

УДК 613.2:616-003.725

**РОЛЬ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК
В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА**

Жоголь П. Л., Ефименко К. В.

Научный руководитель: м.м.н., ассистент А. М. Островский

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

О лечебных свойствах пищевых веществ упоминается еще в древневосточной медицине, но первые биологически активные препараты были синтезированы в 50-х гг. прошлого столетия; именно с этого времени начинаются споры (ученых и не только) об их пользе и вреде [1, 2]. Необходимо отметить, что биологически активные добавки (БАД) — это натуральные или идентичные натуральным концентраты биологически активных веществ, которые получают из растительного, животного или минерального сырья (иногда — путем химического или микробиологического синтеза), и предназначенные для приема или добавления в пищу с целью восполнения рациона человека необходимыми витаминами и микроэлементами. Они не являются лекарственными средствами, находясь на промежуточной позиции между лекарственными препаратами и продуктами питания [3].

Цель

Провести социологическое исследование по оценке роли БАД в жизни современного человека.

Материал и методы исследования

Для реализации поставленной цели был выбран социологический метод. Опрос проводился по анкете «Что Вы знаете о БАД?», размещенной на базе электронного ресурса — https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd-hGqGRWIKkp-1G2dMU2g2DmjZV0F8E2nP7dbftYQ6UBUo7A/viewform?usp=sf_link. Всего в анкетировании приняли участие 250 человек, большинство из которых (73,3 %) — это лица в возрасте 18–30 лет, в возрасте 30–40 лет — 12,9 %, а в возрасте 40 лет и старше — 13,9 %. Из них 94 (37,6 %) мужского и 156 (62,4 %) женского пола. Статистическая обработка результатов исследования проводилась при помощи компьютерной программы «Microsoft Excel 2007» с использованием сравнительной оценки распределений по ряду учетных признаков и достоверностью показателей и различий рассматриваемых выборок при уровне значимости $p \leq 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение

В результате анкетирования было установлено, что 206 (82,3 %) человек знают, что такое БАД, и 44 (17,7 %) респондента никогда не слышали о них. Далее опрос проводился среди лиц, владеющих информацией о БАД.

Так, на вопрос, с какой целью употребляют БАД, респонденты ответили следующим образом: 3 (1,5 %) человека считают, что это средство от простуды, 69 (33,5 %) — что это комплекс витаминов и минералов, 87 (42 %) — что это добавка для укрепления здоровья, 47 (23 %) человек считают, что они применяются для оптимизации обмена веществ. Из числа опрошенных 113 (55 %) человек ответили, что БАД приносят какую-то пользу, 29 (14 %) респондентов считают, что применение данных добавок укрепляет здоровье, 23 (11 %) утверждают, что БАД бесполезны, а 41 (20 %) убеждены, что это лишь доход для фармацевтических компаний. 66 (32,3 %) человек, прошедших анкетирование, отметили, что БАД могут оказывать побочные эффекты на организм человека,

тогда как большинство людей — 140 (67,7 %) — придерживаются мнения о безопасности применения этих добавок.

Более половины — 119 (57,6 %) — респондентов склоняются к мысли, что БАД не входят в перечень пищевых веществ, принимаемых людьми. 56 (27,3 %) с уверенностью подтверждают вышеупомянутый факт. 31 (15,2 %) человек думает, что БАД принимаются населением.

Если брать ценовой аспект данной проблемы, то ответы респондентов расположились следующим образом: 78 (37,85%) считают, что БАД имеют цену до 10 BYN, 63 (30,6 %) — от 10 до 20 BYN, 53 (25,5 %) — от 20 до 50 BYN. В то же время 12 (6,1 %) человек считают, что стоимость БАД на весь курс приема составляет более 50 BYN.

Что фрукты и БАД не являются взаимоисключающими факторами и могут полностью заменить друг друга, считают, но при этом недостаточно уверены, 101 (49 %) человек. За возможность полного замещения БАД фруктами проголосовали 76 (37 %) человек, за невозможность — 29 (14 %). Родственники 8 (4 %) опрошенных человек постоянно употребляют БАД, 85 (41 %) — иногда, 113 (55 %) не заинтересованы в употреблении этих добавок.

Следующий вопрос анкетирования был построен на связи между приемом БАД и порой года: 87 (42 %) респондентов считают, что прием дополнительных источников пищевых и биологически активных веществ необходим зимой, 45 (22 %) — весной, 37 (18 %) — осенью, 6 (3 %) — летом, 31 (15 %) опрошенных воздерживаются от приема БАД, в общем, независимо от поры года.

Поскольку большинство опрошенных — 120 (58 %) — не принимают БАД, то сложно оценить эффект их воздействия на организм. Среди тех респондентов, кто принимал БАД, положительный эффект наблюдался у 45 (22 %) человек и только у 2 (1 %) было отмечено побочное действие. Не заметили особых изменений от приема БАД 39 (19 %) опрошенных.

В заключение респондентам был задан вопрос, получают ли, по их мнению, врачи прибыль от продажи БАД. В итоге оказалось, что половина опрошенных затрудняются с ответом на данный вопрос, 74 (36 %) человека думают, что в нашей стране нет такого дополнительного заработка у врачей, 17 (8 %) — что получают прибыль, 12 (6 %) опрошенного населения считают, что получают, и именно из-за личных побуждений назначают БАД.

Выводы

На основе полученных данных можно сказать, что большинство опрошенных людей не принимают БАД, однако при этом их уровень осведомленности достаточно высок. Респонденты понимают, что БАД не являются лекарственным средством и не могут заменить их в случае болезни, а также восполнить необходимый запас питательных веществ, поступающих в организм при употреблении фруктов и других пищевых продуктов. Хотя же в ценовом диапазоне они могут быть доступны для широких слоев населения, многие их не употребляют. По-видимому, у населения существует определенная настороженность по отношению к приему БАД.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Волгарев, М. Н.* Питание и здоровье населения России / М. Н. Волгарев, В. А. Тутельян, А. К. Батурин // III Международный симпозиум «Биологически активные добавки —нутрицевтики и их использование с профилактической и лечебной целью при наиболее распространенных заболеваниях». — Тюмень, 1997. — С. 3–7.
2. *Княжев, В. А.* Правильное питание. Биодобавки, которые вам необходимы / В. А. Княжев, Б. П. Суханов, В. А. Тутельян. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 1998. — 208 с.
3. *Пилат, Т. Л.* Биологические добавки к пище / Т. Л. Пилат, А. А. Иванов. — М., 2002. — 710 с.