

# ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ РИСК СЕЛЕНОДЕФИЦИТА В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ И ВЛИЯНИЕ НА ЧЕЛОВЕКА

Зычков Г. В.

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь

Кафедра лучевой диагностики и лучевой терапии

Научный руководитель – старший преподаватель Смирнова Г. Д.

**Актуальность.** Селен является эссенциальным микроэлементом, который необходим для нормальной жизнедеятельности организма человека. В последнее время все большее внимание привлекает регуляторная роль селена в организме, его антиоксидантные свойства, а также экологический риск возникновения селенодефицита в окружающей среде [1].

**Цель** – изучение экологического риска селенодефицита в окружающей среде, а также его влияния на нормальное функционирование человеческого организма.

**Материалы и методы исследования.** Обследованы 102 респондента с помощью валеолого-диагностических методов.

**Результаты.** По результатам исследования 54,8% респондентов указывают на угрозу существования селенодефицита в современной обстановке, также 48,1% участников опроса относят Республику Беларусь к территории селенодефицита.

Суточная потребность человека в селене, по мнению 50% респондентов составляет 0,5-0,7 мг (*норма составляет – 70-100 мкг.*).

Среди основных функций селена участники исследования выбрали: повышение иммунитета (67,3%), снижение риска сердечнососудистых заболеваний (63,5%), а также антиоксидантные свойства (51,9%).

Причиной селенодефицита 81,7% респондентов указывают его низкое содержание в продуктах питания. Основными проявлениями селенодефицита были выбраны следующие характеристики: возникновение нейродегенеративных заболеваний (56,7%), развитие и прогрессирование атеросклероза (49%) и наследственной миотической дистрофии (40,4%).

Продуктами, которые способствуют устранению селенодефицита по мнению 62,5% респондентов являются орехи, еще 54,8% указывают на морепродукты (крабы, креветки, кальмары), отдельно отмечают тунец (53%).

**Выводы.** Селен является важнейшим микроэлементом, без которого нормальное функционирование организма человека было бы невозможным. По результатам исследования следует отметить, что осведомлённость населения о проблемах селенодефицита в Республике Беларусь является недостаточной.

## Литература

1. Микроэлемент селен и селенодефицит [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://propionix.ru/mikroelement-selen-i-selenodeficit#vzaimod>. – Дата доступа: 15.02.2020.