

Supplement № 3 (126) 2021

ISSN 2311-6951; eISSN 1996-353X

Міністерство охорони здоров'я України
Національний медичний університет
імені О. О. Богомольця

НАУКОВО-ПРАКТИЧНЕ ВИДАННЯ

УКРАЇНСЬКИЙ НАУКОВО-МЕДИЧНИЙ МОЛОДІЖНИЙ ЖУРНАЛ

Видання індексується
в Google Scholar,
Index Copernicus, WorldCat OCLC

ISSN 2311-6951; eISSN 1996-353X

Министерство здравоохранения Украины
Национальный медицинский университет
имени Богомольца

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ

УКРАИНСКИЙ НАУЧНО-МЕДИЦИНСКИЙ МОЛОДЕЖНЫЙ ЖУРНАЛ

Издание индексируется
в Google Scholar, Index Copernicus,
WorldCat OCLC

ISSN 2311-6951; eISSN 1996-353X

Ministry of Health of Ukraine
Bogomolets National Medical University

THEORETICAL AND PRACTICAL EDITION

UKRAINIAN SCIENTIFIC MEDICAL YOUTH JOURNAL

Journal's indexing:
Google Scholar, Index Copernicus,
WorldCat OCLC

Засновник – Національний медичний університет
імені О.О.Богомольця МОЗ України
Періодичність виходу 4 рази на рік.

Журнал внесено до переліку фахових видань.

Галузі наук: медичні, фармацевтичні.
(наказ МОН України 09.03.2016 №241)

Реєстраційне свідоцтво КВ № 17028-5798ПР.

Рекомендовано Вченою Радою НМУ імені
О.О.Богомольця (протокол №2 від 30.09.2021 р.)
Усі права стосовно опублікованих статей залишено
за редакцією.

Відповідальність за добір та викладення фактів
у статтях несуть автори, а за зміст рекламних
матеріалів – рекламодавці.

Передрук можливий за згоди редакції та з посиланням
на джерело.

До друку приймаються наукові матеріали,
які відповідають вимогам до публікації в даному
виданні

Основатель – Национальный медицинский
университет имени Богомольца МЗ Украины

Периодичность выхода 4 раза в год.

Журнал включен в перечень
профессиональных изданий.

Отрасли наук: медицинские, фармацевтические.
(Приказ МОН Украины 09.03.2016 №241)

Регистрационное свидетельство КВ № 17028-5798ПР.

Рекомендовано Ученым Советом НМУ
имени Богомольца (протокол № 2 от 30.09.2021 г.)
Все права в отношении опубликованных статей
оставлены за редакцией.

Ответственность за подбор и изложение фактов в
статях несут авторы, а за содержание рекламных
материалов – рекламодатели.

Перепечатка возможна с согласия редакции
и со ссылкой на источник.

К печати принимаются научные материалы,
соответствующие требованиям к публикации в данном
издании

Founder – Bogomolets National Medical University
Ministry of Health of Ukraine

Publication frequency – 4 times a year.

The Journal is included in the list of professional
publications in Medical and pharmaceutical Sciences
(order MES Ukraine 09.03.2016 № 241) Registration
Certificate КВ № 17028-5798ПР.

Recommended by the Academic Council of the Bogomolets
National Medical University, Kyiv (protocol № 2 of 30.09.2021)

All rights concerning published articles are reserved to the
editorial board.

Responsibility for selection and presentation of the facts
in the articles is held by authors, and of the content of
advertising material – by advertisers. Reprint is possible
with consent of the editorial board and reference. Research
materials accepted for publishing must meet the publication
requirements of this edition.

ІНТЕГРАЛЬНИЙ РЕЙТИНГОВИЙ ПІДХІД ДО ВИБОРУ ПРОДУКТІВ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ

Мазур Н.Р., Філоненко Т.В., Аністратенко Т.І.

Науковий керівник: к. мед. н. Велика Н.В.
Кафедра гігієни та екології №4
Завідувач кафедри: к. мед. н., доц. Велика Н.В.
Національний медичний університет імені О.О. Богомольця
м. Київ, Україна

Актуальність. За останнє десятиліття статистика поширеності захворюваності серед студентів зросла на 36 %. Науково підтверджено, що одними з найголовніших факторів, які спричиняють погіршення стану здоров'я студентів, є дефіцит сну, незбалансоване харчування, низька фізична активність, психоемоційні навантаження та шкідливі звички. Знижене в кількісному, чи зменшене в якісному відношенні споживання харчових речовин, або окремих компонентів, недостатня калорійність раціону призводить до порушення метаболізму та фізичного розвитку організму, зниження імунітету, залізодефіцитні стани, ендокринні хвороби та інші види патології. Надмірне харчування при гіподинамії, зловживання їжу з великим вмістом солі та жиру зумовлює розвиток захворювань серцево-судинної та бронхолегеневої систем, шлунково-кишкового тракту, хвороби пов'язані з дисбалансом в обміні речовин, опорно-рухового апарату. Тривале порушення кратності харчування викликає розвиток або загострення захворювань шлунково-кишкового тракту.

Метою даного дослідження став аналіз харчових уподобань студентів Національного медичного університету імені О.О.Богомольця в рамках розробленої нами профілактично-освітньої програми.

Об'єкти та методи. У анкетуванні взяли участь 72 студенти 2-3 курсів медичних факультетів. Анкета включає 195 позицій по 9 основним групам продуктів, а також показник кратності прийому продуктів. В основу бальної оцінки нами покладено показники харчової та біологічної цінності, біодоступності та парафармакологічної ефективності продуктів, тобто ступінь інтегральної корисності (від -5 до +5). У повторному анкетуванні брали участь 54 студенти.

Результати досліджень свідчать, що студенти згідно свого суб'єктивного бачення оцінюють власне харчування як відповідне своїм потребам, тобто адекватне. Об'єктивний аналіз результатів анкетування свідчить, що 9 респондентів (12,5%) мають повноцінне харчування і правильне розуміння поняття «здоровий спосіб харчування», 23 учасника (31,9%) харчуються частково неправильно (в їх раціоні наявні всі групи продуктів, але переважають продукти з ступенем корисності від -2 до +4 балів), 28 учасників анкетування (38,9%) харчуються переважно неправильно, але вважають за необхідне змінити структуру та характер харчування (в раціоні цієї групи переважно продукти, які за шкалою відносяться до категорії від -4 до +3), 12 осіб (16,7%) харчуються неправильно і не вважають це проблемою (в раціоні переважають продукти від +2 до -5). Нами були розроблені рейтингові таблиці біологічної повноцінності, корисності та доступності продуктів, які були роздані студентам після першого дослідження, проведено обговорення та аналіз результатів з учасниками анкетування, в результаті чого з у 12,5% респондентів виявили бажання дотримання здорового способу харчування та поглибленого вивчення і впровадження цих принципів. 78,8% учасників досліджень активно переглянули своє ставлення до організації харчування і сформували відповідні пріоритети у межах їх економічних можливостей. Аналіз результатів повторного анкетування свідчить, що 14 респондентів (25,9%) дотримуються вимог раціонального харчування, 26 респондентів (48,2%) значно поліпшили якісний і кількісний склад харчування і продовжують його удосконалювати, впроваджують засади здорового харчування у своїх родин, 11 осіб (20,3%) не знайшли можливості покращити харчування, але мають бажання це зробити, 3 студента (5,6%) не вважають за необхідне займатися цією проблемою, оскільки не вважають її актуальною.

Висновки. Впровадження інтегрального рейтингового підходу до вибору продуктів при конструюванні індивідуальних раціонів харчування дає змогу збагатити їх біологічно-активними, мікронними нутрієнтами з вираженими парафармакологічними властивостями та обмежити надходження негативних компонентів.

ХАРЧОВІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ПРИ ГАСТРОЕЗОФАГЕАЛЬНІЙ РЕФЛЮКСНІЙ ХВОРОБИ

Мамула Є.А., Фалалєєва Т.М.

Науковий керівник: д.біол.н., професор Фалалєєва Т.М.
Кафедра біомедицини
Завідувач кафедри: д.біол.н., професор Фалалєєва Т.М.
ІНЦ «Інститут біології та медицини» Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
м. Київ, Україна

Актуальність. На сьогоднішній день гастроєзофагеальна рефлюксна хвороба набуває свого поширення і є розповсюдженим гастроентерологічним діагнозом серед дорослих та дітей. Велика кількість дослідників описує етіологію хвороби та зв'язок з бактерією *H.pylori*, клініку, патологічні процеси, які відбуваються. Так само сформульованим вже є медикаментозне лікування, проте тривало застосовувати лікування не можна, оскільки при тривалому застосуванні блокаторів протонної помпи розвивається гіпергастринемія, що може призводити до раку шлунка та товстої кишки. Також є значна частина пацієнтів, які не чутливі до блокаторів протонної помпи. У зв'язку з зазначеним, у цих пацієнтів дієта є основним засобом корекції їх стану.