

До IV групи студентів з ІМТ понад 30 кг/м² увійшли 8 % обстежених (62,5 % дівчат, 37,5 % – хлопців). У раціоні обстежуваних переважали гострі м'ясні страви, рис, випічка, газовані напої. Частота прийомів їжі – 2-6 разів на добу. У підлітковому віці, серед сибсів та батьків була нормальна та підвищена маса тіла. Фізична активність включала ходьбу 3-5 км на день, заняття у спортивному залі, баскетбол.

Висновки. Збалансоване харчування та фізична активність сприяють підтриманню нормальної маси тіла. Недостатня маса тіла частіше обумовлена гіпокалорійною їжею або підвищеним метаболізмом, швидкою реакцією організму на стрес. Найчастіше ожиріння виникає внаслідок споживання їжі з високою енергетичною цінністю (калорійністю) у поєднанні з недостатньою фізичною активністю і фактором генетичної сприйнятливості.

В.Б. Замкевич, Т.С. Грузєва

ВПЛИВ ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ НА ІНШІ ПРОЯВИ НЕЗДОРОВОЇ ПОВЕДІНКИ

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця, м. Київ,
Україна

Вступ. Медико-соціальна значущість проблем, пов'язаних з вживанням алкогольних напоїв, поширеність явища та ранній початок залучення молоді до нездорової поведінки обумовлюють потребу у визначенні причин та обґрунтуванні профілактичних заходів.

Основна частина. Дослідження вживання алкогольних напоїв у середовищі студентів закладу вищої медичної освіти засвідчило значну його поширеність, яка досягала 76,1±2,0 на 100 опитаних. Дві третини респондентів місцем вживання алкоголю назвали заклади, де вживаються алкогольні напої, а причиною – зустрічі з друзями.

Виявлено, що переважна чисельність опитаних вживала алкогольні напої у вихідні дні (46,3±3,1), майже кожен п'ятий – на свята (18,5±3,8), проте кожен десятий – протягом тижня (11,2±4,0 на 100 опитаних). Спонукальними чинниками вживання алкоголю були отримання задоволення (35,4±3,5), спілкування з друзями (7,4 на 100 опитаних), вирішення особистих проблем (2,9 на 100 опитаних).

Встановлено, що студенти надавали перевагу споживанню вина ($43,1 \pm 3,2$) та пива ($21,8 \pm 3,8$), однак, $14,8 \pm 3,9$ найчастіше вживали міцні напої, а $29,4 \pm 3,6$ на 100 опитаних – вживали одночасно різні напої.

Вивчення поєднаного вживання алкогольних виробів з тютюновими засвідчило, що третя частина респондентів ($32,3 \pm 3,7$ на 100) курили під час вживання спиртних напоїв. Особливу тривогу викликає впевненість $17,0 \pm 4,4$ респондентів в доцільності такого поєднання.

Виявлено відмінності в частоті вживання тютюнових виробів серед студентів, які вживають алкогольні напої, та, які не вживають. Розрахунок хі-квадрату свідчить про істотний вплив алкогольної поведінки на частоту куріння, оскільки його значення (2,5) перевищує табличне, а різниця є істотною. Студенти з алкогольною поведінкою частіше вживали також енергетичні напої, що також підтвердили розрахунки хі-квадрату.

Висновки. Встановлення вірогідно більшої частоти вживання тютюнових виробів та енергетичних напоїв серед студентів, які вживають алкогольні напої, порівняно з тими, що не вживають, свідчить про негативний вплив алкогольної поведінки на інші прояви нездорової поведінки і потребує комплексного підходу до скорочення їх поширеності та формування здорового способу життя.

О.О. Кулянда, Т.В. Бігуняк., О.В. Денефіль

ОЖИРІННЯ У МОЛОДОМУ ВІЦІ – ПРЕДИКТОР РОЗВИТКУ ЗАХВОРЮВАНOSTI

Тернопільський національний медичний університет
імені І.Я. Горбачевського МОЗ України

Вступ. Індекс маси тіла (ІМТ) дозволяє оцінити ризики для здоров'я. ІМТ понад 30 кг/м^2 вказує на ожиріння, яке збільшує частоту виникнення серцево-судинних захворювань, діабету II типу. В Україні щороку фіксують 15,5 тис. нових випадків ожиріння. Воно призводить до скорочення середньої тривалості життя на 6-7 років.

Основна частина. Визначено частоту ожиріння у студентів 3 курсу, які навчаються у ТНМУ та проаналізовано їх харчові звички, сімейних анамнез щодо ожиріння, фізичну активність. Для дослідження були використані вага, ростомір та розроблена нами анкета опитування студентів.