

здоровья. Потребность выспаться на отдыхе есть у 56,9%, развлечения и спорт интересны 47,8%, уровень сервиса волнует – 33,9%, а 13,9% – его стоимость. О противопоказаниях и отрицательных факторах отдыха на курортах указали, что знают 73,5% молодежи. Среди препятствующих причин выделяют хронические заболевания на период обострения (52,9%), инфекционные и паразитарные заболевания до окончания срока изоляции (38,2%), острые заболевания до выздоровления (38,2%), злокачественные новообразования (26,5%), эхинококк (23,5%), все формы туберкулёза в активной стадии (20,6%) и т.д. К отрицательным факторам отдыха на курортах относятся в большей степени обострения имеющихся заболеваний (79,4%) и возникновение новых заболеваний (73,5%). Оценивая результаты курортного лечения, то 73,5% респондентов отметили, что почувствовали себя намного лучше прежнего, были полны сил.

Выводы. Республика Беларусь обладает разнообразными ресурсами для развития лечебно-оздоровительного туризма. Учитывая природно-климатические условия региона, наличие природных лечебных факторов в сочетании с другими процедурами позволяет повысить эффективность санаторно-курортного лечения. В результате проведенного исследования выяснилось, что 73,5% респондентов достаточно хорошо ознакомлены с видами санаторно-курортного лечения, их пользой и наносимым вредом и 81,1% стараются его использовать для улучшения своего здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Санаторно-курортное лечение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.agrozdrav.by> – Заглавие с экрана. – (Дата обращения: 26.11.2021)

АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ СЕЛЕНОДЕФИЦИТА СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

Вишневская Е. И.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: ст. преподаватель Смирнова Г.Д.

Актуальность. Селен – эссенциальный элемент антиоксидантной системы защиты организма человека, обладает иммуномодулирующим действием, наряду с цинком, кальцием и калием, он входит в состав более 200 гормонов и ферментов, а также регулирует работу всех органов и систем. В настоящее время у 80% населения наблюдается селенодефицит, что является фактором риска различных патологий, что является фактором риска различных патологий среди которых можно выделить: заболевания кожи, волос, ногтей; слабость, боли в мышцах; рост мужского и женского бесплодия; психические и

физические отклонения здоровья в детском и подростковом возрасте; возникновение ишемической болезни сердца, гипертонической болезни, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, невротозов и других «болезней цивилизации»; снижение качества и продолжительности жизни. Источником селена для организма является растительная и животная пища – это: печень, осьминог, кукуруза, капуста брокколи, рис, фасоль, грецкий орех, миндаль [1].

Цель. Изучить осведомленность о проблеме селенодефицита современного человека, а также влияние данного микроэлемента на жизнедеятельность организма.

Методы исследования. Валеолого-диагностическое исследование проводилось среди 64 респондентов (из них мужского пола 14,1%, женского 85,9%).

Результаты и их обсуждение. Допустили возможность существования селенодефицита для себя и своих близких 39,1% участников исследования. Основной причиной селенодефицита 81,7% участников исследования выбрали низкое содержание его в продуктах питания. К органам, где сконцентрирована большая часть селена – 54,7% участников исследования отнесли печень, почки, селезёнку, сердце, 25% – мышцы, кости и легкие, 21,9% выбрали поджелудочную железу и зубную эмаль. Основными проявлениями недостатка селена в организме отметили тошноту (51,6%), поражения ЦНС (46,9%), судороги и депрессию (35,9%). Большинство (59,4%) не знают, что такое болезнь Кешана и какие у нее клинические проявления.

Выводы. Подводя итог, следует отметить, что в целом респондентов информация о селенодефиците в Республике Беларусь интересует. Болезнь Кешана является экологически обусловленным заболеванием XX века и вспышка его может возникнуть в любом месте. Участники исследования недостаточно ориентированы в вопросах влияния селена на организм человека, не знают о продуктах, ликвидирующих селенодефицит, о суточной потребности элемента и влиянии на резистентность организма, что требует увеличения разъяснительной работы, в том числе среди населения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Микроэлемент селен и селенодефицит. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://propionix.ru/mikroelement-selen-i-selenodeficit#vzaimod>: – Дата обращения – 25.02.2021.