

*Овсянникова О. А.*Научный руководитель: к.м.н., доцент *И. А. Корбут*Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь**Введение**

Молочные продукты — это отличный источник кальция и белка для организма. Кальций является строительным материалом для костей, зубов, играет важную роль в функционировании мышечной ткани, миокарда (мышцы сердца), нервной системы и кожи. Для беременных женщин употребление молочных продуктов должно стать неотъемлемой частью ежедневного пищевого рациона, что позволит ей сохранить свою красоту и здоровье, а также поможет правильному и здоровому развитию малыша [1].

Белки по праву считаются основным «строительным материалом», необходимым для формирования органов и тканей плода. Аминокислоты, поступающие в организм с белковой пищей, участвуют в процессах кроветворения, функции печени, почек, надпочечников, центральной и периферической нервной системы. Они входят в состав всех гормонов и ферментов, вырабатываемых внутренними железами — словом, без них невозможен ни один жизненно важный физиологический процесс. Недостаток белка в рационе беременной может привести к самым грозным осложнениям беременности и даже к формированию пороков развития плода. Нехватка белка приводит к анемии беременных, гипертонусу матки (постоянному напряжению стенки матки), невынашиванию, маловодию, нарушениям развития нервной трубки, печени, щитовидной железы плода [2].

Рекомендуемая суточная потребность кальция для беременной женщины составляет 800–1000 мг в день, белка — около 2 г на кг массы тела [1].

Цель

Изучить особенности рациона питания у родильниц Гомельской области. Определить значимость молочных продуктов в рационе беременных.

Материал и методы исследования

На базе Гомельской областной клинической больницы было произведено медико-социологическое анкетирование 50 женщин, находившихся в послеродовом отделении с ноября по декабрь 2017 г. Нами был изучен характер пищевых пристрастий родильниц во время настоящей беременности.

Статистическая обработка с помощью пакета прикладных программ Microsoft Office: количественных — n , $p \pm sp$ % признаков. Уровень значимости $p < 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение

Пациентки были разделены на 2 группы в соответствии с употреблением молочных продуктов. В I группу были отнесены 44 женщины, которые употребляли молочные продукты на протяжении всей беременности, во II группу — 6 человек не включающих в свой рацион молочные продукты.

Проанализировав анкеты можно сказать о следующем: молочные продукты, которым отдают предпочтение будущие мамы: 29 (58 ± 8,64 %) — творог, 15 (30 ± 14,4 %) — молоко, 15 (30 ± 14,4 %) — йогурт, 12 (24 ± 15,63 %) — кефир. Большинство беременных употребляет молочные продукты ежедневно — 19 (38 ± 12,75 %), 14 человек (28 ± 14,81 %) — 3–4 раза в неделю, 11 (22 ± 16,05 %) — 1–2 раза в неделю. Считают полезным регулярное употребление молочных продуктов 46 беременных (92 ± 2,24 %). Причиной употребления молочных продуктов: 36 (72 ± 5,76 %) — в первую очередь оценивают их пользу и вне беременности, 16 (32 ± 13,99 %) — считают их просто вкусными, 4 (8 ± 25,76 %) — едят их только во время беременности.

Проанализировав результаты мазков на флору пациенток прошедших анкетирование, можно сказать о следующем: беременных с I степенью чистоты влагалища оказалось больше в I группе — 37 ($84 \pm 3,5 \%$), во II группе — 4 ($66,7 \pm 11,62 \%$); во II группе анкетированных оказалось в 2 раза больше 2 ($33,4 \pm 17,85 \%$) пациенток с III–IV степенью чистоты влагалища, чем в I группе — 7 ($16 \pm 18,51 \%$).

Выводы

Большинство беременных из всего ассортимента молочных продуктов отдают предпочтение творогу 29 ($58 \pm 8,64 \%$). У пациенток, которые регулярно включают в свой рацион молочные продукты, чаще отмечается I степень чистоты влагалища 37 ($84 \pm 3,5 \%$), большинство употребляют их ежедневно 19 ($38 \pm 12,75 \%$). У женщин, которые отказываются от употребления молочных продуктов, чаще наблюдается III–IV степень чистоты влагалища 2 ($33,4 \pm 17,85 \%$). Практически все анкетированные 46 ($92 \pm 2,24 \%$) считают полезное регулярное употребление молочных продуктов.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Иванских, А. В.* Питание здоровых женщин во время беременности / А. В. Иванских // Особенности питания беременных, рожениц и кормящих матерей, 2009. — С. 21–25.
2. *Грошимская, М. В.* Питание беременных и кормящих женщин: использование специализированных продуктов / М. В. Грошимская, Л. С. Коновалова, Е. Ю. Демкина // Вопросы современной педиатрии. — 2011. — Т. 10, № 5. — С. 81–87.

УДК 612.816.3

ДИАГНОСТИКА СИЛЫ НЕРВНЫХ ПРОЦЕССОВ СТУДЕНТОВ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» В ПЕРИОД ДО И ПОСЛЕ ЗИМНЕЙ СЕССИИ

Однокозов О. И., Крент А. А.

Научный руководитель: ассистент *Е. Н. Рожкова*

Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Актуальность нашей работы заключается в том, что в последние годы все чаще высказывается мнение о важной роли общих типологических особенностей нервной системы человека в трудовой деятельности, которая сопровождается возникновением состояний высокой психической напряженности, эмоционального выгорания и утомления. Свойства нервной системы относятся к врожденным факторам, предпосылкам формирования индивидуально-психологических характеристик, проявляющихся в силе реакций, в их скорости и устойчивости, в темпе и ритме психических процессов. Сила нервных процессов служит показателем работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом. Соответственно сильная нервная система выдерживает большую по величине и длительности нагрузку, чем слабая. Слабая нервная система — это система малой работоспособности (в физиологическом смысле), но высокой чувствительности [1, 2].

Цель

Выявить доминирующие свойства нервной системы по персональным показателям силы нервных процессов у студентов ГГМУ в период до и после зимней сессии.

Материал и методы исследования

Работа проведена на базе кафедры биологии с курсами нормальной и патологической физиологии УО «Гомельский государственный медицинский университет». В тестировании участвовало 40 студентов из четырех групп второго курса лечебного факультета ГГМУ в период до и после зимней сессии 2018 года. Для диагностики силы нервных процессов студентов нами была выбрана экспресс-методика «Теппинг-тест» программно-