

## Литература:

1. Бертон, Р. Дж. Потенциальное влияние синтетического животного белка на животноводство: новая «война против сельского хозяйства» / Р. Дж. Бертон // Журн. сельских исследований. – 2019. – № 3. – С. 46–52.
2. Искусственная пища. Топ 10 искусственных пищевых продуктов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://himya.ru/iskusstvennaya-pishha.html>. – Дата доступа: 11.10.2022.
3. Искусственная пища [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://libtime.ru/science/iskusstvennaya-pishha.html?ysclid=19ba0csqsc652590814>. – Дата доступа: 03.09.2022.
4. Дивный новый мир: синтетическая еда будущего [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://spb.restoran.ru/spb/article-list/divnyy-novyy-mir-sinteticheskaya-eda-budushchego/>. – Дата доступа: 23.09.2022.

## ОЦЕНКА ОСВЕДОМЛЕННОСТИ О ВЛИЯНИИ ФОЛИЕВОЙ КИСЛОТЫ НА ПОДГОТОВКУ К БЕРЕМЕННОСТИ

Зяблов А.Н.

Гродненский государственный медицинский университет  
Научный руководитель – Синкевич Е.В.

**Актуальность.** На вынашивание здорового ребёнка влияют множество различных факторов. Некоторые из них невозможно принять в расчёт, другие поддаются анализу и корректировке. К ним относятся питание, исключение вредных привычек, занятия спортом и другие. Применение различного рода биологически активных добавок и витаминных комплексов, благотворно влияет на процессы зачатия, вынашивания и рождения здорового ребёнка.

**Цели исследования:** выяснить мнение респондентов о влиянии фолиевой кислоты на организм перед зачатием и на плод; степень осведомленности респондентов о необходимости подготовки к беременности.

**Материалы и методы исследования.** Проведено изучение и анализ тематических литературных и информационных источников. Применен метод анкетированного опроса с использованием разработанной валеологической анкеты.

В ходе анкетирования было задано 15 вопросов о необходимости подготовки к беременности, влиянии дефицитов и профицитов различных витаминов на её исход.

Анкетирование было проведено на современной платформе Google Forms. Всего опрос прошли 140 студентов. 14 из 15 вопросов были закрытого типа (требовался выбор уже готового(-ых) вариантов ответов) и 1 вопрос был открытого типа (требовался самостоятельный ответ).

Последующий статистический анализ результатов, построение диаграмм произведены при помощи программного обеспечения от Microsoft (Microsoft Excel 2013).

**Результаты исследования.** В исследовании приняли участие 140 респондентов: 127 женщин и 13 мужчин, что составило 90,7% и 9,3% соответственно в возрасте от 15 до 35 лет.

95,7% считают, что беременность должна быть планируемой, 2,9% затруднились ответить и 1,4% ответили, что беременность не должна быть планируемой.

Подготовка к беременности, по мнению респондентов, должна включать избавление от вредных привычек (95%), приём БАДов, витаминов (70,7%), правильное питание (85%), физическую активность (62,9%), а также чтение соответствующей литературы, консультацию с докторами, анализы и обследования и прочее (по 0,7%).

24% опрошенных считают, что наиболее эффективным препаратом при планировании беременности является фолиевая кислота; 28% – что поливитаминовые комплексы, 37% респондентов затруднились ответить (рисунок 1).



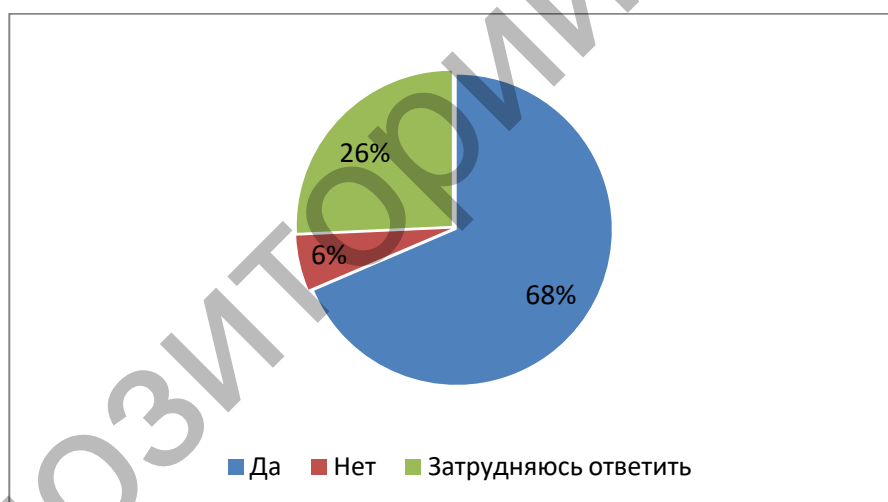
**Рисунок 1 – Препараты, наиболее эффективные при планировании беременности**

На вопрос «Считаете ли вы нужным употреблять фолиевую кислоту при планировании беременности?» 63,6% респондентов ответили утвердительно, 2,1% – отрицательно, 34,3% затруднились ответить.

К наиболее частым нарушениям развития плода при недостатке фолиевой кислоты участники анкетирования отнесли анэнцефалию (47,1%), незаращение позвоночника (41,4%), эктопию сердца (32,9%), грыжи головного мозга (30,7%), заячью губу (38,6%), инципцефалию (28,6%) и 18,4% респондентов затруднились ответить.

Избыток фолиевой кислоты у женщин, по мнению опрошиваемых, приводит к увеличению риска развития рака (30%), возникновению судорог (42,9%), к анемии (31,4%), головным болям (40,7%), снижению аппетита (25%), метеоризму (23,6%), учащению аллергических реакций (37,9%), повышению раздражительности (34,3%) и 21,3% респондентов затруднились ответить.

68,6% респондентов считают, что наступление гипервитаминозного состояния при неправильном применении фолиевой кислоты возможно, 25,7% уверены, что невозможно, 5,7% – затруднились ответить (рисунок 2).

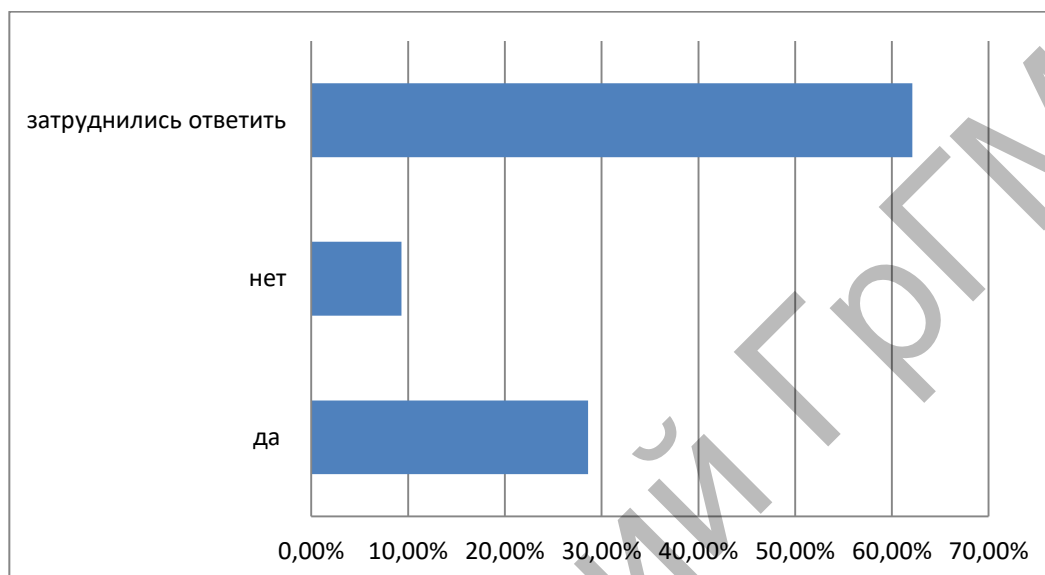


**Рисунок 2 – Возможно ли, по Вашему мнению, наступление гипервитаминозного состояния при неправильном приеме фолиевой кислоты?**

К наиболее часто встречаемым симптомам гипервитаминоза фолиевой кислоты респонденты отнесли нарушения сна (55,7%), раздражительность (49,3%), резкую смену настроения (46,4%), приступы агрессии (38,6%), анафилактический шок (25,7%), дыхательную недостаточность (24,3%), кому (17,1%) и 17,8% опрошенных – затруднились ответить.

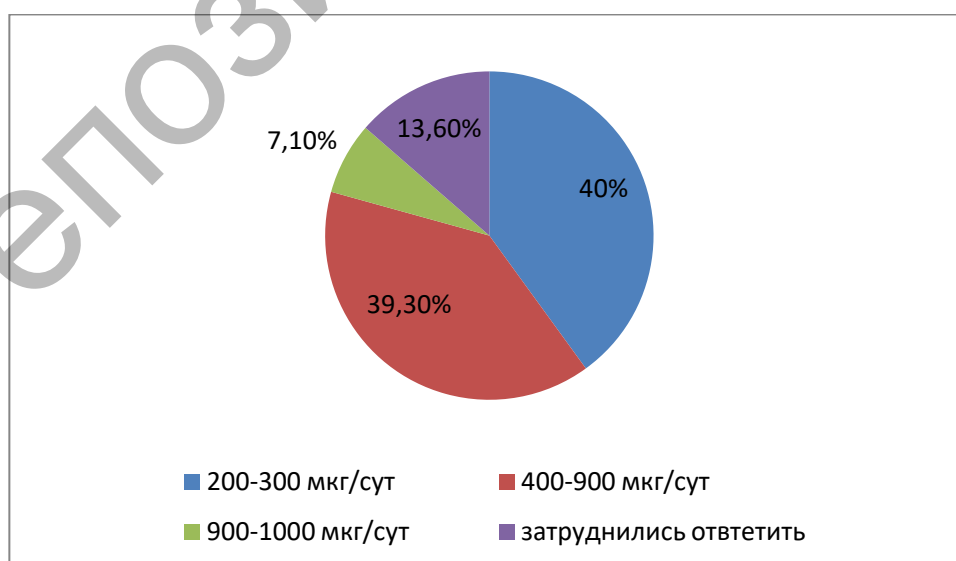
Недостаток фолиевой кислоты у мужчин респонденты связали с увеличением нежизнеспособности сперматозоидов (57,1%), импотенцией (38,6%), анемией (35%), тошнотой (24,3%); 20% посчитали, что никак не проявляется, а 12% затруднились ответить.

Среди участников опроса 28,6% считают, что мужчинам нужно принимать фолиевую кислоту при планировании ребёнка, 9,3% дали отрицательный ответ, 62,1% затруднились ответить (рисунок 3).



**Рисунок 3 – Должны ли мужчины принимать фолиевую кислоту?**

Суточную норму приёма в 400-900 мкг/сут определили 39,3% респондентов, считают нормой приёма препарата 200-300 мкг/сут – 40% анкетированных, 900-1000 мкг/сут – 7,1% опрошенных и 13,6% – затруднились ответить (рисунок 4).



**Рисунок 4 – Суточная норма приёма фолиевой кислоты?**

45% опрошенных считают, что приём фолиевой кислоты совместим с контрацепцией, 12,1% – что не совместим, 42,9% респондентов затруднились ответить (рисунок 5).



**Рисунок 5 – Совместим ли прием фолиевой кислоты с контрацепцией?**

По мнению респондентов фолиевая кислота содержится в бобовых (65,7%), орехах, таких как арахис и миндаль (54,3%), в кураге (34,3%), говядине (32,1%), курице (22,9%), картофеле (20%), мучных изделиях (14,3%).

**Выводы.** Таким образом, большинство опрошенных, т.е. студентов УО «Гродненский государственный медицинский университет», придерживаются мнения, что беременность должна быть планируемой.

Подготовка к беременности должна включать избавление от вредных привычек, правильное питание, физическую активность и приём БАДов, фолиевой кислоты и поливитаминовых комплексов.

Наиболее частыми пороками развития респонденты определили эктопию сердца, анэнцефалию, незаращение позвоночника.

Большинство опрошиваемых считают, что суточная доза фолиевой кислоты составляет 200-300 мкг, а при применении избыточного количества появляются судороги, анемия, головные боли, аллергические реакции и раздражительность.

Недостаток фолиевой кислоты у женщин приводит к общей слабости, выпадению волос, тошноте, бессоннице. У мужчин – импотенции, нежизнеспособности сперматозоидов и анемии.

Большая часть респондентов посчитали, что ответственность при планировании ребёнка лежит в равной степени на обоих партнёрах.

## Литература:

1. Кузнецова, И. В. Применение фолиевой кислоты в процессе прегра-видарной подготовки и во время беременности / И. В. Кузнецова, В. А. Коновалов // Рос. вестн. акушера-гинеколога – 2015. – № 15 (1). – С. 24–31.
2. Кузьменко, А. В. Роль L-карнитина, фолиевой кислоты, а также антиоксидантов в комплексной терапии мужского бесплодия / А. В. Кузьменко, В. В. Кузьменко, Т. А. Гяургиев // Проблемы репродукции. – 2018. – № 24 (5). – С. 108–112.
3. Авруцкая, В. В. Современные подходы к планированию беременности / В. В. Авруцкая // Естеств. науки. Актуал. вопр. акушерства и педиатрии. – 2006. – Спецвыпуск. – С. 8–10.
4. Камчатнов, П. Р. Когнитивные нарушения при дефиците витамина В12, фолиевой кислоты и гипергомоцистеинемии / П. Р. Камчатнов, И. В. Дамулин // Клиницист. – 2015. – № 1. – С. 18–23.
5. Шавырина, О. В. 5 симптомов дефицита фолиевой кислоты в организме / Шавырина О.В. [Электронный ресурс] / О. В. Шавырина. – Режим доступа: [https://medaboutme.ru/articles/5\\_simptomov\\_defitsita\\_folievoy\\_kisloty\\_v\\_organizme/](https://medaboutme.ru/articles/5_simptomov_defitsita_folievoy_kisloty_v_organizme/). – Дата доступа: 19.11.2022.

## ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ОСВЕДОМЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОБ ИСТОЧНИКАХ ЭНДОКРИННЫХ ДИЗРАПТОРОВ И ИХ ВЛИЯНИИ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

**Идрисова В.Т.**

Гродненский государственный медицинский университет  
Научный руководитель – к.м.н., доцент Пац Н.В.

**Актуальность.** Эндокринные дизрапторы (или «эндокринные разрушители») – экзогенные вещества, содержащиеся в почве, воде, воздухе, пищевых продуктах и некоторых промышленных изделиях. Термин «эндокринный разрушитель» был использован в статье для описания химических загрязнителей, которые нацелены на разрушение и нарушение функций эндокринной системы. С момента публикации статьи возрос исследовательский интерес к эндокринным нарушениям и повысилась осведомленность широкой общественности, научного сообщества и правительственных организаций о влиянии некоторых