

А.С. Марцинкевич

**ПРИМЕНЕНИЕ БАДОВ СТУДЕНТАМИ БГМУ И ИХ РОДСТВЕННИКАМИ,
ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ О РИСКАХ**

Научные руководители: ассист. Е.О. Полякова, ассист. Ю.В. Репина

Кафедра пропедевтики внутренних болезней

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

A.S. Martsinkevich

**THE USE OF DIETARY SUPPLEMENTS BY BSMU STUDENTS
AND THEIR RELATIVES, AWARENESS OF THE RISKS**

Tutors: assistant E.O. Polyakova, assistant Y.V. Repina

Department of Propaedeutics of Internal Diseases

Belarusian State Medical University, Minsk

Резюме. В статье представлены результаты социологического опроса с использованием анкетирования заочного типа среди лиц разной возрастной категории, проведен анализ полученных данных и сделаны выводы об осведомленности о рисках применения биологически активных добавок среди студентов БГМУ и их родственниками.

Ключевые слова: БАД, активные добавки, биодобавки, студенты.

Resume. The article presents the results of a survey of BSMU students and their relatives, an analysis of the responses received, and conclusions are drawn regarding how well the respondents are aware of the benefits and harms of dietary supplements.

Keywords: dietary supplement, active additives, bioadditives, students.

Актуальность. За последнее время в интернете можно увидеть большое количество псевдоврачей в социальных сетях, предпочитающие зарабатывать деньги на недоверии пациентов к методам традиционной медицины и лечат методами, не имеющими официальной доказательной базы. Например, предлагают покупать БАДы с целью лечения множества заболеваний - от простого шелушения кожи до опасных инфекций и рака. В лучшем случае пищевые добавки будут просто бесполезны, однако они могут нанести пациенту вред, отвлекая его от необходимой диагностики и адекватного лечения. А в худшем - будут токсичны и очень опасны здоровью человека [1].

Существует проблема контроля качества данных субстанций. Сложно контролировать то, что в них на самом деле находится заявленное количество вещества и не содержится ничего опасного. Пищевые добавки ежегодно являются причиной обращения в отделения неотложной помощи более 23000 американцев, а также являются причиной каждого пятого случая химического повреждения печени. В состав БАДов, которые предназначены стимулировать половую силу и влечение, которые рекламируются и продаются свободно в интернет-магазинах, входят психоактивные препараты, и их прием нередко сопровождается серьезными побочными эффектами [1, 2].

Цель: изучить осведомленность о БАДах студентов БГМУ и их родственников.

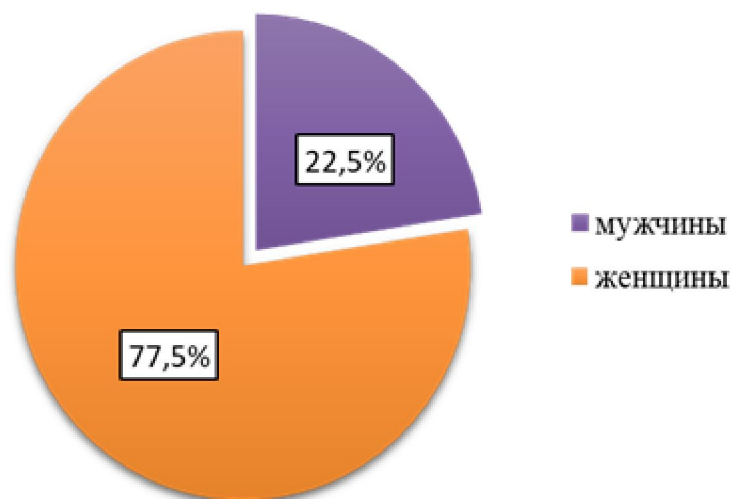
Задачи:

1. Провести анкетирование среди лиц разной возрастной категории.
2. Проанализировать полученные данные и сделать вывод об осведомленности

о рисках применения биологически активных добавок среди студентов БГМУ и их родственниками.

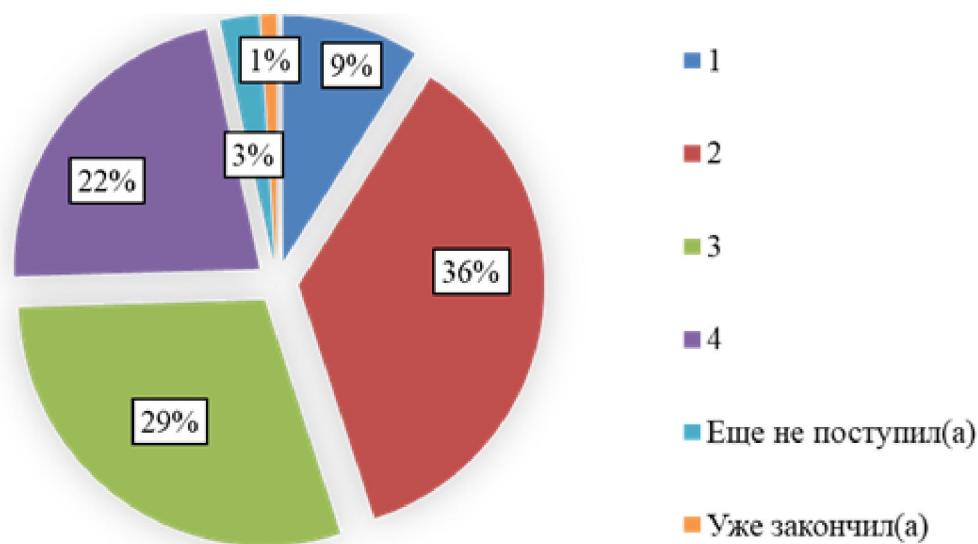
Материал и методы. С помощью специально разработанной анкеты, состоящей из 12 вопросов открытого и закрытого типа, в Googleforms, было опрошено 200 студентов и родственников разной возрастной категории. Обработка информации проводилась в MicrosoftExcel.

Результаты и их обсуждение. Среди опрошенных по половой структуре распределение составило: 77,5% женщин и 22,5% мужчин. (Диагр.1)



Диагр. 1 – Распределение респондентов по полу

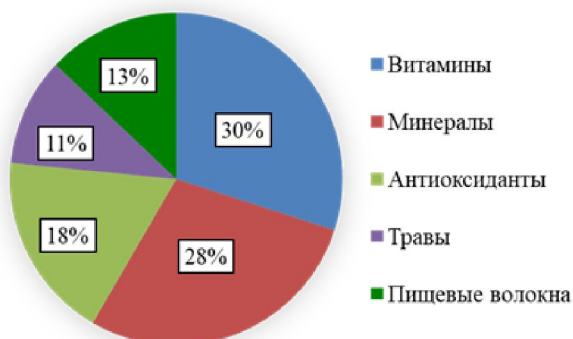
В возрастном аспекте большинство (79%) составили лица от 16 до 20 лет. 51%— это студенты 3 и 4 курсов, которые проходят основы фармакологии и имеют понятие о побочных/нежелательных эффектах. (Диагр.2)



Диагр. 2 – Распределение респондентов по курсам

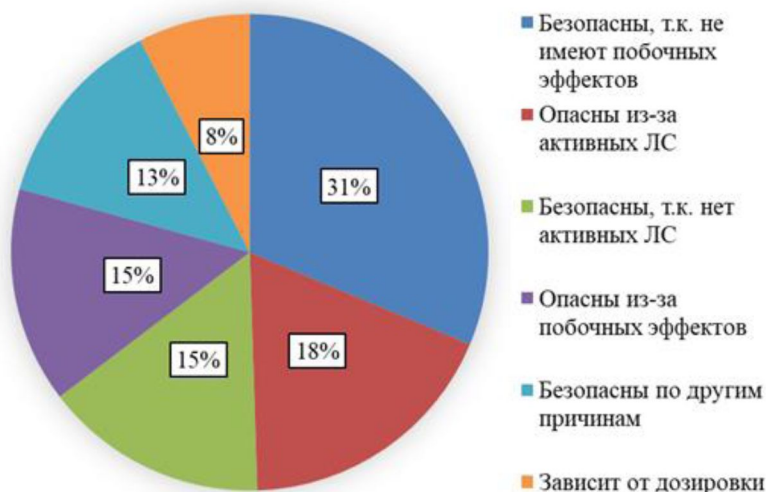
66% респондентов принимают активные добавки. Среди предложенных БАДов, респонденты, употребляющие их, чаще всего выбирали витамины, в частности витамин Д. На вопрос о знании термина «БАД» – три первых ранговых места заняли ответы:

- 1 – восполнение дефицитов витаминов и минералов - 165 (82,5%)
- 2 – эффективное средство для поддержания иммунитета - 94 (47%)
- 3 – средство профилактики болезней - 71 (35,5%) (Диагр.3)



Диагр. 3 – Что относится к БАДам по мнению респондентов

На вопрос о том, где должны продаваться БАДы, большинство склонялось в сторону аптек, так как биодобавками можно лечить болезни (61%). На вопрос о приеме БАДов среди родителей респондентов 42,5% ответило «нет», а 24,5% случаев родителям активные добавки рекомендовал врач. Вопрос о безопасности приема биоактивных добавок вызвал большое разнообразие ответов, среди которых большинство (31%) склоняются в сторону «безопасен, так как не имеет побочных эффектов», а часть (14,5%) наоборот выбрала, что опасны из-за имеющихся побочных эффектов. Стоит отметить и то, что часть респондентов (7,5%) ответили, что все зависит от дозировки и от того, какие БАДы принимает человек. (Диагр.4)



Диагр. 4 – Безопасны или опасны БАДы по мнению респондентов

На вопрос можно ли принимать БАДы вместе с лекарственными препаратами 63% ответило, что можно только после того, как сообщили о них врачу.

Выводы:

1. В результате соцопроса было установлено, что почти треть студентов принимают БАДы и считают, что ими можно лечить болезни. Треть студентов считают БАДы безопасными субстанциями.

2. Полноценное питание в полной мере может обеспечить рост, развитие, способности к активной деятельности студента и без приема БАДов. Необходимо обеспечить нутриентный состав рациона и режим питания учащихся таким образом, чтобы он соответствовал физиологическим нормам.

3. С учетом сложившейся ситуации, необходимо в рамках практических занятий уделять больше внимания основам доказательной медицины, повышать информированность студентов о значении соблюдения принципов доказательной медицины для клинической практики.

Литература

1. Попова А. А. БАДы и их распространенность среди студентов / А. А. Попова, М. И. Янаева, И. А. Каракотина // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – Саратов, 2019. – 31 с.
2. Пархоменко А. Э. Роль биологически активных добавок в медицине / А. Э. Пархоменко, Н. Б. Логашова // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. – Саратов, 2019. – 41 с.