

Ходаковская И.И.

**КЛИНИКО-ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АЛИМЕНТАРНЫХ
ТРИГГЕРОВ АКНЕ: ОЦЕНКА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ И МЕТАБОЛИЧЕСКИХ
ПРЕДПОСЫЛОК У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Бацукова Н.Л.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Акне является многофакторным заболеванием, в патогенезе которого важную роль играют алиментарные и метаболические факторы. Современные особенности питания студентов, включая нерегулярный режим приёма пищи и потребление продуктов с высоким гликемическим индексом, могут способствовать развитию и утяжелению течения акне. Учитывая значительное влияние заболевания на качество жизни молодых людей, изучение роли пищевого поведения у студентов медицинского университета представляет научный и практический интерес для разработки профилактических мероприятий.

Цель: оценить клинико-гигиеническую значимость алиментарных факторов в патогенезе акне у студентов медицинского университета на основе анализа пищевого поведения, частоты потребления потенциальных триггерных продуктов и ассоциированных метаболических предпосылок.

Материалы и методы. Проведено одноцентровое поперечное клинико-гигиеническое исследование взаимосвязи пищевого поведения и алиментарных триггеров с клиническими проявлениями акне у 150 студентов 18–23 лет ($21,3 \pm 2,1$ года). Статистическая обработка включала описательную статистику ($M \pm SD$), критерий χ^2 Пирсона и корреляционный анализ Спирмена ($p < 0,05$).

Результаты и их обсуждение. В исследовании участвовали 150 студентов ($21,3 \pm 2,1$ года), среди которых преобладали женщины (62%); ИМТ соответствует возрастной норме у 63%, избыточная масса тела и ожирение отмечены у 27% респондентов. Хроническое течение акне выявлено у 58% студентов, преимущественно средней степени тяжести (44%) с локализацией на коже лица (92%). Нарушения пищевого поведения встречались часто: нерегулярный режим питания – у 62%, частое потребление продуктов с высоким гликемическим индексом – у 68%, фастфуда – у 41%, при низком потреблении пищевых волокон (52%). Основными алиментарными триггерами являлись сладости (72%) и жирная пища (44%). Признаки инсулинорезистентности отмечены у 21%; низкая физическая активность – у 48%; высокий уровень стресса – у 67%. Заболевание оказывало выраженное психоэмоциональное влияние на 52% студентов.

Выводы:

1. У студентов с акне выявлена высокая распространённость нарушений пищевого поведения, включая нерегулярный режим питания, избыточное потребление продуктов с высоким гликемическим индексом и насыщенных жиров, а также недостаточное потребление пищевых волокон.

2. Установлена значимая связь между алиментарными, метаболическими и поведенческими факторами (избыточная масса тела, признаки инсулинорезистентности, низкая физическая активность, высокий уровень стресса) и более тяжёлым течением акне.

3. Полученные данные обосновывают необходимость внедрения клинико-гигиенических и нутритивных мероприятий, направленных на коррекцию пищевого поведения и профилактику обострений акне.