

таты 484 проб молока в Оренбурге и 6 городах области (Бугуруслан, Бузулук, Медногорск, Новотроицк, Орск, Гай). В 32 пробах обнаружены превышения ПДК в молочных продуктах 3 исследуемых городов: Бугуруслан (2 пробы), Медногорск (18 проб), Оренбург (12 проб). Самыми часто встречаемым металлом, превышающим показатель ПДК, является мышьяк (обнаружен в 18 пробах с концентрацией более 0,07). Отмечаем, что в целом превышению концентрации тяжелых металлов подвержены группы молочных продуктов — творог (25 %), кисломолочные (22 %) и сыры (22 %).

Выводы

Выявленные случаи несоответствия санитарным нормам показывают, что нужно предпринимать дополнительные меры по безопасности молочных продуктов в Оренбургской области. Предположительно, основной путь попадания токсических веществ в молоко в данных пробах — корма для коров (обработка пестицидами, заражение токсическими грибами). Выявленные случаи несоответствия санитарным нормам показывают, что нужно предпринимать дополнительные меры по безопасности молочных продуктов в Оренбургской области на любых возможных этапах производства данных продуктов. Людям, употребляющим в пищу молочные продукты, в особенности жителям данных городов рекомендуется выполнять несколько простых советов: употреблять в пищу пектино- и крахмалосодержащие продукты — они способствуют выведению тяжелых металлов, употреблять в пищу продукты-пребиотики (лук, зерновые, зеленые листовые овощи, спаржа и другие) — они способствуют разрушению соединений тяжелых металлов в организме нашей микрофлорой, выбирать только известных и сертифицированных производителей.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов: СанПиН 2.3.2.1078-01. — М.: ДЕАН, 2012. — С. 65–93.
2. Педенко, А. И. Гигиена и санитария общественного питания / А. И. Педенко, И. В. Лерина, Б. И. Белицкий. — М.: Экономика, 1991. — С. 131–142.

УДК 614.2:159.922.25

МЕТЕОЗАВИСИМОСТЬ В ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Винник М. В.

Научный руководитель: к.б.н., доцент И. В. Яблонская

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Медицинская наука все чаще обращает внимание на различные аспекты экологии человека, такие как погода и климат. Организм человека — открытая система, обменивающаяся с окружающей средой веществом, энергией и информацией, закономерно реагирует на ее изменение. Метеозависимость — выраженная реакция организма на изменения погодных условий, проявляющаяся: головными болями (мигрень), нарушением сна, тревожными состояниями, депрессией, обострением хронических заболеваний. ревматизма, нарушением циркуляции крови или сердцебиениями, обострением других хронических заболеваний, изменением артериального давления.

Цель

Изучить влияние погодных условий на самочувствие, здоровье и жизнедеятельность различных групп населения.

Материал и методы исследования

Материалами исследования явились результаты анализа проведенного анкетирования целевых групп населения, с последующей статистической обработкой данных в программном приложении «Statistica» 10.0.

Обследуемая группа составила 100 человек в возрасте от 18 до 50 лет и старше.

Результаты исследования и их обсуждение

В результате обработки полученных данных было установлено, что наиболее отчетливо выраженные изменения самочувствия при изменении погодных условий отмечаются в группе лиц в возрасте от 36 до 50 лет. В ходе исследования были выявлены все пять типичных типов метеопатических реакций в обследованных группах населения [1, 2].

Проявление метеочувствительности у лиц, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, отмечается с восемнадцатилетнего возраста и достигают высокой распространенности в средней возрастной группе (рисунок 1).

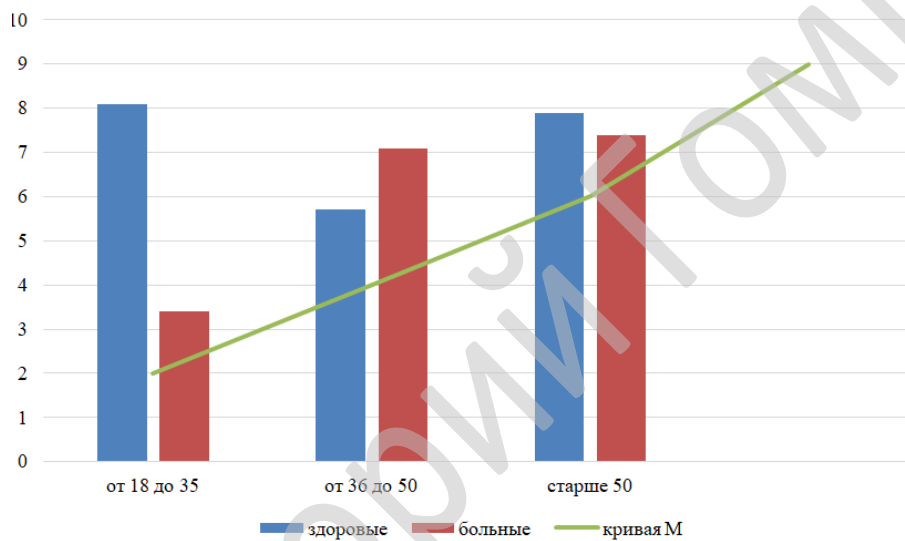


Рисунок 1 — Степень выраженности метеотропных реакций у людей с заболеваниями сердечно-сосудистой системы

На основании полученных данных, выявлено, что после достижения 36-летнего возраста риск развития сердечно-сосудистых заболеваний резко возрастает. Это определяет необходимость выявления лиц с метеопатическими реакциями в подростковом и юношеском возрасте. Проведения профилактических мероприятий с восемнадцатилетнего возраста и лечебно-профилактических в средней и старшей возрастной группе.

Выводы

1. Наибольшая зависимость активности жизнедеятельности от погодных условий отмечается в средней возрастной группе.
2. В профилактических и лечебных мероприятиях нуждаются все возрастные группы населения.
3. Особый риск метеопатические реакции представляют для лиц склонных к развитию и страдающих сердечно-сосудистой патологией.

ЛИТЕРАТУРА

1. Винник, М. В. Метеозависимость в жизнедеятельности человека / М. В. Винник // Современная медицина: новые подходы и актуальные исследования. — 2018. — № 11 (15). — С. 30–33.
2. Гнатюк, А. П. Гигиеническая оценка зависимости реакций организма от погодных условий / А. П. Гнатюк, А. А. Виговский, Р. С. Мануева // Здоровье и качество жизни: матер. III Всерос. конф. с междунар. участием. — 2018. — С. 62–25.