

2. Биологическое значение железа [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://ru.wikipedia.org/wiki/Железо#Биологическое_значение_железа. – Дата доступа: 06.10.2021.

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ХАРАКТЕР ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

А.А. Мицукова

Научный руководитель – д.м.н., профессор И.Г. Зорина
ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный медицинский университет», г. Челябинск, Российская Федерация

Введение. На протяжении многих веков человечество сталкивается с глобальным распространением опасных вирусных инфекций. В настоящее время в перечень возбудителей, имеющих пандемический потенциал, вошел новый коронавирус SARS-CoV-2. Направление исследования на сегодняшний день является очень важным и актуальным, так как заболеваемость новой коронавирусной инфекцией, вероятно, коррелирует с состоянием здоровья и питанием студентов медицинского вуза [4].

Хотелось бы отметить, что несмотря на то, что медицинские работники имеют глубокие знания в вопросах профилактики различных заболеваний, но даже они нарушают эти меры с большей частотой, чем население, тем самым подвергая своё здоровье опасности [1, 2, 5].

Поднимая проблему новой коронавирусной инфекции, необходимо упомянуть влияние на здоровье, как на нервно-психическое, так и на физическое. Неврологические проявления не являются лидирующими в клинической картине заболеваний, вызванных коронавирусами, тем не менее имеются данные о возможных поражениях нервной системы и их роли в развитии дыхательных, сенсорных, двигательных, вегетативных и других расстройствах [7, 9].

Особенности строения вириона SARS-CoV-2 обуславливают возможное сродство к ряду рецепторов, экспрессируемых на мембране нервных клеток; учеными получены доказательства наличия вирусных белков или генетического материала в нервной ткани, а также течение уже имеющихся неврологических

заболеваний может обостриться. На основании анализа данных более ранних эпидемий коронавирусной инфекции, вероятнее всего, в отсроченном периоде неврологи столкнутся с когнитивными и психоэмоциональными расстройствами и другими патологиями [6].

Авторами [3, 8] установлено, что симптомы тревоги и депрессии, нарушение сна отмечают в среднем от 16% до 28% респондентов, что в 8% случаев сопровождается выраженным стрессом, также после перенесенной коронавирусной инфекции у 29% респондентов отмечаются извращения вкуса, запаха или их отсутствие и длительное восстановление.

Цель исследования: изучить влияние новой коронавирусной инфекции на состояние здоровья и особенности питания студентов-медиков.

Материал и методы исследования. В исследовании приняли участие 268 студентов с первого по шестой курс Южно-Уральского медицинского университета, из них 10,3% – юноши и 89,7% – девушки в возрасте от 18 до 24 лет.

Изучение условий, образа жизни, характера питания, заболеваемости COVID-19 проводилось методом анкетирования.

Анкета состояла из 42 вопросов, условно разделенных на блоки: первый блок – состояние здоровья и хронические заболевания студентов; второй блок – заболеваемость новой коронавирусной инфекцией и вакцинация от него; третий блок – рациональное и качественное питание, условия проживания, вредные привычки и другое. Вопросы имели несколько вариантов ответов. Студенты выбирали один или несколько вариантов, которые в большей степени соответствовали их мнению.

В работе использованы: аналитический, социологический и статистический методы исследования.

Результаты исследования и их обсуждение. Выявлено, что 40,7% респондентов считают свое здоровье «отличным», более одной трети (37%) – оценивает как «хорошее» и 18,5% – «удовлетворительное» и ни один обучающийся не оценил свое здоровье как «плохое» или «очень плохое». Почти у половины респондентов (48,5%) отмечены хронические заболевания и

47,1% опрошенных их не имеют, а 4,4% не знают есть ли у них хронические заболевания.

В структуре хронических заболеваний преобладают заболевания желудочно-кишечного тракта (преимущественно, хронический гастрит, дуоденит, колит, холецистит) – 32,4%, также заболевания верхних дыхательных путей (преимущественно, хронический тонзиллит) – 16,2%, заболевания органов зрения (миопия различной степени тяжести) – 13,5%, на долю заболеваний сердечно-сосудистой системы приходится 10,8%, костно-мышечной системы – 5,7%, эндокринной системы – 4,0%, мочеполовой системы – 2,8%, соответственно.

По результатам анкетирования выявлено, что 83,3% студентов испытывают слабость, утомляемость, раздражительность, плаксивость, нарушения сна, снижение работоспособности и внимания, что является симптомами хронической усталости, причинами которой вероятно могут быть эмоциональные перенапряжения, стрессы, болезнь (в том числе COVID-19).

У 20,6% опрошенных студентов наблюдаются головные боли, головокружения, чувство «дурноты», покалывание в области сердца, сердцебиение, свидетельствующие о функциональных нарушениях деятельности сердечно-сосудистой системы.

Выявлено, что более половины (52,9%) перенесли новую коронавирусную инфекцию, а 47,1% – не болели. Интересно отметить, что 38,2% студентов переболели только 1 раз, а 7,4% – по 2 раза.

По результатам исследований отмечено, что 88,2% опрошенных вакцинированы от COVID-19 и всего лишь 11,8% не вакцинированы,

36,8% опрошенных считают, что перенесенное заболевание (новая коронавирусная инфекция) никак не отразилась на их питании, 13,2% респондентов так не считают и отмечают, что у них извратились вкусовые и обонятельные ощущения, больше не хотят есть мясо, лук, приправы, огурцы и маслины.

Обострение хронических заболеваний отмечают 8,8% опрошенных.

Испытывают дефицит сна 92,0% респондентов, при этом 69,1% юношей и девушек ложатся спать далеко за полночь и спят меньше нормы на 2-3 часа.

Большая часть (73,3%) опрошенных не соблюдают режим питания: 10,3% получают четырехразовое, 58,8% – трехразовое и 26,5% – двухразовое питание и 63,3% употребляют фастфуд.

В ходе исследования выявлено, что количество курящих юношей и девушек составляет 20,6%, из них 11% курят более двух лет и выкуривают по десять сигарет в день, 67,2% студентов-медиков употребляют алкогольные напитки 2-3 раза в месяц.

Благоприятные условия проживания отметили 88,7% респондентов, удовлетворительные – 11,3%. Отметим, что чем лучше условия проживания студента, тем больше времени уходит на дорогу от места проживания до места обучения: и более четырех часов в день тратят на дорогу 46,5% юношей и девушек, более двух часов – 19,7% и около 30 минут – 33,8%.

Анализ проведенного анкетирования показывает, что 70,4% студентов не смотрят телевизор, 28,2% смотрят не более 30 минут и только 1,4% – более 1 часа в день. Менее 30 минут в день проводят время за компьютером 56,3% респондентов, более часа – 36,6% и 7,1% – совсем не работают за компьютером.

Выявлено, что около половины студентов (52,9%) не пользуются услугами общественного питания в университете, а 25,0% пользуются и столовой, и буфетом, 10,3% совмещают питание, принесенное из дома, и питание из столовой.

Выясняя причины, по которым студенты не пользуются услугами общественного питания в университете, выявлено, что 44,1% приносят еду из дома, 33,8% – либо не успевают воспользоваться услугами, либо еда им кажется дорогой, 32,4% – не устраивает ассортимент готовых блюд, 26,5% – отметили, что еда в столовой невкусная, и 10,3% – в качестве причины отметили привычку не завтракать и не обедать.

Опрошенные респонденты предпочитают потреблять следующие продукты: выпечка/пирожные – 42,6%, вторые блюда – 29,4%, соки/вода газированная – 27,9%, непопулярные блюда: супы – 4,4%, шоколад/конфеты – 5,9%, чипсы/сухарики – 1,5%. Основными недостатками в обеспечении качества питания

в университете студенты выделили следующие длительные ожидания в очереди (60,3%), недостаточное количество точек питания в университете (61,8%), завышенные цены в точках питания (44,1%).

Выводы. Таким образом, на основании проведенного исследования можно сделать вывод о том, что пандемия новой коронавирусной инфекции несомненно повлияла на качество жизни и здоровье студентов-медиков ЮУГМУ.

Выявлено, что 48,5% студентов-медиков отметили наличие хронических заболеваний, в то же время коронавирусная инфекция не оказала существенного влияния на их обострение, что, возможно, связано с активной вакцинацией студентов (88,2%) в период пандемии.

Среди хронических заболеваний приоритет принадлежит заболеваниям желудочно-кишечного тракта (32,4%), что, считаем, обусловлено нерациональным образом жизни, питанием, несоблюдение режима отдыха, сна, курением и приёмом алкоголя студентами-медиками.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости разработки и внедрения комплексных мероприятий по мотивации и стремлению улучшения образа жизни студентов-медиков, по формированию качественных медико-гигиенических знаний, выработке умений и навыков в управлении здоровьем, по внедрению технологий управления здоровьем, основанных на индивидуальной ответственности, регулярном контроле качества жизни с применением информационных технологий.

Литература

1. Состояние здоровья студентов-медиков и факторы его определяющие / Р. М. Бердиев [и др.]. // Российский медико-биологический вестник имени академика И. П. Павлова. – 2017. – № 25. – С. 1–13.
2. Баклыкова, А. В. Здоровье и образ жизни студентов-медиков / А. В. Баклыкова // Молодой ученый. – 2010. – Т. 2, № 5(16). – С. 205–7. – URL: <https://moluch.ru/archive/16/1554/>.
3. Карамнова Н. С., Драпкина О. М. COVID-19 и питание: новые акценты, прежние приоритеты (обзор рекомендаций) / Н. С. Карамнова, О. М. Драпкина // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. – 2020. – С. 327–30.
4. Особенности питания студентов медицинского вуза / П.И. Мельниченко [и др.] // Сеченовский вестник. – 2015. – № 4. – С. 45–8.

5. Мысина, Т. Ю. Формирование ценностного отношения к здоровью у студентов вуза / Т. Ю. Мысина // Вестник Самарской гуманитарной академии. – 2011. – № 2(10). – С. 46–57.

6. Островский, Д. И. Влияние новой коронавирусной инфекции COVID-19 на психическое здоровье человека / Д. И. Островский, Т. И. Иванова // Омский психиатрический журнал. – 2020. – С. 5–9.

7. Шумакова, О. В. Влияние всемирной пандемии на структуру цепочек поставок продуктов питания / О. В. Шумакова, О. Н. Крюкова // Электронный научно-методический журнал Омского ГАУ. – 2020. – № 4(23).

8. Осетрина, Д. А. Причины ухудшения состояния здоровья студентов / Д. А. Осетрина, В. В. Семёнова // Молодой ученый. – 2017. – № 13(147). – С. 649–51. – URL: <https://moluch.ru/archive/147/41309/> (дата обращения: 20.02.2022).

9. Пигасова, А. А. Состояние здоровья студентов-медиков в современных условиях обучения / А. А. Пигасова, Д. И. Савочкина // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 2. – С. 6–8.

COVID-19 В ЧУВАШИИ: ОТДЕЛЬНЫЕ КЛИНИЧЕСКИЕ И ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

К.Ю. Урмаева, Д.А. Иванова

Научный руководитель – д. м. н. Н.В. Макарова

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова», г. Чебоксары,
Российская Федерация

Введение. С 2020 года в России, как и во всем мире, получила широкую распространенность новая коронавирусная инфекция (COVID-19), которая приобрела характер пандемии и привела к неисчислимым человеческим потерям.

Появление заболеваний, вызванных данным вирусом, обладающим высокой патогенностью и повреждающим действием на организм человека, вошло в историю как «чрезвычайная ситуация международного значения» [1, 6, 7]. Это определило важность детального изучения особенностей клинических и эпидемиологических характеристик течения COVID-19 и его осложнений для совершенствования мер диагностики, лечения и выработки мер профилактики.