

что дефицит кальция приводит к снижению минерализации костной ткани. Наиболее богаты кальцием молочные продукты, сухофрукты, рыба. Также можно повысить уровень адсорбции кальция в желудочно-кишечном тракте путем назначения витамина D или путем экскреции кальция с мочой, уменьшив поступления натрия (в частности, поваренной соли) [3].

При анализе частоты потребления мясных продуктов обнаружено, что мясные продукты в свой ежедневный рацион включают 51,5% респондентов, 33,5% – 1-2 раза в неделю, 10,8% – 1-2 раза в месяц, 4,2% респондентов употребляют мясо несколько раз в год. Известно, что богатое белками и жирами пища угнетает всасывание кальция в кишечнике [3].

При анализе частоты употребления кофе выявлено, что основное количество опрошенных (26%) пьют кофе 1 раз в день, 18% употребляют кофе 2-3 раза в неделю, 17% пьют кофе 2 раза в день, 15% – 3-5 чашек кофе в день, что указывает на достаточно высокий уровень потребления кофе среди респондентов. При этом известно, что при злоупотреблении кофеином наблюдается повышенная экскреция кальция с мочой [3].

Выводы. Среди респондентов выявлены поведенческие (употребление алкоголя, курение), алиментарные факторы риска развития остеопороза, что указывает на необходимость формирования здорового образа жизни.

Литература:

1. Корж, Н. А. Факторы риска остеопороза / Н. А. Корж, Н. В. Дедух // Международный медицинский журнал. – 2007. № 2. – С. 70-74.
2. Волкова, Л. Ю. Алиментарные факторы формирования костной ткани у детей и подростков. Пути профилактики возможных нарушений / Л. Ю. Волкова // Вопросы современной педиатрии. – 2015. Т. 14, № 1. – С. 124-131.
3. Лесняк, О. М. Питание и здоровый образ жизни в профилактике и лечения остеопороза / О. М. Лесняк // Вопросы питания. – 2010. – № 1. – С. 146-148.

ОЦЕНКА СТЕПЕНИ ИНФОРМИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ О СОСТАВЕ И СВОЙСТВАХ КОСМЕТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

Бурая О.М., Овсейчик В.И.

студенты 3 курса педиатрического факультета

Научный руководитель – к.м.н., доцент Есис Е.Л.

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Косметика – это действительно целый огромный мир! Ведь в нем уместается так много! Несколько серьезных наук – химия, физиология, анатомия, гигиена, косметология. В нем находятся гигантские производственные предприятия, круглосуточно выпускающие десятки

тонн и тысячи наименований разнообразной косметики для всех типов кожи, возрастов, потребностей. Внутри это мира – миллиарды клиентов, со своими желаниями, мечтами и нуждами.

Потребители предъявляют к косметике все более высокие требования, растут и ожидания. Вчерашние шампуни должны были всего лишь мыть волосы и давать приятную пену. От сегодняшних требуется, чтобы они не только мыли, но и придавали волосам блеск, объем, укрепляли до самых кончиков и, желательно, еще останавливали выпадение волос. Вчерашние кремы предназначались для увлажнения, смягчения кожи и маскировки внешних признаков старения, а сегодняшние косметические средства должны устранять морщины, возвращать коже сияние юности, активизировать дыхание и энергетику клеток кожи, защищать ее от вредных воздействий и лечить различные кожные заболевания [1, 2, 3].

Ассортимент косметических товаров очень разнообразен по функциональному назначению: средства гигиенические, косметические, декоративные, защитные, лечебно-профилактические и специальные. К группе гигиенических средств относят моющие и очищающие средства. В группу косметических средств входят средства по уходу за кожей, улучшающие ее состояние и внешний вид. Декоративную функцию выполняют средства, позволяющие придать привлекательность внешнему облику человека – губная помада, тушь для ресниц, лак для ногтей и др. Защитными свойствами обладают средства, призванные предохранять кожу от вредного воздействия окружающей среды. Лечебно-профилактические средства обладают профилактической функцией, рекомендуются при повышенном потоотделении, угревой сыпи, перхоти и т. д. К специальным средствам относят отбеливающие кремы, кремы для массажа. Часто косметические средства выполняют одновременно несколько функций – сочетают косметическую и декоративную, гигиеническую и защитную [5].

В связи с этим все косметические изделия представляют собой сложную, многокомпонентную систему, в состав которой входят жировые, структурообразующие, поверхностно-активные вещества, красители, специальные добавки (антимикробные, фотозащитные и др.), биологически активные вещества (витамины) и др., поэтому необходима тщательная оценка токсикологических свойств с целью обеспечения выпуска высококачественной продукции, безвредной для потребителя. Наблюдающийся в последние годы многократный рост объемов потребления косметических средств, увеличение числа потребителей услуг и появление новых технологий в салонах красоты требует современных подходов в гигиенической оценке влияния комплекса химических соединений на организм человека, обеспечения его санитарно-эпидемиологического благополучия. И можно спорить косметика – хорошо это или плохо, но безразличных не будет, ведь это касается состояния здоровья человека [4].

Цель. Оценить степень информированности студентов о составе и свойствах косметических средств.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось методом социологического опроса с применением специально разработанной анкеты, содержащей вопросы, отражающие степень информированности студентов о составе и свойствах косметических средств. Группой респондентов являлись 150 студентов в возрасте 17-25 лет, из которых 89% девушек и 11% юношей, средний возраст опрошенных составил $19,4 \pm 0,1$ г.

Перед исследованием получено согласие на анкетирование, были объяснены цель проведения опроса и правила заполнения анкеты. На сформулированный вопрос в большинстве случаев требовался только один ответ. Отдельные вопросы допускали несколько вариантов ответов, что было учтено при статистической обработке результатов.

Анализ полученных данных проводили с использованием стандартных методов статистических исследований.

Результаты и их обсуждение. В процессе исследования выявлено, что более 70% опрошенных студентов широко используют косметические средства. При этом 87% респондентов считают, что косметика может быть опасна для состояния здоровья. Косметические средства, по мнению студентов, становятся причиной аллергических реакций (44,4% ответов), могут оказывать общетоксическое действие (15,8% ответов), а также способствовать появлению опухолей (12% ответов). Причиной нарушения состояния здоровья по степени уменьшения значимости студенты называют состав, срок годности, количество используемых средств и частоту использования. Сами респонденты, однако, очень редко обращают внимание на состав косметических средств: 41,6% – иногда интересуется, 37% – не обращают внимания, только 21,4% опрошенных смотрят состав косметики. В связи с этим, согласно данным опроса, студенты недостаточно информированы о вредных веществах – компонентах косметических средств. Однако 63% опрошенных ответили, что при покупке косметических средств руководствуются ценой и качеством.

В процессе исследования изучалось отношение студентов к натуральной косметике. Такая маркировка неизменно привлекает внимание, ведь в сознании большинства людей «натуральный» означает «безопасный» и «полезный». Между тем далеко не все представляют, какие ингредиенты косметики являются натуральными, что должно входить в состав натуральной косметики, всегда ли «натуральный» лучше, чем «синтетический», и насколько реально создание полностью натуральной косметики.

Очень сложно сделать косметику одновременно качественной, стабильной, привлекательной для потребителя, безопасной и натуральной. На практике всегда приходится комбинировать натуральные и синтетиче-

ские ингредиенты, оставляя полностью натуральными только биологически активные добавки (чаще всего, это растительные экстракты), или идти на маленькие хитрости, называя «натуральными» ингредиенты, полученные из природного сырья, но с применением достижений современной химии.

Следует понимать, что не все натуральные ингредиенты безвредны, так же как не все «синтетические» вещества вредны. Например, в дневном креме минеральное масло (при условии, что оно хорошо очищено), или силиконы, могут оказаться более безопасными для кожи, чем растительные масла, легко подверженные окислению.

При ответе на вопрос: «Пользуетесь ли Вы натуральной косметикой?» – пользуюсь, у меня её много и пользуюсь, но не часто ответили, соответственно, 5,8% и 20,1% студентов, 33,8% указали, что имеют одно или два средства, 23,4% респондентов не имеют такой косметики. Однако в понятии студентов «100% натуральные косметические средства» – это овощи и фрукты (4,5% ответов), органические косметические средства (48,1% ответов), косметические средства, не содержащие химических веществ (26% ответов), 13,6% студентов не имеют понятия о натуральной косметике. В связи с этим важно владеть хотя бы общей информацией о компонентах косметики, знать их влияние на организм. И тогда выбрать станет легче, а эффективность нашего выбора будет в разы больше.

Выводы. Таким образом, несмотря на широкое применение косметических средств, студенты плохо ориентируются в составе и свойствах их компонентов.

Литература:

1. Баев, А. И. Индустрия красоты: тенденции, проблемы, решения / А. И. Баев // Фармац. вестн. – 2004. – № 36. – С. 37.
2. Бехорашвили, Н. А. Разработка системы оценочных показателей лечебно-косметической продукции аптечной организации : автореферат диссертации на соискание ученой степени канд. фарм. наук: 15.00.01 / Н. А. Бехорашвили ; Московская медицинская академия им. И. М. Сеченова. – М., 2009. – 26 с.
3. Бехорашвили, Н. А. Выбор косметики: потребительские акценты / Н. А. Бехорашвили, Е. А. Максимкина // Российские аптеки. – 2008. – № 17. – С. 18-19.
4. Бобылев, Н. И. Косметические средства в аптеках / Н. И. Бобылев // Фармац. вестн. – 2007. – № 5. – С. 19.
5. Дрибноход, Ю. Ю. Косметология. – 10-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. – С. 406-424.