

Кроме того, метод рентгеноскопии позволяет проводить дифференциальную диагностику между ПРСП и стенозирующим раком пищевода. Как в одном, так и в другом случае просвет пищевода сужен, имеет место супрастенотическое расширение. Однако при раке пищевода его стенки неровные, изъеденные, имеется супрастенотическое расширение бокаловидной формы [2].

Выводы:

1. ПРСП одно из самых распространённых заболеваний пищевода, для диагностики которого используются лучевые методы исследования.

2. Лучевые методы исследования позволяют проводить дифференциальную диагностику ПРСП с его злокачественными опухолями.

Литература

1. Руцкий, А.В. Рентгенодиагностический атлас В 2 ч. Ч II. Болезни внутренних органов / А.В. Руцкий, А.Н. Михайлов // Выш. шк., 1987. – 320 с.

2. Овчинников, В.А. Основы лучевой диагностики: пособие для студентов медико-диагностического факультетов по специальности «Медико-диагностическое дело» / В.А. Овчинников, Л.М. Губарь. – Гродно: ГрГМУ, 2016. – 362 с.

«БЫСТРАЯ ЕДА»

КАК ФАКТОР РИСКА ЗДОРОВЬЮ МОЛОДЕЖИ И ЕЕ ВЗАИМОСВЯЗЬ С ДИАБЕТОМ И ОЖИРЕНИЕМ

Ерш П.С., Драчиловская И.В.

студенты 3 курса медико-психологический факультет

Научный руководитель – ст. преподаватель Смирнова Г.Д.

Кафедра лучевой диагностики и лучевой терапии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Рациональное питание – эффективный инструмент снижения заболеваемости и смертности. По мнению академика «РАН» Виктора Тутельяна от здравоохранения зависит 15–20% здоровья человека, и примерно 50% – от здорового,

полноценного питания, еще треть – это физическая активность и отказ от вредных привычек [1]. Молодое население РБ большую половину дня проводят в учреждениях образования, у них мало времени для прогулок, движения и занятий спортом. Стрессы тоже вызывают неконтролируемое поглощение пищи. У молодых людей на сегодняшний день «быстрая еда» (или «фаст-фуд») чрезвычайно популярна, но заменяя ею здоровую еду, большинство не задумывается о последствиях. Информация о том, что в ее составе содержатся смесь трансгенной сои, консервантов, стабилизаторов, красителей, ароматизаторов, насыщенных животных жиров не так доступна, как привлекательная и красочная реклама. Также среди молодежи встречаются некоторые пищевые привычки, которыми не следовало бы злоупотреблять: избыток крахмалистых овощей, перекусы сухофруктами, избыток орехов, любовь к красному мясу, увлечение полуфабрикатами и фастфудом [2].

Как фактор риска здоровью человека «быстрая еда» приводит ко многим заболеваниям, из которых самые распространённые – диабет и ожирение. Диабет начинается, когда организм перестает вырабатывать инсулин – гормон, который контролирует уровень сахара в крови. Как прогнозирует Международная федерация диабета (International Diabetes Federation, IDF) к 2030 году каждый десятый житель Земли будет страдать от диабета. Первое место по абсолютному числу диабетиков в мире сейчас занимает Китай – около 90 млн человек [5]. Ожирение – это заболевание, которое характеризуется избыточным накоплением жировой ткани в организме человека. Американская нация, которая, «сидит на фастфуде» является самой полной нацией на планете, где 61% населения США страдает от ожирения. Социальная значимость обусловлена угрозой инвалидизации пациентов молодого возраста, а также снижением продолжительности жизни из-за развития ряда сопутствующих заболеваний [3].

В Беларуси «быстрая еда» тоже становится все более привычной. Несоответствие доходов населения и его потребностей создает неудовлетворенный спрос, который вполне органично направляется на фастфуд, являющийся наиболее доступным продуктом, фактически не имеющим альтернативы. Ведь в белорусских городах пока еще недостаточно недорогих ресторанчиков

или кафе, предлагающих полноценную пищу. По данным статистики ВОЗ, в 2012 году в Беларуси работало 43 ресторана быстрого питания, что составило 6,5% от общего количества заведений общепита. Не так уж и много, если не учитывать, что Беларусь уже попала в список самых толстых стран мира [4].

В среднем калорийность одного похода в ресторан фастфуда для взрослого составляет 836 калорий, 756 калорий для подростков и 733 калории для детей. В такой еде мало полноценного белка, витаминов, зато в избытке простых углеводов, жира, соли. Ситуация усугубляется, если запивать эту еду сладким газированным напитком. Коварность фастфуда заключается еще и в том, что наш мозг не в силах трезво оценить количество калорий в такой еде и своевременно подать сигнал о насыщении. В среднем взрослый посетитель ресторанов быстрого питания недооценивает реальный объем съеденного на 175 калорий, а подростки на – 259 калорий. Кроме того, быстрая еда может вызывать пищевую зависимость [4].

Цель. Изучить информированность молодежи об отношении к быстрой еде как фактору риска здоровью и ее влиянии на развитие диабета и ожирения.

Материалы и методы исследования. Валеолого-диагностическое исследование 100 респондентов в возрасте от 16 до 25 лет, проживающие в областных центрах Беларуси (г. Гродно и г. Минск). Тестирование проходило на сайте: <https://docs.google.com/forms/>.

Статистическая обработка полученных данных проведена с использованием прикладных программ «Статистика 11.2».

Результаты и их обсуждения. Студенческая молодежь составляет социальную группу населения, объединенную определенным возрастом, особенными условиями труда, жизни и быта. Оценка собственного состояния здоровья, сложившаяся на фоне конституциональных особенностей организма под воздействием фактического питания, показала, что хорошая самооценка собственного здоровья оказалась у 46,5% респондентов. При субъективной оценке адекватности своего питания по показателю массы тела установлено, что 59,3% считают свою массу тела нормальной, 27,7% – избыточной, 11,9% – недостаточной (субъективно треть

студентов оценивают свою массу тела как неудовлетворительную). Однако среди тех, кто указал, что имеет лишнюю массу тела, только 30,1% считают, что у них есть риск развития ожирения.

Самым популярным блюдом в столовой 68,9% выбрали котлеты, быстрорастворимую лапшу и пюре, 58,9% – пирожки и булочки, а самой популярной приправой у 89,9% является соль и перец, у 69,5% кетчуп, у 59,5% майонез.

Установлено, что, несмотря на наличие возможности питаться рационально, 75,1% молодежи включает в свой рацион питания фастфуд. Из них 63,2% респондентов употребляют фастфуд очень редко, 32,4% 1–2 раза в неделю и 4,4% регулярно.

Все респонденты считают, что знают, что такое «фаст-фуд», и то, какое действие он оказывает на организм (в продуктах содержится большое количество холестерина – 88,6%, «быстрая еда» приводит ко многим заболеваниям – 83,0%, к ожирению – 70,4%, к диабету 32,2%, к гастриту – 29,8%) и 65,9% признают, что «фаст-фуд» не является основой здорового питания.

Хотя почти $\frac{3}{4}$ респондентов и связывает проблему лишнего веса с употреблением «быстрой еды», их отношение к его распространению и доступности распределилось примерно равномерно: сторонников 56,8% и 43,2% противников. Среди сторонников «фаст-фуда» включать его в свой рацион с 6 лет стали 23,5%, с 10 лет – 36,9%, с 14 лет все остальные.

Несмотря на то, что перед началом исследования были предоставлены данные о составе фастфуда, 4,4% студентов не видят в его употреблении никакого вреда и будут продолжать питаться им в дальнейшем. Основной причиной является тот факт, что 73,1% молодых людей данный вид пищи очень нравится по вкусовым качествам, еще 23,3% респондентов употребляют его из-за нехватки времени для приготовления еды в домашних условиях.

В ходе исследования было установлено что 60,1% респондентов не знали, что даже такая быстрая еда как сухофрукты, орехи и красное мясо могут спровоцировать диабет и поэтому включают их в свой рацион по принципу «захотел-поел-забыл». Но при всем этом более 70% знают осложнения диабета (язва, инфаркт, ухудшения зрения).

При выборе ресторана быстрого питания большей популярностью у любителей «быстрой еды» пользуется сеть «McDonald's».

Подавляющее большинство (87,2%) респондентов могут потратить на фастфуд 15 рублей в день.

Основные сведения о рациональном питании 74,5% получают из Интернета (для остальных важно мнение друзей).

Выводы. Результаты свидетельствуют, что современная молодежь недостаточно информирована как в вопросах рационального питания, так и во влиянии «быстрой еды» на здоровье человека. Выбор продуктов питания студентов формируется под влиянием интернета и рекламы, собственных пищевых предпочтений, а не научно обоснованных рекомендаций. Это лишний раз подчеркивает, что существует необходимость антирекламы «быстрой еды» в молодежной среде.

Литература

1. Разумный человек всегда может составить себе здоровое меню, было бы желание [Электронный ресурс]. – Текстовые данные – Режим доступа : <https://medportal.ru/mednovosti/news/2019/02/25/079food/> – Дата доступа : 24.02.2019.

2. Когда полезное – вредно: от чего отказаться, чтобы снизить риск диабета? [Электронный ресурс]. – Текстовые данные – Режим доступа : https://www.cosmo.ru/health/your_health/kogda-poleznoe-vredno-ot-chego-otkazatsya-chtoby-snizit-risk-diabeta/ – Дата доступа : 26.02.2019.

3. Ожирение как фактор развития заболеваний кардиореспираторной системы [Электронный ресурс]. – Текстовые данные – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/ozhirenie-kak-faktor-razvitiya-zabolevaniy-kardiorespiratornoy-sistemy>. – Дата доступа: 02.03.2019.

4. Беларусь является самой «толстой» среди стран СНГ [Электронный ресурс]. – Текстовые данные – Режим доступа : <https://kraj.by/belarus/news/novosti-belarusi/-belarus-yavlyaetsya-samoj-tolstoy-sredi-stran-sng-2013-08-24>. – Дата доступа : 05.03.2019.

5. Диабет становится болезнью века [Электронный ресурс]. – Текстовые данные – Режим доступа : <https://www.interfax.by/article/86046>. – Дата доступа : 06.03.2019.

6. Каковы причины возникновения сахарного диабета [Электронный ресурс]. – Текстовые данные – Режим доступа : <https://aboutdiabetes.ru/kakovy-prichiny-vozniknoveniia-saharnogo-diabeta.html>. – Дата доступа : 08.03.2019.