

*Науменко Ю. С.*

## **ЧРЕЗМЕРНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ СОЛИ ДЕТЬМИ КАК ФАКТОР РИСКА РАЗВИТИЯ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НАСЕЛЕНИЯ**

*Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Борисова Т. С.*

*Кафедра гигиены детей и подростков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Неинфекционные заболевания (НИЗ) населения в современных условиях являются растущей проблемой в области социально-экономического развития и общественного здравоохранения не только в Республике Беларусь, но и во всем мире. Одним из ведущих факторов риска НИЗ считается повышенное артериальное давление. В числе его ведущих детерминант значится высокий уровень потребления соли. Специалисты Всемирной организации здравоохранения указывают на то, что снижение потребления натрия среди молодежи и лиц трудоспособного возраста может оказывать благоприятное влияние на уровень артериального давления, его изменение с возрастом и, следовательно, на динамику смертности от сердечно-сосудистых заболеваний. В связи с чем, снижение уровня потребления соли относится к регулируемым факторам снижения риска НИЗ.

**Цель:** исследовать характер потребления соли подростками и провести сравнительный анализ результатов с данными, полученными при STEPS-исследовании 2016 среди взрослого населения Республики Беларусь.

**Материалы и методы.** В работе использован анкетно-опросный метод. Анкетированием было охвачено 70 учащихся 11-х классов гимназии города Минска, среди которых 70% девушек (49 человек) и 30% юношей (21 человек). Анкеты, наряду с исследованием образа жизни и поведенческих факторов риска, с целью сопоставления результатов, содержали унифицированные вопросы, аналогичные опроснику STEPS-исследования 2016 года.

**Результаты и их обсуждение.** Анализ выполненных в подростковой среде исследований пищевых привычек в отношении потребления соли демонстрирует практически аналогичную картину, как и среди взрослого населения: 37,1% подростков и 31,7% взрослых всегда или часто добавляют соль или соленые соусы в пищу перед ее употреблением; в семье у 61,4% подростков и у 80,8% взрослого населения соль или соленые соусы систематически добавляются во время приготовления пищи; 27,1% и 35,6% подростков и взрослых соответственно, часто употребляют обработанные продукты с высоким содержанием соли. Преобладающее большинство населения, вне зависимости от возраста, склоняется к мнению, что уровень потребляемой ими соли является умеренным (62,9% среди подростков и 62,5% среди взрослого населения). Избыточное потребление соли изменяет водно-солевое равновесие в организме человека и вызывает чувство жажды. Анализируемая когорта подростков значительно различается по количеству потребляемой жидкости. Для 75,7% обследованных характерным является потребление 3-х и более стаканов в день, для 17,1% – 2-х и 7,1% – не более одного в день. Количество потребляемой соли и жидкости влияют на уровень артериального давления в организме и при нарушении рационального баланса приводят к развитию артериальной гипертензии. Результаты анкетирования показали, что у 17,1% из числа опрошенных имеются те или иные признаки функциональных отклонений со стороны сердечно-сосудистой системы. Каждый восьмой из учащихся дал утвердительный ответ в том, что испытывают затруднения дыхания при подъеме по лестнице, при этом почти у половины (7,2%) из них затруднение дыхания возникает, начиная с 4-го этажа.

**Выводы.** Выявленные тенденции формирования здоровья населения указывают на необходимость осуществления ранней диагностики нарушений гомеостаза и своевременной коррекции пищевого рациона подростков, совершенствования среди данного контингента профилактической деятельности, направленной на развитие устойчивой мотивации сохранения собственного здоровья, выработку умений и навыков здоровьесберегающего поведения, и в целом – содействие эффективной первичной профилактике неинфекционных заболеваний взрослого населения.