



Рисунок 2 – Результаты исследования II этапа в (%)

Выводы

Результаты исследования показали, что ранняя диагностика заболеваний у обследуемых предполагает своевременную терапию и профилактические мероприятия по оздоровлению, что может способствовать повышению качества жизни пациентов, препятствовать дальнейшему прогрессированию заболевания, возникновению осложнений, в частности злокачественных новообразований.

Полученные данные могут быть использованы для совершенствования дифференцированной технологии углубленного профилактического консультирования в процессе выявления и диспансерного наблюдения пациентов с данными заболеваниями в структурах первичной медико-санитарной помощи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Сандаков, Я. П.* Актуальность исследований организации диспансерного наблюдения при оказании первичной медико-санитарной помощи / Я. П. Сандаков // *Современные проблемы науки и образования.* – 2017. – № 2. – С. 124–130.
2. *Красникова, Е. В.* Медицинские исследования в рамках организации диспансеризации населения / Е. В. Красникова // *Вестник Науки.* – 2023. – № 8 (65), том 2. – С. 242–245.
3. *Артюхов, И. П.* Заболеваемость населения в условиях активной диспансеризации / И. П. Артюхов // *Сибирское медицинское обозрение.* – 2019. – № 2. – С. 110–116.

УДК 613.31:[316.774:614.2]-037

А. С. Ребковец

Научный руководитель: Д. Б. Сахарова

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ИНФОРМИРОВАННОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ О ВОЗМОЖНЫХ РИСКАХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПРИ УПОТРЕБЛЕНИИ ПИТЬЕВОЙ ВОДЫ

Введение

Вода относится к числу наиболее важных природных ресурсов планеты, не имеющих замены. От ее наличия и качества зависит состояние здоровья людей, уровень их санитарно-эпидемиологического благополучия, степень комфортности и, как следствие, социальная стабильность общества. Вода может приносить людям не только благо, но и неисчерпаемые бедствия, особенно при неумелом пользовании ею [3].

Цель

Изучение информированности населения о рисках для здоровья при употреблении питьевой воды.

Материал и методы исследования

Было проведено анкетирование на платформе Google, в котором приняло участие 138 человек: 82,6% – 18–25 лет, 8,7% – до 18 лет, остальные –25+ , из которых 78,3% – женского, 21,7% – мужского пола. Упор делался на правильную очистку воды перед ее употреблением, пользу и вред, а также суточную норму.

Результаты исследования и их обсуждение

По результатам проведенного исследования было выявлено: 30,4% опрошенных всегда кипятят воду перед ее употребление, 43,5% – предпочитают пить воду в сыром виде, 26,1% кипятят воду периодически.

Врачи советуют пить сырую и лучше природного происхождения без искусственных добавок и содержания хлора. Состав сырой воды богаче структуры воды, которая подверглась кипячению. Фактически это «живая» вода.

Водопроводная же вода не должна содержать вредные микробы и токсичные соединения. В противном случае ее лучше прокипятить. Но она уже будет считаться «пустой» и просто бесполезной для здоровья [3].

Из всех опрошенных, только 29% человек используют фильтры для очистки воды, остальные не используют их.

Фильтры нужны для того, чтобы в нашем организме не скапливались чуждые соли, тяжелые металлы, хлор и другие канцерогенные элементы, попавшие вместе с водой, которая течет из-под крана [7].

Основные способы обеззараживания воды – это хлорирование, ультрафиолет, озонирование, ультразвук, электрический разряд [4].

У каждого из этих способов есть свои плюсы и минусы, но самым распространенным, по мнению автора, является хлорирование.

Среди участников опроса 43,5% используют метод кипячения для обеззараживания воды, 34,8% используют фильтры, 21,7% не обеззараживают воду вовсе.

Среди заболеваний, передающихся через воду респонденты указали: гепатит А, кишечные инфекции, кишечную палочку, дифтерия, сальмонеллез, бруцеллез, шистосомоз, дисбактериоз, брюшной тиф, ротавирус, псевдотуберкулез, бактериальные, дизентерия, холера, тиф, чума, кариез, флюороз, вирусные, паразитарные, эбола, кишечные инфекции и др.

Таблица 1 – Заболевания, связанные с потреблением некачественной воды [1]

Виды загрязнений	Заболевания
Бактерии и вирусы	Острые кишечные инфекции, вирусный гепатит
Хлорорганические углеводороды	Отравления, угнетение иммунного статуса
Хлориды и сульфаты	Желудочно-кишечные и сердечно-сосудистые заболевания
Азот и хлорсодержащие соединения	Хронические нефриты и гепатиты, токсикозы беременности, врожденные аномалии развития
Бор, бром	Заболевания органов пищеварения у детей
Нитриты	Подавление кроветворной деятельности
Алюминий	Угнетающее действие на центральную нервную и иммунную систему детей

Инфекционные заболевания, передающиеся водным путем, можно разделить на бактериальные (холера, брюшной тиф, дизентерия, сальмонеллез, эшерихиозы, протоз, лептоспироз, псевдотуберкулез, кампилобактериоз, протеоз), вирусные (ротавирусная диарея, гепатиты А и Е, Коксаки и ЕСНО-инфекции, аденовирусная диарея) и протозойные (амёбиаз, балантидиаз) инфекции [5].

Ответы на вопрос, стоит ли пить воду из крана без предварительного обеззараживания, распределились следующим образом (рисунок 1).

5. Как вы считаете, можно ли пить воду из крана без предварительного обеззараживания?
138 ответов

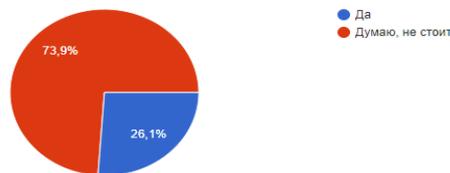


Рисунок 1 – Распределение респондентов по осуществлению предварительного обеззараживания воды перед ее употреблением

Большинство участников: 98,6% знают, какую огромную пользу приносит вода организму, остальные – затрудняются ответить (рисунок 2).

6. Знаете ли вы какую пользу приносит вода организму?
138 ответов

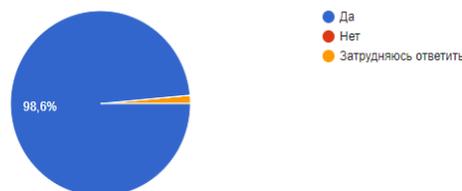


Рисунок 2 – Осведомленность участников опроса о пользе, которую может принести вода

Вода – это самое дешевое лекарство для обезвоженного организма. Так как обезвоживание со временем приводит к возникновению серьезных заболеваний, регулярное и правильно рассчитанное употребление воды поможет предотвратить развитие тех болезней, которые снижают качество жизни и вызывают трагические последствия. Обычная вода является идеальным лекарством от множества заболеваний.

Предотвращение сердечного приступа

Диабет и обезвоживание. Выработка поджелудочной железой инсулина зависит от количества поступающей в нее воды. Чем сильнее обезвоживается организм, тем меньше высвобождается инсулина, и этот процесс продолжается вплоть до развития выраженного диабета. При такой недостаточной секреции инсулина и невнимании к степени обезвоживания кровь теряет большое количество воды вместе с сахаром, который поступает во все клетки организма.

Рак и обезвоживание. До сих пор медицина не может дать точного ответа, что является основным факторами заболевания человека раком.

Доктор Ф. Батмангхелидж, автор многих книг, посвященных изучению воды, обратил внимание на то, что хроническое и постоянно усиливающееся обезвоживание нарушает практически все процессы в организме. В результате биохимическая система сдержек и противовесов в организме полностью разрушается, и создаются идеальные условия для развития рака.

Вода – это идеальное мочегонное средство при нормально функционирующих почках [6] (рисунок 3).

7. Может ли вода принести вред организму?

138 ответов

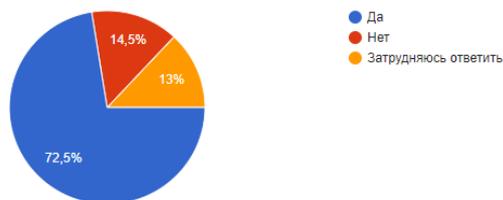


Рисунок 3 – Осведомленность опрошенных о возможном вреде, наносимым водой

Автор считает, что правильно очищенная и потребляемая в адекватном количестве вода нанести серьезного ущерба человеческому организму не может; 82,6% респондентов знают свою суточную норму воды, 17,4% – затрудняются с ответом.

Индивидуально суточную норму воды можно рассчитать онлайн по формуле, исходя из собственных параметров, а еще лучше обратиться к специалисту.

На очередной вопрос ответы участников были распределены следующим образом: 59,4% участников опроса не всегда выпивают свою суточную норму воды, в то время как 40,6% делают это постоянно.

Из всех опрошенных 69,6% считают, что не нужно заставлять себя пить воду силой, 30,4% все же придерживаются обратного мнения.

Официальной рекомендации о количестве воды, которую нужно потреблять, нет. Об этом рассказал координатор Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по воде, гигиене и здоровью Брюс Гордон. Для каждого человека норма своя, и складывается она из множества факторов: вес, метаболизм, возраст, погодные условия (жара), занятия спортом, пояснил он в интервью РИА Новости [6].

Выводы

1. Большая часть населения правильно понимает значение воды в жизни человека.
2. Только треть опрошенных соблюдают стандартные правила употребления воды.
3. Необходимо усилить профилактическую работу по повышению информированности населения в области санитарно-гигиенических требований к качеству питьевой воды.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нарыков, В. И. Гигиена водоснабжения : учебник / В. И. Нарыков, Ю. В. Лизунов, М. А. Бокарев. – СПб. : СпецЛит, 2011. – 120 с.
2. Роль воды в жизни человека [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://life5plus.ru/ozdorovlenie_organizma/dolgeletie-i-zdorov-e-cheloveka/rol-vody-v-zhizni-cheloveka.html. – Дата доступа: 01.02.2024.
3. Какая вода полезнее: кипяченая или сырая? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://dzen.ru/a/ZBBtIuxRMBf20vYe>. – Дата доступа: 01.02.2024.
4. Способы обеззараживания воды для питья и бытовых нужд [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://gydronika.ru/info/articles/sposoby-obezzarazhivaniya-vody-dlya-pitya-i-bytovykh-nuzhd/>. – Дата доступа: 01.02.2024.
5. Хфайзуллоев, Н. Ф. Клинико-эпидемиологические особенности водозависимых инфекций на современном этапе: перспективы и профилактика / Н. Ф. Хфайзуллоев, Н. М. Ходжаева // К международному десятилетию «Вода для устойчивого развития». – Вестник Академии медицинских наук Таджикистана – № 1, 2018. – 142 с.
6. Тохири, М. Вода дороже золота / М. Тохири. – Душанбе, «Тиб», 2010. – 283 с.
7. Правда ли, что нужно фильтровать воду, и зачем? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://semnasem.org/posts/2021/11/29/pravda-li-chto-nado-filtrovat-vodu-i-zachem>. – Дата доступа: 01.02.2024.
8. Пить воду без жажды опасно: есть ли норма употребления воды? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://aif.ru/health/life/pit_vodu_bez_zhazhdy_opasno_est_li_norma_upotrebleniya_vody. – Дата доступа: 01.02.2024.