

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Сидоренко А. Ю.

Белорусский государственный медицинский университет

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Дорошевич В. И.

Актуальность. Организация рационального питания является важной профилактической задачей, от решения которой зависит не только сохранение и укрепление здоровья молодежи, но и улучшение результатов подготовки будущих специалистов [2]. Воздействию пищевого фактора на здоровье студентов посвящено большое количество статей, в которых отмечается высокая умственная нагрузка, гиподинамия и, как следствие, снижение показателей физического развития. Отмечается, что их рацион питания характеризуется не разнообразным набором пищевых продуктов, очень мало потребляются рыба, молочные продукты и фрукты, кратность приема пищи и промежутки между ними зависят от расписания учебных занятий. [1, 3].

Цель. Гигиеническая оценка состояния питания студентов УО БГМУ, обеспечение их основными питательными веществами.

Методы исследования. Объектом исследования являлись студенты 3-5 курсов (n=95). Оценка фактического питания проводилась методом 24-часового воспроизведения потребляемой пищи, с последующим расчетом нутриентного состава и энергетической ценности. Для характеристики обеспеченности витамином С применялась «Языковая» проба с реактивом Тильманса.

Результаты и их обсуждение. Анализ фактического питания показал, что потребление энергии ниже необходимого было у $75 \pm 0,15\%$ юношей и $85 \pm 0,06\%$ девушек. Средняя потребность в энергии среди юношей составляет $3202,95 \pm 236,15$ ккал в сутки, и $2443,9 \pm 36,09$ ккал/сут среди девушек. А с пищей поступало $2422,76 \pm 166,79$ ккал/сут и $1904,3 \pm 55,61$ ккал/сут соответственно. Содержание белка ниже необходимого было выявлено в $47,06 \pm 0,24\%$ рационов среди юношей и в $59,42 \pm 0,12\%$ рационов среди девушек. Обеспеченность рационов питания жирами среди юношей и среди девушек была ниже в $70,59 \pm 0,22\%$ и $74,65 \pm 0,101\%$ случаев соответственно. Потребление углеводов ниже необходимого было зарегистрировано в $90 \pm 0,13\%$ рационов среди юношей и $97,33 \pm 0,036\%$ среди девушек. Анализ обеспеченности рационов витаминами показал, что среднее потребление витамина А было ниже необходимого среди $75 \pm 0,3\%$ юношей и $95,45 \pm 0,08\%$ девушек. Средняя потребность в витамине С

среди юношей составила $78,95 \pm 7,96$ мг, а среди девушек $62,2 \pm 1,36$ мг при потреблении $83,85 \pm 13,1$ и $66,17 \pm 10,69$ мг соответственно. При этом "Языковая" проба показала дефицит витамина С в организме у $50 \pm 0,49\%$ юношей и $8 \pm 0,12\%$ девушек. Потребление витамина В2 ниже необходимого было выявлено в $81,82 \pm 0,23\%$ случаев среди юношей и $58,1 \pm 0,17\%$ случаев среди девушек.

Выводы.

1. Фактическое питание студентов не обеспечивает физиологические потребности организма по нутриентному составу и энергетической ценности.
2. Рационы питания нуждаются в коррекции продуктового набора для обеспечения организма макро- и микронутриентами и их сбалансированности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Воронова Т.В. Исследования питания студентов / Т.В. Воронова // Пищевая промышленность. – 2007 г. – №8. – С. 68.
2. Исютина-Федоткова Т.С. Гигиеническая оценка фактического питания студентов-медиков / Т.С. Исютина-Федоткова // Проблемы здоровья и экологии. – 2005 г. – №4(6). – С. 111-117.
3. Сетко И.М., Сетко А.Г., Тришина С.П., Кудисов С.А. Гигиеническая оценка фактического питания и алиментарного статуса студентов медицинского вуза / И.М. Сетко, А.Г. Сетко, С.П. Тришина, С.А. Кудисов / Здоровье населения и среда обитания. – 2017 г. – №1(286). – С. 30-32.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

Сидоренко А. Ю.

Белорусский государственный медицинский университет

Научный руководитель: ст. препод. Митрайкина Ю. В.

Актуальность. На 1 января 2025 года Республике Беларусь зарегистрировано 36325 случаев ВИЧ-инфекции, 25557 лиц, живущих с ВИЧ. За 2024 год выявлено 1228 новых случаев ВИЧ-инфекции [1]. Важную роль в распространении ВИЧ играют поведенческие факторы, связанные с информированностью о проблеме и самооценкой риска [2]. За 2024 год в Республике Беларусь в 84,4% случаев инфицирование произошло половым путем, 12,7% – при инъекционном введении наркотических средств [1]. Работы по выявлению осведомленности в вопросах ВИЧ-инфекции показали, что большинство людей не обладают необходимыми знаниями [2]. В век современных технологий трудно привлекать молодежь к проблеме ВИЧ/СПИДа стандартными формами. Уровень развития