Константинов В. М., Наледько В. А.

АНАЛИЗ КЛИНИЧЕСКИХ СИМПТОМОВ ГИПОВИТАМИНОЗА С ОТ РАЦИОНА ПИТАНИЯ У СТУДЕНТОВ ВУЗов Г. МИНСКА, ПРИНЦИПЫ КОРРЕКЦИИ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Олецкий Э. И.
Кафедра биологической химии
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Новые данные по данной тематике важны, так как они могут использоваться не только в диетологии, но и в терапии заболеваний, связанных с данной патологией.

Цель: определение поступления с пищей витамина С студентами ВУЗов города Минска возраст которых колеблется в пределах от17- и до23-х лет при помощи анкетирования. Анализ выраженности клинических симптомов от количественного поступления витамина С в организм человека. Принципы коррекции гиповитаминоза С.

Материал и методы. Проведено анкетирование трехдневного рациона питания в течении недели у 80 студентов высших учебных заведений (68.75% женского пола, 31.25% мужского пола), в возрасте от 17-20 лет (87,5%), от 21-23 (12,5%), которое позволило определить количество аскорбиновой кислоты, поступающее с приемом пищи методом анкетирования. Было проведено титрования соков различной марки с целью сравнения содержания аскорбата в образцах.

Результаты. Проведен анализ полученных результатов, по которым можно сопоставлять поступление витамина С и симптомами, проявляющимися при нехватке исследуемого вещества. Из общего числа исследуемых у 60-ти человек (75%) по нашим данным не получавших полноценного поступления витамина С (среднее потребление витамина С 67мг) наблюдаются признаки кровоточивости десен у 100%, кровоподтеки при получении незначительных ушибов у 78,8%, а также три и чаще раза в год простудные заболевания у 80%. У 20-ти исследуемых (25%), получавших полноценное суточное потребление витамина С (80мг. и более) данные симптомы отсутствовали.

Выводы:

1. Результаты, полученные в ходе исследования, будут актуальны во многих разделах медицины при коррекции заболеваний гиповитаминоза С.
2. Исследуемым студентам были даны рекомендации для коррекции их рациона питания, которые приведут к исчезновению симптомов авитаминоза С.
3. Данные могут быть направлены на раннее предупреждение различных видов авитаминоза, развития клинических симптомов.

Репозиторий БГМУ