

**НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені О. О. Богомольця**



**НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я  
ТА ПРОФІЛАКТИЧНОЇ МЕДИЦИНИ**

**ЗБІРКА МАТЕРІАЛІВ  
студентської науково-практичної конференції**

*Інноваційні підходи у наукових дослідженнях у сфері  
громадського здоров'я та профілактичної медицини:  
досягнення та перспективи*



*Київ – 2025*

## Загальні питання гігієни та профілактики захворювань

### ПОРІВНЯЛЬНА ГІГІЄНІЧНА ОЦІНКА РЕЖИМУ ДНЯ СТУДЕНТІВ НМУ імені О. О. БОГОМОЛЬЦЯ В УМОВАХ ОНЛАЙН І ОФЛАЙН НАВЧАННЯ

Юлія ДАНЮК, Анна АНТОНЕНКО, Андрій БОРИСЕНКО  
Здобувач вищої освіти II курсу медичного факультету № 1  
Наукові керівники: д. мед. н., професор, д. мед. н., доцент

*Національний медичний університет імені О. О. Богомольця*

**Актуальність:** Під час пандемії Covid-19 дистанційна форма навчання набула великої популярності, і різні навчальні заклади, в тому числі в НМУ ім. О.О. Богомольця перейшли на онлайн режим. Нажаль, у зв'язку із початком повномасштабного вторгнення країни-агресора гібридна форма навчання, часто з переважання дистанційного формату, залишається єдиною можливістю продовжувати педагогічний процес в більшості регіонів нашої держави.

Саме тому, необхідно вивчити та порівняти щоденний режим, включаючи цикл сну, регулярність проведення гігієнічних процедур, фізичну активність студентів, що мають серйозний вплив на їхнє загальне фізичне, когнітивне та фізіологічне благополуччя як в онлайн, так і в офлайн режимі.

**Метою роботи** провести порівняльну гігієнічну оцінку режиму дня студентів НМУ ім. О.О. Богомольця в умовах онлайн і офлайн навчання.

**Матеріали і методи.** Було проведено онлайн-анкетування за допомогою Google Forms 30 студентів різних вікових груп, статі та типу освіти, щоб отримати інформацію щодо їх розпорядку дня: часу пробудження та відходу сну, частоти проведення гігієнічних процедур і занять різними видами фізичної активності в режимі навчання онлайн і офлайн. Статистичну обробку отриманих результатів проводили за допомогою ліцензійного програмного забезпечення Microsoft® Excel® for Microsoft 365 MSO (Version 2305 Build 12.0.6425.1000, 2007) та MedStat

v.5.2. Розраховано показники описової статистики: середнє значення та відхилення; визначено силу кореляційного зв'язку між показниками.

**Результати дослідження:** Серед респондентів було 96,7% з університету, 3,3% з аспірантури/докторантури; 86,7% віком 18-24, 13,3% – старше 35; 80% жінок, 20% чоловіків. Під час навчання онлайн 46,7% респондентів прокидаються о 7-8 ранку, 30% о 8-9 ранку, по 10% о 5-6 ранку та після 9 ранку, 3,3% можуть спати до вечора. Під час навчання офлайн 60% опитаних прокидаються о 5-6 ранку, 30% о 7-8 ранку, 6,7% о 8-9 ранку, 3,3% після 9 ранку. Під час навчання офлайн студенти загалом частіше приймають душ (раз на день в 70 % випадках проти 50 % при онлайн навчанні). Розподіл інших варіантів режиму прийому душу достовірно не відрізняється при різних формах навчання.

Варто зазначити, що саме при відвідуванні занять офлайн половина опитаних студентів виходить на вулицю кілька разів на день, тоді як при онлайн навчанні тільки 20 % респондентів роблять це хоча б раз на день, а 26,7 % майже не виходять.

Значних відмінностей у часі відходу до сну між офлайн та оналайн режимами навчання не виявлено: в онлайн режимі 40% опитаних лягають спати після опівночі, 30% – 22:00-23:00, 26,7% – 23:00-00:00, 3,3% – під ранок; в офлайн – 50% лягають спати після опівночі, 26,7% – 23:00-00:00, 16,7% – 22:00-23:00, по 3,3% до 22:00 та під ранок.

**Висновки:** Аналіз результатів дослідження показав значні відмінності у рутинних звичках студентів залежно від форми навчання. Під час онлайн навчання відмічено більш гнучкий графік у всьому, проте офлайн потребує більш суворого відношення до режиму дня. Офлайн навчання змушує прокидатися раніше, формувати режим особистої гігієни, проводити на вулиці більше часу та пізніше лягати спати. Режим сну під час онлайн навчання дуже гнучкий, студенти мало часу проводять на свіжому повітрі і це може впливати на продуктивність протягом дня. Щоб покращити свій стан під час онлайн навчання рекомендовано: розробити

чіткий графік вправ, робити ранкову зарядку, просту розтяжку, кардіо тренування, силові тренування – це все можна робити за допомогою спеціальних додатків та відеоуроків. При офлайн навчанні треба особливу увагу приділяти достатньому часу на сон.

## **СТАН ВОДОПОСТАЧАННЯ ТА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ НАСЕЛЕННЯ ЯКІСТЮ ПИТНОЇ ВОДИ: РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ В м. КІЛІЯ**

Сергій КОЙЧЕВ, Анна АНТОНЕНКО, Андрій БОРИСЕНКО  
*Здобувач вищої освіти II курс медичного факультету № 1*  
*Наукові керівники: д. мед. н., професорка, д. мед. н., доцент*

*Національний медичний університет імені О. О. Богомольця*

**Актуальність.** Вивчення якості води є критично важливим для збереження здоров'я населення та навколишнього середовища. Відповідність якості питної води нормативним стандартам дозволяє уникнути розвитку цілого ряду інфекційних та неінфекційних захворювань. Стан водопостачання міста Кілія в Одеській області є складним і вимагає постійного моніторингу та управління. В Кілії, як і в інших районах півдня області, проблема забезпечення населення питною водою залишається актуальною.

Проведений аналіз є першим етапом запланованого дослідження якості питної води різних регіонів України.

**Мета.** Провести оцінку стану водопостачання та проаналізувати рівень задоволеності мешканців громади якістю питної води для визначення ключових чинників, що впливають на якість і безпечність води.

**Матеріали і методи.** Використано анкетно-опитувальний метод з використанням Google Forms серед 384 респондентів. Для розрахунку показників описової статистики (середнє значення та відхилення) використано Microsoft® Excel® for Microsoft 365 MSO та MedStat v.5.2.