

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Трушкина, Л. Ю. Гигиена и экология человека : учеб. пособие / Л. Ю. Трушкина, А. Г. Трушкин, Л. М. Демьянова. – Ростов н/Д : Феникс, 2003. – 448 с.
2. Шабарова, А. В. Оценка воздействия рельсового транспорта на территории жилой застройки / А. В. Шабарова, Д. А. Куклин, М. В. Буторина // Защита от повышенного шума и вибрации : сб. тр. VI Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, СПб., 21–23 марта 2017 г. – СПб., 2017. – С. 441–447.
3. Гигиеническая оценка акустической и вибрационной нагрузки территорий населенных мест на основе интегрального (одночислового) показателя / И. П. Щербинская, С. С. Худницкий, И. В. Соловьева [и др.] // Здоровье и окружающая среда : сб. науч. тр. / М-во здравоохранения Респ. Беларусь, Респ. науч.-практ. центр гигиены, Белорус. науч. о-во гигиенистов ; редкол.: В. П. Филонов [и др.]. – Минск, 2010. – Вып. 15. – С. 221–224
4. Howarth, H.V.C., Griffin, M.J. The relative importance of noise and vibration from railways. Applied Ergonomics. – 1990. 21 (2), – P. 129–134.
5. Шишкина, В. В., Карагодина, И. Л. Вибрация как неблагоприятный фактор внутрижилищной среды и его гигиеническая регламентация [сайт] // Гигиена и санитария. 1981. №12. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vibratsiya-kak-neblagopriyatnyy-faktor-vnutrizhilishchnoy-sredy-i-ego-gigienicheskaya-reglamentatsiya> (дата обращения: 02.02.2024)
6. Анализ правил нормирования и гигиенической оценки шума и вибрации на рабочих местах и в условиях проживания в жилых зданиях и помещениях / И. Е. Цукерников, И. Л. Шубин, Т. О. Невенчанная // Жилищное строительство. – 2017. – № 6. – С. 3–7.
7. Реброва, О. Ю. Статистический анализ медицинских данных. Применение пакета прикладных программ Statistica / О. Ю. Реброва. – М. : МедиаСфера, 2002. – 312 с
8. Кравцов, А. В. Вибрационная обстановка на первых этажах жилых и общественных зданий г. Минска при движении железнодорожного транспорта / А. В. Кравцов, И. В. Соловьева, И. В. Арбузов // Medical Review. [assoc. prof. Amir V. Aliyev.] – 2024. – Vol. 8. – С. 124–125.
9. Исследование количественных показателей общей вибрации, обусловленной движением поездов метрополитена мелкого заложения, в жилых и административных зданиях г. Минска / И. В. Соловьева [и др.] // Инновационные подходы в решении санитарно-гигиенических и медико-биологических проблем здоровья населения, посвященной 90-летию Института : сб. докладов респ. науч.-практ. конф., Ташкент, 16 июля 2024 г. – С. 172–174.

УДК 615.3:579]:316.654

А. Е. Бородавко, А. В. Пахаренко

Научный руководитель: к.м.н., доцент В. Н. Бортновский

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ПРИВЕРЖЕННОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ К УПОТРЕБЛЕНИЮ ПРОБИОТИКОВ

Введение

Одним из приоритетных направлений XXI в. в пищевой промышленности является расширение линейки продуктов здорового питания [1]. Их производство на сегодняшний день совершенствуется путем использования функциональных ингредиентов. К таким физиологически активным продуктам относят пробиотики.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), пробиотики (от греч. *pro* – «для», *bios* – «жизнь») – это живые микроорганизмы, которые при введении в адекватном количестве оказывают положительный эффект на здоровье организма-хозяина [2]. Пробиотики содержатся в основном в кисломолочных продуктах. При их производстве большое внимание уделяют выбору и селекции штаммов заквасочных микроорганизмов [3]. Пробиотики являются одним из самых эффективных элементов профилактического питания, или как в последние годы принято говорить, функционального питания [4].

Цель

Изучить информированность и приверженность населения к употреблению пробиотиков.

Материал и методы исследования

Исследование выполнено методом анкетирования с использованием разработанного нами опросника.

В исследовании приняли участие 312 человек, которые были распределены на три группы: первая группа – 107 человек в возрасте до 25 лет, вторая группа – 103 человека в возрасте от 26 до 45 лет и третья группа – 102 человека в возрасте от 46 лет и старше. Среди респондентов 135 человек связаны с медицинской сферой деятельности.

Для обработки данных использовалась программа «Microsoft Excel 2016».

Результаты исследования и их обсуждение

Установлено, что респонденты первой группы недостаточно осведомлены о положительном действии пробиотиков и их концентрации в кисломолочных продуктах. 72% опрошенных не знали, что такое пробиотики, 18% затруднились в ответе. На вопрос «Знаете ли вы чем отличаются пробиотики от пребиотиков?» большинство (84%) ответило отрицательно. Лишь 34% респондентов верно отнесли лактобактерии и бифидобактерии к пробиотикам. 45% опрошенных верно полагали, что квашеная капуста, кефир и некоторые сорта сыра относятся к продуктам, содержащим пробиотики. Половина (55%) участников анкетирования ошибочно отнесли чеснок, хлеб, бананы и яблоки к источникам пробиотиков. Большинство респондентов (91%) употребляют кисломолочную продукцию два раза в неделю, однако на вопрос «Обращаете ли вы внимание на состав молочных изделий при покупке?» 89% опрошенных ответило «нет». Только 2% указало, что обращают внимание на концентрацию пробиотиков при покупке товара. 8% опрошенных считают, что употребление продуктов, содержащих пробиотики, отрицательно влияет на микрофлору кишечника, 41% респондентов отметили, что лактобактерии и бифидобактерии не приносят пользу организму человека. На вопрос «Нужно ли включать пробиотики в рацион питания в виде добавок?» 28% ответили утвердительно.

Установлено, что лица второй группы гораздо лучше информированы о пробиотиках, чем лица первой группы. Так знали о видах и формах пробиотиков 73% респондентов. Они часто употребляют кисломолочную продукцию и на вопрос «Обращаете ли вы внимание на состав молочных изделий при покупке?» 59% опрошенных ответило утвердительно. Однако 38% опрошенных ошибочно отнесли хлеб и чеснок к продуктам, содержащим пробиотики. Среди респондентов лишь 22% обращают внимание на концентрацию лактобактерий и бифидобактерий в продуктах питания. Большинство (71%) ответило верно, что пробиотики следует употреблять для профилактики дисбиоза. На вопрос «Как вы считаете: приносят ли пользу пробиотики?» 83% опрошенных ответило «да». 61% респондентов считают, что пробиотики не следует добавлять в рацион питания в больших количествах. 85% опрошенных отметило, что их целесообразно применять для восстановления микрофлоры при приеме антибиотиков.

Респонденты третьей группы в 92% случаев указали на принадлежность лактобактерий и бифидобактерий к пробиотикам. Ежедневно употребляют кисломолочные продукты 95% участников анкетирования и знают, что пробиотики содержатся в кефире, квашеной капусте и в некоторых сортах сыра. Из них 87% опрошенных обращают внимание на состав кисломолочных продуктов, а также на концентрацию пробиотиков в них. На вопрос «Как вы считаете: приносят ли пользу пробиотики?» все ответили утвердительно. Большинство респондентов (89%) знают, что не следует чрезмерно употреблять продукты питания, содержащие лактобактерии и бифидобактерии.

Выводы

Респонденты первой группы в возрасте до 25 лет недостаточно знают о действии пробиотиков и их содержании в кисломолочных продуктах.

Респонденты второй группы в возрасте от 26 до 45 лет лучше осведомлены о полезных бактериях, но мало кто из них обращает внимание на концентрацию пробиотиков в продуктах питания.

Респонденты третьей группы в возрасте от 46 лет и старше осведомлены об особенностях действия и пользе пробиотиков, могут указать основные виды полезных бактерий и с легкостью выбрать продукты, содержащие пробиотики.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости информирования населения о действии и пользе пробиотиков, оказывающих регулирующее воздействие на организм в целом или его определенные системы и органы при систематическом употреблении.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вокуева, В. Н. Пробиотики в мясных продуктах – путь к качеству и безопасности продуктов питания / В. Н. Вокуева // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – № 1–2 (47). – С. 70–73.
2. Кайбышева, В. О. Пробиотики с позиции доказательной медицины / В.О. Кайбышева, Е.Л. Никонов // Доказательная гастроэнтерология. – 2019. – Т. 8, № 3. – С. 45–54.
3. Детские кисломолочные смеси с пробиотиками: обоснованность применения с позиции функционального питания / Е. Г. Макарова, Т. В. Клепикова, С. Е. Украинцев [и др.] // Вопросы современной педиатрии. – 2019. – Т.18, № 1. – С. 41–48.
4. Ткаченко, Е. И. Питание, микробиоценоз и интеллект человека / Е. И. Ткаченко, Ю. П. Успенский. – СПб. : СпецЛит, 2006. – 590 с.

УДК 613.9

А. В. Ванина

Научный руководитель: к.м.н., заведующий кафедрой общей гигиены О. М. Шепелева

Учреждение образования

Курский государственный медицинский университет»

г. Курск, Российская Федерация

ОТ ГАДЖЕТОВ К ЗДОРОВЬЮ: ФОРМИРОВАНИЕ ЗНАНИЙ О ЗДОРОВЬЕ В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ

Введение

Современный этап развития общества характеризуется стремительным внедрением информационно-коммуникационных технологий во все сферы нашей жизни, в том числе в здравоохранение и образование. Если ранее основными источниками знаний о здоровье были медицинские специалисты и печатные издания, то сегодня значительную роль играет интернет. Студенты-медики, как будущие врачи, обучаются в эпоху цифровых технологий, что оказывает существенное влияние на их формирование как профессионалов. Гаджеты и онлайн-ресурсы становятся не только инструментами для коммуникаций и развлечений, но и важными источниками информации, в том числе о здоровье. Однако, доступность информации не всегда гарантирует ее достоверность и надежность. Важно понимать, как студенты-медики используют цифровые технологии для получения знаний о здоровье, как оценивают качество информации и как формируют свое отношение к цифровым каналам коммуникации в сфере здравоохранения [1,2].

Цель

Определить, какие онлайн-ресурсы наиболее часто используются студентами-медиками для получения информации о здоровье. Оценить уровень доверия к различным источникам информации о здоровье в цифровой среде. Выявить факторы, влияющие на выбор и оценку информации о здоровье в интернете.