

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ОСОБЕННОСТЕЙ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ И ИХ ПОЗНАНИЙ В ВОПРОСАХ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Повжик В. А., Анисько А. И.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: ст. препод. Синкевич Е. В.

Актуальность. Формирование у школьников бережного отношения к здоровью – одна из важнейших задач современной педагогики и санитарно-просветительной деятельности. Важнейшую роль в сохранении здоровья школьников играет рациональное питание. Как точно подметил академик Н. М. Амосов: «Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия и значительные. Заменить их нельзя ничем. Необходимо научить человека учиться строительству своего здоровья».

В период интенсивного роста и развития, совпадающий с годами школьного обучения, правильное питание является не просто желательным, а абсолютно необходимым условием для нормального функционирования организма. Несбалансированное питание чревато множеством негативных последствий. Поэтому пропаганда здорового питания должна начинаться с младшего школьного возраста, когда формируются основные пищевые привычки. В рамках образовательной программы необходимо проводить специальные занятия, включающие практические задания, кулинарные мастер-классы, экскурсии на пищевые предприятия и прочее. Школьные столовые должны предлагать сбалансированное меню, соответствующее возрастным потребностям детей. Родители также должны играть активную роль в формировании здоровых пищевых привычек у своих детей, создавая в семье атмосферу заботы о здоровье и показывая личный пример.

Цель. Провести оценку характера питания школьников младших классов, исследовать степень понимания школьниками содержания рациона питания, характерного для их возраста и дать рекомендации по коррекции рациона.

Методы исследования. Проведена гигиеническая оценка фактического питания учащихся 3 классов Государственного учреждения образования «Гимназия №3 имени О.И.Соломовой г. Гродно» с помощью разработанной валеолого-гигиенической анкеты. Первичные результаты были проанализированы. В течение трех месяцев был проведен курс факультативных занятий на тему: «Скажи мне что ты ешь, и я скажу кто ты», рассчитанный на 5 часов.

По окончании курса факультативных занятий было произведено повторное анкетирование обучающихся.

Результаты и их обсуждение. Согласно результатам первого анкетирования было выявлено, что 15,4% опрошенных дали до 20% правильных ответов, 7,7% респондентов дали до 40% правильных ответов, 34,6% – до 60% правильных ответов, и 23,1% – до 80% правильных ответов. И лишь 19,2% участников ответили правильно на все поставленные вопросы. После проведения курса факультативных занятий 38,5% участников анкетирования ответили на вопросы с результатом 100% правильных ответов.

Выводы. По результатам проведенной работы следует, что среди младших школьников необходимо проводить факультативные занятия по формированию навыков рационального питания, так как это ведет с детства к правильному отношению к своему рациону, улучшению здоровья и повышению качества жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рабочая тетрадь «По ступенькам правил здорового питания. Факультативные занятия: учеб. пособие; под ред. Е. С. Грабчикова, Л. Ф. Кузнецова, В.Л. Маевская – Минск : Начальная школа, 2016.- 40с.

КЛИНИЧЕСКИЙ СЛУЧАЙ ВЕДЕНИЯ БЕРЕМЕННОСТИ С МИОМОЙ МАТКИ

Поддубицкая А. И., Горош К. Н.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Милош Т. С.

Актуальность. Распространенность миомы матки у девушек с возрастом от 20 до 30 лет 4%, от 30 до 40 лет 11-18%, от 40-60 лет – 33-40%. Частота встречаемости миомы матки у беременных составляет 1,6-10,7% [1-3].

Цель. Изучить влияние миомы матки на течение и исход беременности, представить клинический случай беременности у женщины с миомой матки.

Методы исследования. Выполнено ретроспективное и проспективное изучение карты амбулаторной и стационарного больного. Проведен электронный поиск статей, которые включены в исследование.

Результаты и их обсуждение. Женщина О., 1988 г.р. Количество беременностей:

1. 2018 г. – неразвивающаяся беременность 7-8 недель.
2. 2019г. – неразвивающаяся беременность 4-5 недель.