

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Жданко Н. А.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: ст. препод. Заяц О. В.

Актуальность. Питание является одним из ведущих факторов, определяющих здоровье человека, влияющих на продолжительность его жизни, профилактику заболеваний и их распространенность. Особенно важна роль рационального питания для подрастающего поколения. Рациональное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию, создает условия для адаптации подрастающего поколения к факторам окружающей среды, оказывает существенное влияние на состояние здоровья человека на протяжении всей последующей жизни [2,3,4]. Известно, что в период обучения в школе организм школьника испытывает повышенные нагрузки (умственные, физические), что связано с большим расходом энергии и с высоким потреблением пищевых веществ. В то же время, в научных исследованиях, посвященных проблемам питания школьников, показано, что рационы питания не отвечают физиологическим потребностям растущего организма в основных пищевых веществах и энергии. Нарушения питания у детской группы населения являются одной из причин заболеваний желудочно-кишечного тракта [1,5].

Цель. Проведение гигиенической оценки питания учащихся.

Методы исследования. Исследование проводилось методом социологического опроса с использованием валеологической анкеты. Всего опрошено 65 респондентов.

Результаты и их обсуждение. На вопрос «Как Вы оцениваете уровень Вашего здоровья?» респонденты ответили следующим образом: 53,8% респондентов оценили свой уровень здоровья как высокий, 43,1% – как средний уровень, 3,1% – как низкий уровень. На вопрос, сколько у вас основных приемов пищи 69,2% ответили, что они принимают пищу 3 раза в день; 16,9% – 4 и более раз в день; 13,9% – 2 раза в день. У респондентов выявлены следующие нарушения режима питания: 45,0% не завтракают, 55% завтракают. Среди факторов, которые, по мнению респондентов, могли повлиять на ухудшение здоровья в наибольшей степени, 67,2% школьников отметили «недосыпание», 65,6% – нерегулярное питание, 60,3% – наличие психоэмоционального напряжения (стресса). Ведущей патологией среди школьников является патология желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) – 46,6%, нервной системы (вегето-сосудистая дистония) – 18,3% и поражение органа зрения – 35,1%. Беспокоит рост популярности употребления у школьников

продуктов питания быстрого приготовления, которые содержат ароматизаторы, красители, модифицированные компоненты, в т. ч. сэндвичи, чипсы, газированные, сладкие и энергетические напитки. Так, по результатам опроса 26,6% респондентов – 2-3 раза в неделю употребляют чипсы, газированные напитки.

Выводы. При оценке фактического питания школьников, установлено, что для части школьников характерно нерациональное питание, также высокий уровень распространенности патологии ЖКТ, и высокий уровень употребления продуктов быстрого приготовления.

ЛИТЕРАТУРА

1. Принципы разработки функциональных продуктов для студентов / О. Е. Бакуменко [и др.] // Питание и здоровье. – 2020. – № 1. – С. 64–65.
2. Бакуменко, О. Е. Современные подходы к организации оптимального питания учащейся молодежи / О. Е. Бакуменко, А. Ф. Доронин // Питание и здоровье. – 2017. – № 7. – С. 36–38.
3. Исследование культуры питания студентов вузов / О. П. Балыкова [и др.] // Интеграция образования. – 2020. – № 2. – С. 56–59.
4. Бойцова, Е. С. Специализированные продукты питания в современном мире / Е. С. Бойцова // Медицинские науки. – 2020. – № 42. – С. 51–54.
5. Васильева, М. В. Оценка рационального питания студентов как одна из важнейших составляющих здоровья / М. В. Васильева [и др.] // Символ наук. – 2017. – № 4. – С. 134–136.

ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЙ РУБЦОВО-СПАЕЧНЫЙ ЭПИДУРИТ: АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

¹Жегздрин Д. В., ²Жегздрин В. З., ³Жегздрин Е. В.

¹Городская клиническая больница скорой медицинской помощи г. Гродно,

²МСЧ ОАО «Гродно Азот»,

³Гродненский государственный медицинский университет

Актуальность. С каждым годом количество операций, проводимых на пояснично-крестцовом отделе позвоночника, увеличивается. Поясничная микродискэктомия, выполняемая при грыже межпозвонкового диска, является стандартной операцией, проводимой во всех нейрохирургических отделениях Республики Беларусь [1].

Несмотря на развитие новых технологий и достигнутые успехи в оперативном лечении грыж межпозвонковых дисков в пояснично-крестцовом отделе, количество неудовлетворительных послеоперационных результатов в виде сохраняющегося болевого корешкового синдрома после операции не сокращается и достигает, по данным разных авторов, 5-20% [2].