

Тумаиш П. Н., Писаренко И. В.

ХАРАКТЕР ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В РАЗЛИЧНЫХ УСЛОВИЯХ ПРОЖИВАНИЯ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Рябова Н. В.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В настоящее время нерациональное питание остается одним из главных факторов риска развития заболеваний, занимающих первые места по причинам смертности как в Беларуси, так и во всем мире. По данным ВОЗ (на 2014 год) около 2 млрд взрослого населения Земли страдает ожирением, и с каждым годом это число увеличивается. Нерациональное питание и ожирение, в частности, значительно увеличивают риск заболеваемости главными неинфекционными болезнями. Четвертой по частоте причиной смертности населения Республики Беларусь являются болезни органов пищеварения, при этом около половины этих смертей приходится на лица трудоспособного возраста.

Цель: провести сравнительный анализ характера питания студентов, обучающихся в БГМУ в зависимости от места их проживания.

Материалы и методы. Характер питания студентов изучался в ходе анонимного опроса с использованием специально разработанной анкеты с использованием специализированного программного приложения «Google forms». В анкетировании приняло участие 272 человека.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного анкетирования было выявлено, что:

1. Большая часть респондентов из обеих групп употребляли продукты-источники сложных углеводов (цельнозерновые крупы) менее одного раза в день (в среднем 5 раз в неделю).

2. Студенты, проживающие в общежитии, чаще считают своим основным приёмом пищи ужин, в то время как студенты, проживающие с родителями, считают своим основным приёмом пищи завтрак или обед.

3. Студенты, проживающие в общежитии, потребляют меньше овощей и молочных продуктов, чем студенты, живущие с родителями

4. Большая часть студентов из обеих групп не довольна своим рационом питания и утверждают, что питание значительно изменилось после поступления.

5. Несмотря на то, что в ходе анализа характера питания опрашивались только студенты медицинского университета, было выявлено, что только 22% респондентов придерживаются принципов рационального питания.

Выводы. Поступление в медицинский университет является важной причиной изменения характера питания. Это обуславливается стрессами и изменением режима дня. У студентов, проживающих в общежитии, действие этих факторов дополняется изменением условий проживания. Следствием из этого является нерациональное питание, что острее проявляется у иногородних студентов, и значительно повышает риск развития хронических неинфекционных заболеваний.