (Bahrain)
- Prof. Lidija Tozi PhD, Faculty of Pharmacy, Ss. Cyril and Methodius University, Skopje (Macedonia)
- Prof. Laste Spasovski PhD, Vocational and educational centre, Skopje (Macedonia)
- Prof. Lujza Grueva, PhD, Faculty of Medical Sciences, UKIM, Skopje (Macedonia)
- Prof. Lisen Bashkurti PhD, Global Vice President of Sun Moon University (Albania)
- Prof. Lence Mircevska PhD, High Medicine School, Bitola, (Macedonia)
- Prof. Ljubomir Kekenovski PhD, Faculty of Economisc, UKIM, Skope (Macedonia)
- Prof. Ljupce Kocovski PhD, Faculty of Biotechnical sciences, Bitola (Macedonia)
- Prof. Marusya Lyubcheva PhD, University “Prof. Asen Zlatarov”, Member of the European Parliament, Burgas (Bulgaria)
- Prof. Maria Kavdanska PhD, Faculty of Pedagogy, South-West University Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Maja Lubenova Cholakova PhD, Faculty of Public Health and Sport, SWU Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Mirjana Borota-Popovska, PhD, Centre for Management and Human Resource Development, Institute for Sociological, Political and Juridical Research, Skopje (Macedonia)
- Prof. Mihail Garevski, PhD, Institute of Earthquake Engineering and Engineering Seismology, Skopje (Macedonia)

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

- Prof. Misho Hristovski PhD, Faculty of Veterinary Medicine, Ss. Cyril and Methodius University, Skopje (Macedonia)
- Prof. Mitko Kotochevski, PhD, Faculty of Philosophy, UKIM, Skopje (Macedonia)
- Prof. Milan Radosavljevic PhD, Dean, Faculty of strategic and operational management, Union University, Belgrade (Serbia)
- Prof. Marija Topuzovska-Latkovikj, PhD, Centre for Management and Human Resource Development, Institute for Sociological, Political and Juridical Research, Skopje (Macedonia)
- Prof. Marija Knezevic PhD, Academic, Banja Luka, (Bosnia and Herzegovina)
- Prof. Margarita Koleva, PhD, Faculty of Pedagogy, University Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Margarita Bogdanova PhD, D.A.Tsenov Academy of Economics, Svishtov (Bulgaria)
- Prof. Mahmut Chelik PhD, Faculty of Philology, University “Goce Delchev”, Shtip (Macedonia)
- Prof. Marija Mandaric PhD, Faculty of Hotel Management and Tourism, University of Kragujevac, Vrnjacka Banja (Serbia)
- Prof. Mustafa Kacar PhD, Euro College, Istanbul (Turkey)
- Prof. Marina Simin PhD, College of professional studies in Management and Business Communication, Sremski Karlovci (Serbia)
- Prof. Miladin Kalinic, College of professional studies in Management and Business Communication, Sremski Karlovci (Serbia)
- Prof. Mitre Stojanovski PhD, Faculty of Biotechnical sciences, Bitola (Macedonia)
- Prof. Miodrag Smelcerovic PhD, High Technological and Artistic Vocational School, Leskovac (Serbia)
- Prof. Nenad Taneski PhD, Military Academy “Mihailo Apostolski”, Skopje (Macedonia)
- Prof. Nevenka Tatkovic PhD, Juraj Dobrila University of Pula, Pula (Croatia)
- Prof. Natalija Kirejenko PhD, Faculty For economic and Business, Institute of Entrepreneurial Activity, Minsk (Belarus)
- Prof. Nikolay Georgiev PhD, “Todor Kableshkov” University of Transport, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Nikolina Ognenska PhD, Faculty of Music, SEU - Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Nedzat Korajlic PhD, Faculty of criminology and security, Sarajevo (Bosnia & Herzegovina)
- Prof. Nishad M. Navaz PhD, Kingdom University (India)
- Prof. Oliver Iliev PhD, Faculty of Communication and IT, FON University, Skopje (Macedonia)
- Prof. Oliver Dimitrijevic PhD, High medicine school for professional studies “Hipokrat”, Bujanovac (Serbia)
- Prof. Paul Sergius Koku, PhD, Florida State University, Florida (USA)
- Prof. Primoz Dolenc, PhD, Faculty of Management, Primorska University, Koper (Slovenia)
- Prof. Predrag Trajkovic PhD, JMPNT, Vranje (Serbia)
- Prof. Petar Kolev PhD, “Todor Kableshkov” University of Transport, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Pere Tumbas PhD, Faculty of Economics, University of Novi Sad, Subotica (Serbia)
- Prof. Rade Ratkovic PhD, Faculty of Business and Tourism, Budva (Montenegro)
- Prof. Rositsa Chobanova PhD, University of Telecommunications and Posts, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Rumen Valcovski PhD, Imunolab Sofia (Bulgaria)
- Prof. Rumen Stefanov PhD, Dean, Faculty of public health, Medical University of Plovdiv (Bulgaria)

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

- Prof. Sinisa Zaric, PhD, Faculty of Economics, University of Belgrade, Belgrade (Serbia)
- Prof. Sasho Korunoski, Rector, UKLO, Bitola (Macedonia)
- Prof. Sashko Plachkov PhD, Faculty of Pedagogy, University Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Sofronija Miladinovski, PhD, University Hadzi Zeka, Peja (Kosovo)
- Prof. Sreten Miladinovski, PhD, Dean, Faculty of Law, MIT University (Skopje)
- Prof. Snezhana Lazarevic, PhD, College of Sports and Health, Belgrade (Serbia)
- Prof. Stojan Ivanov Ivanov PhD, Faculty of Public Health and Sport, SWU Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Svetlana Trajkovic PhD, High School of applied professional studies, Vranje (Serbia)
- Prof. Snezana Stoilova, PhD, High Medicine School, Bitola, (Macedonia)
- Prof. Stojna Ristevska PhD, High Medicine School, Bitola, (Macedonia)
- Prof. Suzana Pavlovic PhD, High health – sanitary school for professional studies, Belgrade (Serbia)
- Prof. Saad Motahir PhD, High School of Technology, Fez (Morocco)
- Prof. Sandra Zivanovic, PhD, Faculty of Hotel Management and Tourism, University of Kragujevac, Vrnjacka Banja (Serbia)
- Prof. Trayan Popkochev PhD, Dean, Faculty of Pedagogy, South-West University Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Todor Krystevich, Vice Rector, D.A. Tsenov Academy of Economics, Svishtov (Bulgaria)
- Doc. Tatyana Sobolieva PhD, State Higher Education Establishment Vadiym Getman Kiyev National Economic University, Kiyev (Ukraine)
- Prof. Tzako Pantaleev PhD, NBUniversity , Sofia (Bulgaria)
- Prof. Tosko Krstev PhD, European Polytechnic University, Pernik (Bulgaria)
- Prof. Tihomir Domazet PhD, President of the Croatian Institute for Finance and Accounting, Zagreb (Croatia)
- Prof. Venelin Terziev PhD, University of Rousse, Rousse (Bulgaria)
- Prof. Violeta Dimova PhD, Faculty of Philology, University “Goce Delchev”, Shtip (Macedonia)
- Prof. Volodymyr Denysyuk, PhD, Dobrov Center for Scientific and Technological Potential and History studies at the National Academy of Sciences of Ukraine (Ukraine)
- Prof. Valentina Staneva PhD, “Todor Kableshev” University of Transport, Sofia (Bulgaria)
- Prof. Vladimir Lazarov PhD, European Polytechnic University, Pernik (Bulgaria)
- Prof. Vasil Zecev PhD, College of tourism, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Prof. Venus Del Rosario PhD, Arab Open University (Philippines)
- Prof. Yuri Doroshenko PhD, Dean, Faculty of Economics and Management, Belgorod (Russian Federation)
- Prof. Zlatko Pejkov, PhD, Faculty of Agricultural Sciences, UKIM, Skopje (Macedonia)
- Prof. Zivota Radosavljevik PhD, Dean, Faculty FORCUP, Union University, Belgrade (Serbia)
- Prof. Zoja Katru PhD, Prorector, Euro College, Istanbul (Turkey)
- Prof. Zorka Jugovic PhD, High health – sanitary school for professional studies, Belgrade (Serbia)

ORGANIZING COMMITTEE

- Robert Dimitrovski PhD, Faculty of Management, MIT University, Skopje (Macedonia)
- Venelin Terziev PhD, University of Rousse (Bulgaria)
- Maria Kavdanska PhD, Faculty of Pedagogy, South West University Neofit Rilski, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Sinisa Zaric, PhD, Faculty of Economics, University of Belgrade (Serbia)
- Snežana Milićević PhD, Faculty of Hotel Management and Tourism, University of Kragujevac, Vrnjačka Banja (Serbia)
- Evdokia Petkova, South West University “Neofit Rilski”, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Marios Miltiadou, PhD, Aristotle University of Thessaloniki (Greece)
- Azra Adjajlic – Dedovic PhD, Faculty of criminology and security, Sarajevo (Bosnia & Herzegovina)
- Misho Hristovski PhD, Faculty of Veterinary Medicine, Ss. Cyril and Methodius University, Skopje (Macedonia)
- Branko Boskovic PhD, College of Sports and Health, Belgrade (Bulgaria)
- Ana Dzumalieva PhD, South-West University “Neofit Rilski”, Blagoevgrad (Bulgaria)
- Georgi Georgiev PhD, National Military University “Vasil Levski”, Veliko Trnovo (Bulgaria)
- Isa Spahiu PhD, International Balkan University (Macedonia)
- Violeta Dimova, PhD, University “Goce Delcev”, Stip (Macedonia)
- Mirjana Borota – Popovska, Centre for Management and Human Resource Development, Institute for Sociological, Political and Juridical Research, Skopje (Macedonia)
- Izet Zeqiri, PhD, South East European University, Tetovo (Skopje)
- Ekaterina Arabska, PhD, Vasil Levski National Military University, Veliko Tarnovo (Bulgaria)
- Nebojsa Cvetanovski, PhD, MIT University, Skopje (Macedonia)
- Rumens Valcovski PhD, Imunolab Sofia (Bulgaria)
- Miladin Kalinic, College of professional studies in Management and Business Communication, Sremski Karlovci (Serbia)

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Contents

PUBLIC HEALTH ASPECT OF COMPARISON OF LAPAROSCOPIC AND OPEN METHOD OF CHOLECYSTECTOMY	1125
Betı Zafirova Ivanovska.....	1125
Sonja Topuzovska	1125
Rozalinda Popova Jovanovska.....	1125
Julia Zhivadınovik	1125
Zharko Spasovski.....	1125
AWARENESS AND USE OF NUTRITIONAL SUPPLEMENTS – SURVEY AMONG STUDENTS ENROLLED IN MEDICAL PROGRAMS OF MEDICAL COLLEGE- VARNA	1133
Tsvetelina Tarpomanova.....	1133
Silviya Filkova	1133
Yana Toshkova	1133
HEART SURGERY AND ABDOMINAL TUMOR MASS - SEPARATE OPERATIONS OR SINGLE-STAGE PROCEDURE?	1139
Zaprin Vazhev	1139
Asen Ivanov	1139
Todor Gonovski	1139
Hristo Stoev	1139
HYDATID DISEASE IN CHILDREN AND BILIARY FISTULAS	1145
Zoran Marjanovic.....	1145
Andjelka Slavkovic	1145
Dragoljub Zivanovic	1145
Ivona Djordjevic	1145
EFFECTS OF KINESIOTAPING IN REDUCING PAIN IN THE HEEL IN PATIENTS WITH PLANTAR FASCIITIS	1149
Cagla Zejrek.....	1149
Lence Nikolovska	1149
GERIATRIC CARE – NECESSITY AND TENDENCIES	1155
Katya Popova.....	1155
Galina Terzieva	1155
KINESETERAPETICAL GUIDELINES FOR KNEE ENDOPROTHESIS	1163
Maria Becheva	1163
LOCOREGIONAL ANALGESIA FOR LOCOREGIONAL CHEMOTHERAPY.....	1169
Dzharov G.	1169
COMPLEX PHYSICAL THERAPY TRAINING APPROACH FOR JUVENILE IDIOPATHIC ARTHRITIS.....	1175
Gavrailov J.....	1175
Sv. Shopova.....	1175
THERAPEUTIC METHODS APPLICABLE TO CHILDREN WITH AUTISM.....	1178
Albena A. Masarlieva.....	1178
IMPROPER NUTRITION AS A FACTOR FOR DISEASES IN SCHOOL CHILDREN	1183
Gordana Panova	1183
Dzidrova Violeta	1183
Shumanov Gjorgji.....	1183
Gjorgjieva Biserka	1183

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

SURGICAL APPROACHES IN ANASTOMOTIC INSUFFICIENCY IN DISTAL RECTAL CANCER SURGERY	1189
Boyko Atanasov	1189
Chavdar Atanasov	1189
RECTAL DUPLICATIONS – CASE REPORTS	1193
Zoran Marjanovic.....	1193
Andjelka Slavkovic	1193
Dragoljub Zivanovic	1193
Ivona Djordjevic	1193
PLACE AND ROLE OF THE NON - GOVERNMENTAL RSCN " DIABETES CARE" BURGAS IN THE MULTIDISCIPLINARY TEAM FOR DIABETIC CARE AND THEIR SHARED EXPERIENCE IN THE MEDICAL AND SOCIAL PREVENTION OF DIABETES AND ITS COMPLICATIONS ..	1197
Varvara Pancheva.....	1197
THE ESSENCE AND PHYSICAL THERAPY OF THE OSTEOPOROSIS DISEASE – THE STILL THIEF	1205
Rumyana Bahchevandzhieva	1205
BENEFITS FROM EARLY POSTOPERATIVE ORAL INTAKE OF FOOD IN GYNECOLOGY	1211
Biljana Markovska	1211
THE CHALLENGES IN HIGHER PROFESSIONAL EDUCATION OF MEDICAL PROFESSIONALS	1219
Dragan Antich	1219
Ljiljana Antich	1219
Hristos Aleksopoulos	1219
TEACHING THE PRINCIPLES OF IONIZING RADIATION FOR MEDICAL PERSONEL.....	1223
Antuela Sinani.....	1223
Isidor Kokalari	1223
PROFESSIONAL PREPARATION OF NURSING PROBATIONERS FROM MEDICAL UNIVERSITY PLOVDIV – THE STUDENT’S VIEW	1233
Daniela Taneva.....	1233
Yordanka Tsokova.....	1233
Angelina Kirkova.....	1233
Blagovesta Vasileva	1233
Yordanka Petkova	1233
Krasimira Vankova.....	1233
THE VOLUNTARY STUDENT WORK AS A FACTOR FOR PROFESSIONAL DEVELOPING AND CAREER START OF MEDICAL SPECIALISTS PHYSIOTHERAPISTS	1237
Petya Kasnakova.....	1237
HEALTH CARE AND SOCIAL SECURITY FOR VULNERABLE GROUPS	1243
Baki Hyuseinov.....	1243
SPECIFICS OF THE HOME REHABILITATION OF A FEMALE PATIENT WITH AMYOTROPHIKLATERAL SCLEROSIS (ALS) SYNDROME	1249
Snezhina Georgieva	1249
SOUND RESONANCE THERAPY APPLICATION IN THE PREVENTION AND TREATMENT OF DISEASES	1255
Stefan Grujičić	1255
Milenka Vraneš-Grujičić.....	1255
Ljiljana Desević	1255
DIETARY HABITS AND PROPER NITRITION IN CHILDREN	1261

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Gordana Panova	1261
Anastasova Ivana	1261
Dzidrova Violeta	1261
Shumanov Gjorgji.....	1261
PSYCHOLOGICAL TECHNIQUES IN STRESS MANAGEMENT	1269
Liljana Batkoska	1269
CHRONIC DISEASE THROUGHOUT LIFE CYCLES	1275
Katica Stoimenovska	1275
PSYCHOTHERAPY IN THE TREATMENT OF MULTIPLE SCLEROSIS	1281
Stefan Grujičić	1281
Milenka Vraneš-Grujičić.....	1281
Ljiljana Desević	1281
THE POWER OF BEING INFORMED – PSYCHOLOGICAL IMPLICATIONS	1285
Liljana Batkoska	1285
LIVING WITH A CHRONIC DISEASE, EMOTIONAL RESPONSES TO CHRONIC DISEASE.....	1289
Katica Stoimenovska	1289
THE LINK BETWEEN LONELINESS AND DEPRESSION AMONG ADOLESCENTS	1295
Katica Stoimenovska	1295
Necheva Gjurgjica.....	1295
INVESTMENT MANAGEMENT IN HEALTH CARE	1301
Igor Tanturovski.....	1301
TYPES OF CENTERS OF RESPONSIBILITY IN HEALTH SYSTEMS	1309
Igor Tanturovski.....	1309
FORMATION OF COMMUNICATION AND PRESENTATION SKILLS OF STUDENTS IN THE PROFESSIONAL FIELD OF HEALTHCARE	1315
Hristina Milcheva.....	1315
Albena Antonova	1315
Mariya Dimova	1315
TRAINING OF MANAGERS OF SPA AND WELLNESS CENTERS – ELEMENT OF INCREASING THE QUALIFICATION OF STUDENTS FROM SPECIALTY “HEALTH CARE”	1321
Shopova Sv.....	1321
J. Gavrilov	1321
THE CHANGES OF HEMATO-BIOCHEMICAL PARAMETERS IN FEMALE DOGS AFFECTED WITH PYOMETRA	1325
Elenica Dimço.....	1325
Jetmira Abeshi.....	1325
CHEMICAL CHARACTERISTICS OF WATER IN RESERVOIR "SPILJE"	1331
Katerina Belichovska	1331
Daniela Belichovska	1331
Zlatko Pejkovski	1331
Suzana Duraku	1331
DESIGN OF A QUALITY MANAGEMENT INFORMATION SYSTEM IN THE FOOD PROCESSING INDUSTRY: ANALYSIS OF MEAT PROCESSING INDUSTRIAL CAPACITIES ..	1337
Kiril Lisichkov	1337
Zimere Saiti.....	1337
Mirko Marinkovski	1337
Stefan Kuvendziev	1337

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Aleksandar Radevski	1337
THE INFLUENCE OF MINERAL FERTILIZERS ON THE CONTENT OF MACROBIOGEN ELEMENTS IN EGYPTIAN CLOVER (TRIFOLIUM ALEXANDRINUM L.)	1343
Petar Petrov	1343
Bojan Mitrovski	1343
PERLITE AS A SUSTAINABLE MINERAL SUBSTRATE FOR THE GROWTH AND DEVELOPMENT OF THE PLANTS	1347
Vesna Markoska	1347
Blagica Cekova	1347
DESTILATION PROCESSES OF CRUDE OIL	1353
Viktorija Bezhovska	1353
Martin Mircevski	1353
Filip Jovanovski	1353
EXAMINATIONS OF MEDICAL PLANT NEPETA CATARIA AS TEA AND HIS PHOTOTHERAPEUTIC EFFECT OF THE LOCALITY ON THE MOUNTAIN GOLAK.....	1361
Dragan Jovanov	1361
Blagica Cekova	1361
Bojana Petrushevska	1361
Botio Zaharinov	1361
HIGH LEVELS OF HYGIENE IN FOOD PRODUCTION	1369
Vlado Velkoski	1369
Bojana Petrushevska	1369
Martin Mirceski	1369
HIDRO – GRAPHICAL CHARACTERISTICS OF THE NATIONAL PARK MAVROVO WITH SPECIAL REFERENCE TO THE RIVER "RADIKA"	1377
Nikola Dimeski	1377
NATIONAL PARKS WITH PARTICULAR REFERENCE TO THE PELISTER NATIONAL PARK IN MACEDONIA	1383
Biljana Janevska	1383
Blagica Cekova	1383
OBTAINING, PROPERTIES AND APPLICATION OF STEARIC CREAM	1387
Filip Jovanovski	1387
Blagica Cekova	1387
Erhan Mustafa	1387
Viktorija Bezhovska	1387
PRODUCTION OF BIOFUELS	1393
Filip Jovanovski	1393
Blagica Cekova	1393
Viktorija Bezhovska	1393
SOLID WASTE MANAGEMENT AND RECYCLING	1401
Blagica Cekova	1401
Biljana Janevska	1401
Erhan Mustafa	1401
Victoria Bezhovska	1401
Filip Jovanovski	1401
WATER POLLUTION FROM INDUSTRIAL WASTEWATER	1407
Biljana Janevska	1407

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
 25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Cekova Blagica	1407
Erhan Mustafa.....	1407
LEGAL ASPECT OF WASTE MANAGEMENT	1413
Novica Ničić	1413
Nataša Jovanović	1413
Marijana Šmelcerović	1413
Miodrag Šmelcerović.....	1413
WAVE POWER AS AN ENERGY SOURCE.....	1417
Ivana Stošić.....	1417
Mumen Abuarkub	1417
Miodrag Šmelcerović.....	1417
TEXTILE FINISHING DEVICES - NEWS AND TENDENCIES.....	1422
Goran Amin.....	1423
Radica Nacic.....	1423
Dragan Djordjevic.....	1423
Miodrag Smelcerovic.....	1423
WHAT TO DO WITH THE TEXTILE WASTE - NEWS AND TENDENCIES	1431
Radica Nacic.....	1431
Goran Amin.....	1431
Dragan Djordjevic.....	1431
Miodrag Smelcerovic.....	1431
MECHANICAL PREPARATION OF RAW MATERIALS IN PRODUCTION OF SLICED VENEER.....	1437
Jevtic Petronije.....	1437
EDUCATION OF THE POPULATION ABOUT THE TOURISTIC POTENTIAL VLASINA LAKE	1443
Nenad Kostadinović.....	1443
Marko Lepojević.....	1443
Miodrag Šmelcerović.....	1443
Milica Pečić	1443
URBAN BLOCK WITH ROW HOUSES.....	1449
Vangel Dunovski.....	1449
Damjan Balkoski.....	1449
ACTUAL ASPECTS WHEN USE UNMANNED AERIAL VEHICLES WITHIN BULGARIA	1455
Lubka Tzenova.....	1455
Hristo Stanev.....	1455
VALORIZATION OF COMPETITIVENESS IN THE INTERNATIONAL AIR TRANSPORT	1461
Iilir Mehmedi	1461
Ema Berisha Krasniqi	1461
ADMINISTRATIVE SERVICE BETWEEN COUNTER AND DIGITAL TECHNOLOGIES.....	1467
Georgi Atanasov Georgiev.....	1467
STRENGTHENING THE INTEREST OF THE STUDENTS TOWARDS PHYSICS BY ORGANIZING OUT-OF-THE-ART ACTIVITIES AT THE „VASIL LEVSKI“ NATIONAL MILITARY UNIVERSITY.....	1473
Nikolay Dolchinkov.....	1473
FUNDAMENTAL ISSUES OF TEACHING IN GROUP APPLIED IN CLASSES OF PHYSICS AT "FAN S. NOLI" UNIVERSITY, ALBANIA.....	1481
Lorena Kelo	1481
Marie Dede.....	1481
Esmeralda Guliqani.....	1481

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

CHANGE MANAGEMENT THROUGH PROJECT MANAGEMENT APPROACH.....	1487
Miglana Angelova.....	1487
MARKET STRUCTURES	1495
Bojana Petrushevska	1495
FACILITIES QALITYINFLUENCE ON INTER - PATTERN MATERIAL WASTE REDUCTION IN CLOTHES MAKING	1501
Slađana Antić	1501
Suzana Đorđević	1501
Miodrag Šmercerović.....	1501
Dragan Đorđević.....	1501

DIETARY HABITS AND PROPER NUTRITION IN CHILDREN

Gordana Panova

Faculty of Medical Sciences, University Goce Delchev, Stip, Macedonia

Anastasova Ivana

Faculty of Medical Sciences, University Goce Delchev, Stip, Macedonia

Dzidrova Violeta

Faculty of Medical Sciences, University Goce Delchev, Stip, Macedonia

Shumanov Gjorgji

Faculty of Medical Sciences, University Goce Delchev, Stip, Macedonia

Abstract: Proper nutrition is key to optimal growth and development of the human body and directly affects its working capacity and length of life. Unfortunately, today's diet is characterized by irregular and poorly balanced meals, in which there is too much fat, meat, bread, and little dairy products, fruits and vegetables. Improper diet is a factor risk of various diseases. Therefore tolerate our whole organism, it is much easier worst complications be avoided by changing the diet. **Objective:** The proper growth and development of children are almost entirely dependent on proper nutrition and dietary habits of the child. Every child must be provided with properly feeds since birth. **Materials and Methods:** show descriptive and statistical data kindergarten Institution "Pavlina Veljanova" in Kocani. Manual for proper nutrition of infants and young children ikustva and perceptions of employees in the kindergarten "Pavlina Veljanova" in Kocani. **Conclusion:**The need to create a strong and healthy potential, who can resist the communicable and non-communicable diseases, which nowadays are becoming more common, it is imperative for all stakeholders involved in nutrition, growth and development of children.

Keywords:Prevention, obesity, growth and development, nutrition.

ДИЕТЕТСКИ НАВИКИ И ПРАВИЛНА ИСХРАНА КАЈ ДЕЦАТА

Панова Гордана

Факултет за медицински науки Универзитет „Гоце Делчев“ Штип, Р.Македонија

Анастасова Ивана

Факултет за медицински науки Универзитет „Гоце Делчев“ Штип, Р.Македонија

Џидрова Виолета

Факултет за медицински науки Универзитет „Гоце Делчев“ Штип, Р.Македонија

Шуманов Ѓорѓи

Факултет за медицински науки Универзитет „Гоце Делчев“ Штип, Р.Македонија

Апстракт: Правилната исхрана е основен фактор за оптимален раст и развој на човечкиот организам и директно влијае на неговата работна способност и должината на живот. За жал, денешната исхрана ја карактеризираат неправилни и недоволно избалансирани оброци, во кои има премногу масти, месо, леб, а малку млечни производи, овошје и зеленчук. Неправилната исхрана е фактор ризик за појава на различни заболувања. Поради тоа трпи целиот наш организам, а многу е полесно лошите компликации да се избегнат со промена на исхраната. **Цел:** Правилниот раст и развој на децата скоро во целост зависи од правилната исхрана и диеталните навики на детето. На секое дете мора да му се обезбеди правилно да се исхранува уште од самото раѓање. **Материјали и методи:** се прикажани дескриптивни и статистички податоци од Дедската установа „Павлина Велјанова“ во Кочани. Прирачник за правилна исхрана на доенчиња и мали деца икуства и согледувања на вработените во градинката „Павлина Велјанова“ во Кочани. **Заклучок:** Потребата од создавање на силен и здрав потенцијал, кој може да им одолее на заразните и незаразните болести, кои во денешно време се почести, е императив за сите фактори вклучени во исхраната, растот и развојот на децата.

Клучни зборови:Превенција, дебелина, раст и развој, исхрана.

ВОВЕД

Одговорноста на родителите за правилна исхрана на децата е голема, бидејќи тоа е еден од клучните фактори за здравјето во зрелоста. Периодот на детството, со емоционалниот, социјалниот и интелектуалниот развој, се карактеризира со промените во фазата на наглиот раст во висина; фазата на интензивно зголемување на телесната маса. Детскиот апетит и внесот на храна, кои обично ги следат овие промени во фазите од развојот, често предизвикуваат загриженост кај родителите.

Адекватната исхрана е добра превенција за нутритивните проблеми како што се дебелина, слаби коски, дијабетес, кардиоваскуларни заболувања. Децата ќе научат добро да се хранат ако родителите се хранат правилно. Постојат многу фактори кои влијаат на тоа дали детето ќе биде дебело или не. Сè започнува уште пред раѓањето. Денес е познато дека и несоодветната исхрана на бремените жени може да ги зголеми шансите за појава на дебелина кај детето бидејќи тоа уште во матката се навикнува на вкусовите на храна кои мајката ги јаде. Исхраната на мајката во бременоста на тој начин ја одредува реакцијата на детето на храната по раѓањето. Најдобро е кога родителите ја познаваат динамиката на растот и физичкиот развој на доенчето за да можат да ги воочат отстапувањата.

Мајчиното млеко ја обезбедува целата енергија и сите хранливи материи (нутриенти) кои му се потребни на бебето, а исто така и факторите на растот и имунолошките компоненти кои се важни за заштита од инфекции. Мајчиното млеко содржи над 300 различни состојки, а една од најважните работи е тоа што неговиот состав се усогласува според потребите на доенчето во фазите на неговиот раст и развој. Мајчиното млеко е идеално избалансирано во физичкиот состав, типот и концентрацијата на протеини, масти, јаглехидрати, витамини, минерали, ензими, хормони, фактори на раст, поттикнувачи и зајакнувачи на имуниот систем и антиинфламаторни материи, кои му се потребни на бебето за неговиот раст и развој во првата година од животот.¹¹

Дохранувањето претставува воведување на дополнителна храна, позната и како цврста храна, која се додава по доењето или почетната инфант формула.

Пораното воведување на цврста храна исто така може да предизвика дебелење. Затоа со дохранување не треба да се почне прерано, а во јадењето кое се подготвува за доенчето не треба да се додава шеќер и сол.

Кога станува збор за поголемите деца, мора да се знае дека тие имаат потреба за високохранливи оброци и во текот на денот мора да јадат пет пати. Во оброците мора да бидат застапени сите хранливи состојки, бидејќи тие се неопходни за правилен раст и развој на децата. Училишните деца побрзо се рзвиваат па затоа им се потребни поголеми количини на енергија и хранливи материи.

Посебно е важно да внесуваат доволно витамини и минерали кои им се потребни за развојот и доволно белковини. Постојат насоки за исхрана и за децата, т.н. детска пирамида со производи, составена од Министерството за земјоделие на САД заради промовирање на здравата исхрана кај децата.

Основата на детската пирамида како и кај возрасните ја прават лебот, житарици, ориз ... Тоа е најважниот дел од исхраната бидејќи од него децата ја добиваат потребната енергија за раст и развој и влакна кои ја подобруваат работата на цревата и помагаат за зачувување на здравјето. Се препорачува за сите 5 оброци дел од намирниците да бидат од таа група.

Вториот ред од пирамидата е составен од овошје и зеленчук. Се препорачува тие да се конзумираат во склоп на трите оброци бидејќи содржат голема количина на витамини и минерали потребни за растење на детето. Посебно важни се витаминот С и фолната киселина.

¹¹ Димитровска, З., Спироски, И., Мемети, Ш., Кендровски, Д. (2012). Прирачник за правилна исхрана на доенчиња и мали деца. Институт за јавно здравје на Република Македонија, Скопје. Стр. 12



Слика 1 – Детска пирамида на исхрана
 Figure 1 - Kids food pyramid

Во третиот ред спаѓаат месото, рибата, млекото, јогуртот и останатите млечни производи. Овие намирници се препорачува да се конзумираат во два оброка на ден. Преку нив детето внесува калциум кој е потребен за правилен раст и развој на коските и забите. Месото, рибата, јајцата, гравот, леќата и сојата се препорачуваат во два дневни оброци. Она што е најважно за организмот од овие намирници се белковините, кои помагаат во градењето на мускулите и железото.

Оревите, бадемите, лешниците, кикиритките и ф'стаците се одлична храна и се доста хранливи. На самиот врв од пирамидата се мастите и слатките кои треба што помалку да се конзумираат слатките имаат многу калории, а малку хранливи состојки, па затоа треба да се избегнуваат.

Цел: Правилниот раст и развој на децата скоро во целост зависи од правилната исхрана и диеталните навики на детето. На секое дете мора да му се обезбеди правилно да се исхранува уште од самото раѓање. Треба да се води грижа за составот и особините на храната, начинот на приготвување на храната и начините на исхрана. Овие информации ќе помогнат децата правилно да растат и живеат, бидејќи навиките за правилна исхрана се стекнуваат уште од најраното детство.

Материјали и методи: се прикажани дескриптивни и статистички податоци од Дедската установа „Павлина Велјанова“ во Кочани. Во трудот се користени материјали од најновите истражувања, Прирачник за правилна исхрана на доенчиња и мали деца искуства и согледувања на вработените во градинката „Павлина Велјанова“ во Кочани.

Резултати: Одамна е познато дека доенчето кое расте само со мајчино млеко, подоцна ќе биде многу поздраво и посилено, со посилен имунитет од оние деца кои растеле со вештачко млеко. На тежината понатаму влијае и понатамошната исхрана на детето. Многу е важно исхраната да биде разновидна, продуктите да бидат од природно потекло, домашни, иако тоа во денешно време е скоро невозможно. Постои мислење дека децата од село и град се разликуваат по градбата. Прикажан е статистички податок за нормалниот развој во висина и тежина на малите деца.

Табелите бр. 1 и покажуваат просечна висина и тежина на женски и машки деца (но тие се само груби показатели).¹²

Возраст	Тежина (кг) женски	Тежина (кг) Машки	Висина (см) женски	Висина (см) Машки
Раѓање	3.2	3.3	49.9	50.5
3 месеци	5.4	6.0	60.2	61.1
6 месеци	7.2	7.8	66.6	67.8
9 месеци	8.6	9.2	71.1	72.3

¹² Fabina, M. (2015). *Tjelesna i zdravstvena kultura u jaslíčkom uzrastu*. Sveučilište Jurja Dobrile u Puli. Pula. Стр. 31.

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
 25-28.5.2017, Budva, Montenegro

1 година	9.5	10.2	75.0	76.1
2 години	11.8	12.3	84.5	85.6
3 години	14.1	14.6	93.9	94.9

Во ЈОУДГ „Павлина Велјанова“ – Кочани се опфатени деца на возраст од 9 месеци до 6 години. За нивниот правилен раст и развој се води многу грижа, што може да се види и од уредно изработено мени, секако и од вкусно приготвената храна.

Листа на планирани јадења во ЈОУДГ „Павлина Велјанова“ – Кочани за прва и трета недела од месецот за воспитни групи до 2 години

Ден	Појадок	Ужина	Ручек	Ужина
Понеделник	Млечна попара од печен леб, сирење и млеко	Чај	Пасиран грав со зеленчук, салата - сезонска	Пудинг од чоколадо, ванила или сутлијаш
Вторник	Палента со сирење и јогурт	Овошје	Кашичка од компир со зеленчук и мелено јунешко месо	Печена јаболка или свежа
Среда	Интегрални житарици (мусли со млеко)	Овошен сок	Кашичка со ориз, зеленчук и пилешко со ориз и пилешко месо	Овошје (банана)
Четврток	Кашичка со мелен ориз и жолчка	Чај	Пасиран грашок со пилешки стек и зеленчук	Колач со овошен сок
Петок	Пасиран намаз со путер, напиток – чај	Компот од јаболка	Пасирана каша од леќа, морков и компир	Чоколино со млеко пециво

Листа на планирани јадења во ЈОУДГ „Павлина Велјанова“ – Кочани за втора и четврта недела од месецот за воспитни групи до 2 години

Ден	Појадок	Ужина	Ручек	Ужина
Понеделник	Интегрални житарици (мусли со млеко)	Овошен сок	Пасиран грав со зеленчук, салата - сезонска	Сутлијаш
Вторник	Чоколино со млеко	Овошје	Пасирана каша од ориз со пилешко месо и зеленчук	Печена јаболка
Среда	Пасиран намаз од кисела павлака со варен морков, напиток чај	Компот од јаболка	Пасирана каша од компир со зеленчук и мелено јунешко месо	Банана
Четврток	Палента со сирење и јогурт	Овошен сок	Пасирана зеленчукова каша со ориз	Бисквит торта
Петок	Кашичка од грис со жолчка	Чај	Макарони тава со урда или сирење и кисело млеко	Медолино со млеко

Листа на планирани јадења во ЈОУДГ „Павлина Велјанова“ – Кочани за прва и трета недела од месецот за воспитни групи над 2 до 6 години

Ден	Појадок	Ужина	Ручек	Ужина
-----	---------	-------	-------	-------

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
 25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Понеделник	Намаз од путер и рендано сирење на парче интегрален леб, напиток – чај со лимон и мед	Овошје	Чорбест грав со зеленчук, салата - сезонска	Пудинг од чоколадо, ванила
Вторник	Пржени лепчиња со јајца и јогурт	Компот	Чорбест компир со мелено месо или со парче јунешко месо и зеленчук, салата - сезонска	Овошје (јаболко, портокал)
Среда	Јувка или тарана со сирење, напиток – чај со лимон	Компот	Пилешка или говедска супа со зеленчук тава, ориз со пилешко месо или ризи – бизи со стек	Овошје (банана, јаболко, мандарина, праска)
Четврток	Намаз од путер и рендан кашкавал на парче интегрален леб, напиток – млеко	Овошје	Вариво од грашок со пилешки стек и сезонска салата	Колач и овошен сок
Петок	Намаз од риба или стек со рендана кисела краставица на парче интегрален леб, напиток – чај со лимон	Компот	Вариво од леќа, варено јајце, салата - сезонска	Кифла, банана

Листа на планирани јадења во ЈОУДГ „Павлина Велјанова“ – Кочани за втора и четврта недела од месецот за воспитни групи над 2 до 6 години

Ден	Појадок	Ужина	Ручек	Ужина
Понеделник	Намаз од маргарин, рендано сирење и варено јајце на парче интегрален леб, напиток – млеко	Овошје	Чорбест грав со зеленчук, салата - сезонска	Сутлијаш
Вторник	Пржени лепчиња со јајца и јогурт	Компот	Вариво од ориз со пилешко месо и зеленчук, салата - сезонска	Овошје (јаболко, портокал)
Среда	Намаз од кисела павлака и варен морков, напиток – чај со лимон и мед	Компот	Пилешка супа со зеленчук, мусака или пекарски компир со ролат од јунешко мелено месо или пире со риба филета или стек	Овошје (банана, јаболко, мандарина, праска)
Четврток	Пржена урда со јајце на парче интегрален леб и јогурт	Овошје	Вариво од растурена сарма со зелка, ориз и мелено јунешко месо, салата	Бисквит торта со пудинг
Петок	Намаз од путер и мармалад или мед на парче интегрален леб, напиток – чај со лимон	Компот	Макарони тава со урда или сирење и кисело млеко, салата - сезонска	Кроасан, феџрек

ДИСКУСИЈА

Како резултат на оваа студија може да се заклучи дека исхраната има најголема улога во прваилниот раст и развој на детето, а со тоа и на здрава иднина. Објаснета е потребата од внес на основните продукти како јаглени хидрати, протеини и масти, како и оптималниот внес на витамини и минерали кои се неопходни за правилен раст и развој. Детално се обработени карактеристиките на исхраната и нејзиното значење.

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

Објаснета е и примената на штетни продукти како консумација на храна и напитки кои содржат многу шеќер и сол. Оброците во градинката се важни за развојот на детето, но и поради стекнување културно однесување во текот на седењето за време на оброците. Исхраната на децата во јаслите треба да биде прилагодена на потребите на малите деца и доенчиња. Доенчињата јадат по потреба, при што се настојува да се задоволат нивните зголемени апетити, додека постарите деца имаат потреба за мали, но почести оброци. Децата треба да се поттикнуваат, а не да се присилуваат на јадење. Хранењето и оброците во бебешкиот живот се важни настани, бидејќи глатта е почеста и поинтензивна кога на телото му е потребна енергија. Со хранењето не се задоволуваат само телесните потреби на детето, туку на детето му се покажува дека неговото окружување е осетливо на неговите потреби и дека реагира на нив. Она што произлезе од разговорот и со воспитувачите и негувателите како најдиректни во контактите со децата, присутни во текот на оброците, а и вработените во кујната, покажа дека децата најмногу сакаат да го јадат овошјето и храната приготвено со пилешко месо, потоа следуваат пржените лепчиња и намазите. Иако ова може да се промени. Кога станува збор за момчињата и девојчињата во однос на исхраната, односно видот на храна, разлика не може да се направи. Треба да се избегнува форсирање, навалување, договарање и наградување за јадењето. Ако детето одолговлекува и јаде подолго време, треба да му се отстрани чинијата, бидејќи детето е премногу уморно за да јаде, не му е добро или нема апетит. На возраст од две години на детето доволно добро му се развиени моторните вештини да се храни без помош и треба да му се дозволи тоа сам да го прави. Од тогаш, па понатаму, неговата исхрана претежно ќе се состои од цврста храна. Може да се почне со давање вештачко млеко, а во текот на денот би требало да има почести помали оброци (обично 3 оброка и 2 ужинки). Децата најдобро знаат колку ќе јадат. Тие се чувствителни на температурата на храната, повеќето не сакаат премногу топла или ладна храна. На сите нив им се допаѓа храна во боја, необично украсена. Главно повеќе сакаат сурова или обарена храна и повкусно им е сочното, отколку сувото месо. Секое дете има единствени нутритивни навики, сепак можат да се следат некои генерални упатства за да се знае дали детето добива доволно соодветни материи. Може да се заклучи дека секое невнимание во начинот на исхраната кај децата може да доведе до појава на дебелина, која во последно време е сè почеста, како и до појава на одредени заболувања. Истражувањата покажале дека децата кои јадат здраво и разновидно и додека растат повеќе избираат свежо овошје и зеленчук и зрнести производи, отколку fast food и готови јадења, се посреќни, поактивни, поистрајни во активностите. Родителите би требало што порано да почнат да внимаваат на исхраната на своите деца.

ЗАКЛУЧОК

Правилната исхрана е основен фактор за оптимален раст и развој на човечкиот организам и директно влијае на неговата работна способност и должината на живот. За жал, денешната исхрана ја карактеризираат неправилни и недоволно избалансирани оброци, во кои има премногу масти, месо, леб, а малку млечни производи, овошје и зеленчук. Неправилната исхрана е фактор ризик за појава на различни заболувања. Поради тоа трпи целиот наш организам, а многу е полесно лошите компликации да се избегнат со промена на исхраната. Навиките во исхраната на детето се создаваат уште во раното детство и траат до крајот на неговиот живот. Заради тоа, многу е важно тие правилно да бидат формирани, со цел да се обезбеди здрав раст и развој на младиот организам. Потребата од создавање на силен и здрав потенцијал, кој може да им одолее на заразните и незаразните болести, кои во денешно време се сè почести, е императив за сите фактори вклучени во исхраната, растот и развојот на децата.

КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА

- [1] Димитровска, З., Спирок, И., Мемети, Ш., Кендровски, Д. (2012). Прирачник за правилна исхрана на доенчиња и мали деца. Институт за јавно здравје на Република Македонија, Скопје;
- [2] Fabina, M. (2015). *Tjelesna i zdravstvena kultura u jasličkom uzrastu*. Sveučilište Jurja Dobrile u Puli. Pula;
- [3] KAKO PRAVILNO HRANITI SVOJE DIJETE | PRAVILNA PREHRANA PREDŠKOLSKE I ŠKOLSKE DJECE,
- [4] <http://www.kako.hr/clanak/kako-pravilno-hraniti-svoje-dijete-pravilna-prehrana-predskolske-i-skolske-djece-2660.html>;
- [5] <http://www.adiva.hr/pravilna-prehrana-djece.aspx>

Thirteenth International Scientific Conference
THE TEACHER OF THE FUTURE
25-28.5.2017, Budva, Montenegro

- [6] <http://www.adiva.hr/pravilna-prehrana-djece.aspx>;
- [7] <http://www.yumama.com/dete/ishrana-dece/1081-ishrana-dece-uzrasta-tri-do-pet-godina.html>;
- [8] <http://www.roditelji.hr/beba/zdravlje-i-prehrana/kako-sprijeciti-visak-kilograma-u-djecjoj-dobi/>.