

5. Снежицкий, П. В. К вопросу о формировании двигательной культуры как основы здорового образа жизни населения Республики Беларусь в социальных и профессиональных сообществах / П. В. Снежицкий. – Ученые записки : сб. рец. науч. тр. – М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: СБ Репкин (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2018. – Вып. 21. – С. 87-94.

ОТДЕЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ СРОКА ГОДНОСТИ КОФЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Ганебный А.А.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель – ст. преподаватель Смирнова Г.Д.

Актуальность. Кофе относится к наиболее популярным из числа ежедневно потребляемых напитков. Различия в рационе питания в разбросанных по всему миру уголках планеты свидетельствуют о том, что некоторые пищевые соединения могут как улучшить здоровье человека [1], так и нанести серьезный вред. Нанесет оно пользу или вред будет во многом зависеть от условий хранения, а также соблюдении срока годности. Важно отметить, что в истории медицины не зафиксировано случаев серьезных отравлений просроченным кофе, что может снизить страхи потребителя. Однако после употребления такого кофе, вы не получаете ожидаемой полноты аромата и достаточности вкусовых оттенков. Так или иначе, в исключительных случаях возможно наступление интоксикации из-за испорченных масел или плесени [2].

У испортившегося кофе появляется блеклый, невыразительный вкус, кислое или горькое послевкусие, теряется терпкий аромат и бодрящий эффект. Масла разлагаются, приводя к образованию альдегидов, кетонов и низкомолекулярных жирных кислот. Последние, не вредя здоровью человека, придают неприятный запах. Кетоны приводят к нарушению кислотно-щелочного баланса и обменных процессов. Кетоны совместно с альдегидами способны раздражать ткани, приводя к патологиям, особенно желудочно-кишечного тракта. Интоксикация от прогорклых масел встречается редко, однако в долгосрочной перспективе может представлять опасность [3]. Результатом попадания в организм человека плесени может стать появление таких заболеваний как астма и пневмония. Самым распространенным эффектом является сухой кашель, аллергические реакции, расстройство желудка, головные боли, носовые кровотечения. Длительное воздействие плесени может привести к внутреннему кровотечению,

поражению почек, печени и легких. На кофе микроорганизмы продуцируют афлатоксин В₁ и охратоксин А – канцерогены, разрушающие печень и иммунитет. Причину проявления этих заболеваний, порой, очень трудно распознать и нелегко вылечить [4].

Таким образом, не самая очевидная причина: кофе, может стать потенциальным возбудителем вышеперечисленных симптомов.

Цель. Рассмотреть осведомленность людей о влиянии кофе с истекшим сроком годности

Материалы и методы исследования. Валеолого-диагностическое исследование 84 респондентов (студентов ВШЭ, МГГКИ и студентов ГрГМУ). Из них 73,3% представителей женского пола и 26,7% представителей мужского пола в возрасте от 17 до 21 года.

Результаты и их обсуждение. При опросе участников опроса было выявлено, что 70,9% являются любителями кофе, что подтверждает популярность кофе в современном обществе. Оказалось, что 57% употребляет кофе в качестве источника удовольствия посредством вкуса и лишь 10,5% с целью избавления от усталости, но при этом 59,3% участников исследования никогда не смотрят на срок годности кофе. На вопрос о том, как часто они встречают в магазинах кофе с истекшим сроком годности, 91,7% участников ответили, что никогда такого не встречали. Также респонденты весьма уверенно отмечали признаки испорченного кофе: 50% способны определить это по отсутствию запаха и появлению белого налета, 57,1% по отсутствию вкуса, еще 78,6% по наличию гнилостного запаха, а также наличию плесени.

Интересно, что 75% респондентом считает, что отравиться кофе с истекшим сроком годности можно, но 100% из опрошенных никогда с этим не сталкивалось.

Нанесет кофе вред или нет будет в большей степени зависеть от условий хранения, а не от срока годности. Таким образом, кофе с большим временным запасом срока годности может уже быть не пригоден для употребления из-за нарушений условий хранения, это работает и в обратную сторону: срок можно продлить, если плотно закрывать пакет и удалять из него воздух при помощи дегазационного клапана [2].

Выводы. Исходя из результатов исследования мы наблюдали плохую осведомленность людей о свойствах кофе с истекшим сроком годности. При этом респонденты интуитивно могли определять испорченность продукта при обнаружении наличия плесени, специфического запаха или же отсутствия запаха и вкуса в принципе. В сочетании с этим отсутствие в магазинах товара с истекшим сроком годности создает условия, при которых информированность о сроке годности и свойствах кофе с истекшим сроком годности не является необходимостью.

Литература

1. Размещение продукта в зале ожидания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2413342/>. – Дата доступа: 07.03.2023.
2. Влияние кофе на здоровье [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://polzavred-edi.ru/mozhno-li-pit-prosrochennyj-koфе/>. – Дата доступа: 07.03.2023.
3. Опасность просроченного кофе на здоровье [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://coffeesite.kz/coffee/opasnost-prosrochennogo-koфе-dlya-zdorovya#i-10>. – Дата доступа: 07.03.2023.
4. Плесень и её влияние на здоровье человека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://27.rosпотреbnadzor.ru/content/335/54529/>. – Дата доступа: 07.03.2023.

ДИНАМИКА ПЕРВИЧНОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ НАСЕЛЕНИЯ БРЕСТСКОЙ ОБЛАСТИ ПАТОЛОГИЯМИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Гончар Н.Л.

Международный государственный экологический институт
имени А. Д. Сахарова Белорусского государственного университета
г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель – доцент Герасимович Н.В.

Актуальность. Щитовидная железа играет огромную роль в нормальной жизнедеятельности всех систем организма, начиная с самого раннего детского возраста и на протяжении всей жизни человека. По данным Всемирной организации здравоохранения, на земном шаре зарегистрированы более 300 миллионов человек, больных зобом и гипотиреозом [3].

Патология щитовидной железы является общераспространенной проблемой во всем мире, несмотря на множество проведенных исследований, эта проблема продолжает обсуждаться и остается весьма актуальной. Многочисленные исследования, проведенные в разных странах, различаются в своих оценках распространенности как структурных, так и функциональных нарушений. Разные результаты в этих исследованиях могут быть связаны с различными генетическими, этническими или экологическими факторами [1].

Повышенный интерес врачей разных специальностей к проблеме болезней щитовидной железы обусловлен их быстрым прогрессированием за последнее время в структуре эндокринных заболеваний.

Йод является жизненно необходимым микроэлементом, и его содержание в организме зависит, главным образом от его содержания