

Таблица – Использование наушников среди студентов

	Студенты	
	Ж: 46 (78%)	М: 13 (22%)
Пользуются средним уровнем громкости	56,5%	69,2%
Пользуются наушниками каждый день	36,9%	61,5%
Считают, что наушники оказывают отрицательное влияние на здоровье	63,0%	69,2%
Отмечают у себя изменение самочувствия после продолжительного пользования наушниками	41,3%	7,7%

Выводы. Проведенный анализ результатов свидетельствует о том, что наушники становятся неотъемлемой частью жизни молодежи. Не все студенты осведомлены о негативном влиянии и рациональном использовании наушников, что диктует повышение мотивации к здоровому образу жизни среди молодежи.

Литература:

1. Гольберг, Е. М. Влияние прослушивания музыки в наушниках на изменение частотного состава ЭЭГ / Е. М. Гольберг, А. М. Кривцунов, А. А. Пувсторгар // Современные наукоемкие технологии. – 2005. № 4. – С. 39-40.
2. Влияние шума на здоровье человека / С. Г. Дорофеева [и др.] // Научный альманах. – 2016. № 12 – 2 (26). – С. 182-185.
3. Общая и военная гигиена : пособие для студентов лечебного факультета : в 3 ч. Ч. 2. / И. А. Наумов [и др.]. – Гродно : ГрГМУ, 2014. – 300 с.

К ВОПРОСУ О ПРОФИЛАКТИКЕ ОТРАВЛЕНИЙ ГРИБАМИ

Борель А.О., Вашейко Э.Э., Копытко Ю.Л.
студенты 3 курса лечебного факультета

Научный руководитель – к.м.н., доцент Мойсеёнок Е.А.

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Грибы – это одно из самых интересных и таинственных явлений природы, ценный пищевой продукт. Однако среди грибов есть много ядовитых, которые могут вызвать тяжелые отравления, а иногда и летальный исход. Это такие грибы, как бледная поганка, мухоморы, опята ложные и многие другие. Для отравления достаточно съесть половину поганки, а смертность от нее достигает более 50% случаев [1].

Следует помнить, что грибы делятся на три группы – съедобные, условно-съедобные и ядовитые.

Бывают неспецифические отравления съедобными грибами, которые аккумулировали трупный яд, химические вещества, ядохимикаты, радионуклиды, попавшие в зоны их роста.

Различают четыре группы симптомов отравления грибами, в том числе:

- первая группа – отравление грибами строчками, проявляется через 6-10 часов, появляется слабость, тошнота, рвота, иногда расстройство желудка;

- вторая группа – отравление бледной поганкой и близкими к ней видами грибов, проявляется через 8-24 часов, появляются внезапные боли в животе, рвота, расстройство желудка, слабость, снижение температуры, высокая вероятность смертельных последствий;

- третья группа – отравление мухоморами: проявляется через 30 минут – 6 часов, появляется тошнота, рвота, расстройство желудка, головокружение, бред, расширение зрачков. Редко наступает смерть;

- четвертая группа – отравление опятами ненастоящими, желчным и чертовым грибом и неспецифическое отравления съедобными грибами при неправильном приготовлении, хранении и заготовки. Отсутствуют общие признаки отравления, которое проявляется через 30 минут – 2 часа расстройством желудочно-кишечного тракта [2].

Цель. Изучить статистические данные об отравлениях грибами в Республике Беларусь, а также провести анализ информированности студентов о съедобных, условно-съедобных и ядовитых грибах, произрастающих в белорусских лесах.

Материалы и методы исследования. Изучены статистические данные об отравлениях грибами за 2015-2019 гг. из открытых интернет-источников [3]. Проводилось анкетирование 128 студентов медицинского университета с использованием ресурса Google-формы. 85,2% опрошенных являлись девушками, 14,8% – юношами. Возраст опрашиваемых: 17 лет – 2,3%, 18 лет – 35,9%, 19 лет – 43,8%, 20 лет – 10,2%, 21 и старше – 7,8%.

С помощью интернет-теста сайта tut.by «Отличите ядовитый гриб от съедобного» проведено тестирование 58 респондентов [4]. Материалы систематизированы, результаты исследования были обработаны с использованием методов описательной статистики с помощью таблиц Excel.

Результаты и их обсуждение. Отравления грибами являются актуальной проблемой в нашей стране. Так, за период 9 месяцев 2019 года в Беларуси было зафиксировано 35 случаев отравления грибами с 38 пострадавшими. В 2018 году от отравления пострадали 50 человек. В 2017 году в Беларуси зафиксировано 83 случая отравления с 87 пострадавшими. В 2016 году известно о 47 случаях отравления грибами, при которых пострадал 51 человек. В 2015 году в республике зарегистрировано

27 случаев отравления грибами, пострадали 28 человек (таблица 1).

Таблица 1. – Статистика отравлений грибами

Годы	2015	2016	2017	2018	2019
Количество случаев	27	47	83	50	35
Количество пострадавших	28	51	87	50	38

С помощью опросника Google-формы было изучено отношение респондентов к употреблению и сбору грибов. На вопрос «Употребляете ли вы грибы?» 84,4% ответили положительно, 15,6% ответили отрицательно. Из них: 43% собирают грибы самостоятельно, 35,9% – покупают в магазине, 21,1% – доверяют сбор знакомым.

На вопрос «Умеете ли вы отличать ядовитые грибы от съедобных?» 66,4% ответили положительно, 33,6% – отрицательно. 14,1% опрошенных собирают только белые грибы, 25% – лисички, 55,5% – собирают со знакомыми и советуются с ними, 5,4% – берут всё, что видят.

Результаты тестирования респондентов на способность отличить ядовитый гриб от съедобного представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Результаты теста «Отличите ядовитый гриб от съедобного»

Количество набранных баллов	10	9	8	7	6	5	4
Количество участников	1	4	11	21	12	6	3

Из таблицы 2 видно, что только 1 участник из 58 правильно ответил на все поставленные вопросы.

Выводы. Полученные данные свидетельствуют, что среди обследованных лиц сохраняется вероятность отравления грибами, особенно при их самостоятельном сборе в лесу. В тоже время грибы являются ценным пищевым продуктом – источником белков и микроэлементов, употребление которых является компонентом сбалансированного рациона питания. Таким образом, учитывая сохраняющуюся высокую частоту отравлений грибами необходимо еще раз напомнить профилактические мероприятия:

- не употребляйте в пищу как сырые, так и приготовленные дикорастущие грибы, в съедобности которых вы не уверены;
- собирать необходимо только те грибы, которые вы хорошо знаете, обязательно с ножкой;
- отправляясь на сбор грибов, по возможности, пригласите опытного грибника;
- не полагайтесь на иллюстрированные руководства при идентификации грибов и определении их съедобности;

- не собирайте грибы вдоль автомобильных дорог, железнодорожных путей, в черте города;
- не пробуйте сырые грибы на вкус;
- не покупайте грибы у случайных людей;
- помните, что ядовитые грибы нередко растут рядом со съедобными и могут быть очень похожи на них;
- помните, что даже съедобные грибы при неправильном приготовлении и хранении могут стать несъедобными и токсичными;
- не занимайтесь самолечением – обратитесь за медицинской помощью.

Литература:

1. Грибы: справочник / пер. с итал. Ф. Двин. – Минск : Астрель, 2001. – 304 с.
2. Грюнерт, Г. Грибы / Г. Грюнерт, М. Грюнерт. – Минск : АСТ, 2002. – 288 с.
3. Пресс-релизы телеграфного агентства БЕЛТА [Электронный ресурс]. – Минск, 2019. – Режим доступа: <https://www.belta.by/society/view/bolshe-vsego-sluchaev-otravlenija-gribami-proizoshlo-v-minske-i-mogilevskoj-oblasti-360665-2019/> – Дата доступа: 16.09.2019.
4. Тест «Отличите ядовитый гриб от съедобного» [Электронный ресурс]. – Минск, 2019. – Режим доступа: <https://42.tut.by/646205> – Дата доступа: 16.09.2019.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ОТНОШЕНИЯ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, ПОЛУЧАЮЩИХ МЕДИЦИНСКОЕ И НЕ МЕДИЦИНСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ К БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫМ ДОБАВКАМ

Борисова В.Ю., Гилевская А.А.
студентки 3 курса лечебного факультета

Научный руководитель – к.м.н., доцент Мойсеёнок Е.А.

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Витамины – это органические соединения различной химической природы, необходимые для питания человека и животных в очень малых количествах по сравнению с основными питательными веществами (белками, жирами, углеводами), но имеющие огромное значение для нормального обмена веществ и жизнедеятельности.

Большинство необходимых витаминов и микроэлементов мы получаем с едой. При дефиците определенных элементов могут возникать проблемы, связанные с пищеварением, заболеваниями кожи, состоянием костей или даже развитием деменции.