

УДК: 613.2

## **ВЛИЯНИЕ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ УГМУ НА ТЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ**

Юферова Елена Максимовна, Орлова Анна Николаевна, Рыжкова Ирина Александровна, Самылкин Алексей Анатольевич

Кафедра гигиены и медицины труда

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России

Екатеринбург, Россия

### **Аннотация**

**Введение.** В статье рассмотрена актуальная проблема распространенности заболеваний пищеварительной системы у студентов Уральского государственного медицинского университета (УГМУ). **Цель исследования** – оценить влияние питания на течение заболеваний пищеварительной системы у студентов УГМУ. **Материал и методы.** Было проведено анкетирование среди 270 студентов УГМУ с 1 по 6 курс. **Результаты.** Хроническая патология пищеварительной системы выявлена у 24,4 % (n=66), 35,2 % (n=95) студентов не имеют патологии пищеварительной системы, 40,4 % (n=109) респондентов отмечают у себя симптомы, характерные для заболеваний пищеварительной системы, однако диагноз заболевания этим студентам не установлен. Наиболее распространенным диагнозом является хронический гастрит, который встречается у 21,1% (n=57) студентов.

**Выводы.** Основными причинами развития симптомов являются нарушение режима питания и погрешности в питании.

**Ключевые слова:** заболевания пищеварительной системы, режим питания, хронический гастрит, студенты

## **THE INFLUENCE OF NUTRITION OF UGMU STUDENTS ON THE COURSE OF DISEASES OF THE DIGESTIVE SYSTEM**

Yuferova Elena Maksimovna, Orlova Anna Nikolaevna, Ryzhkova Irina Alexandrovna, Samylkin Alexey Anatolyevich

Department of Occupational Hygiene and Medicine

Ural State Medical University

Yekaterinburg, Russia

### **Abstract**

**Introduction.** The article discusses the current problem of the prevalence of diseases of the digestive system among students of the Ural State Medical University (USMU). **The aim of the study** is to assess the influence of nutrition on the system response among USMU students. **Material and methods.** A survey was conducted among 270 students of the Ural State Medical University from 1st to 6th year. **Results.** Chronic pathology of the active system was detected in 24.4% (n=66), 35.2% (n=95) of students who do not have a developed active system, 40.4% (n=109) of respondents noted symptoms characteristic of diseases of the working system, but the diagnosis of the disease in these students has not been established. The most common diagnosis is chronic gastritis, which was detected in 21.1% (n=57) of students.

**Conclusion.** The main reasons for the development of symptoms are poor diet and dietary errors.

**Keywords:** diseases of the digestive system, diet, chronic gastritis, students

### **ВВЕДЕНИЕ**

В настоящее время заболевания органов пищеварения в России занимают 4 место в структуре общей заболеваемости (7,7%) и смертности (5,2%) [1]. По данным мировой статистики, около 7-14% взрослого населения страдают язвенной болезнью. В Российской Федерации больных с этим заболеванием более 3 млн. Хронический гастрит занимает центральное место среди заболеваний желудка. За последние 10 лет отмечается увеличение заболеваемости в три раза, весомый вклад в росте заболеваемости принадлежит подросткам 15-17 лет (43,8 %), а также взрослым и старшему поколению – 12,9 % и 7,9 % соответственно [2]. В странах с развитой статистикой он фиксируется у 80-90 % больных. В Уральском государственном медицинском университете имеются особенности организации обучения, которые влияют на питание студентов и способствуют развитию заболеваний пищеварительной системы, такие как: постоянное перемещение из одного корпуса в другой, короткие перерывы между учебными занятиями, вследствие которых студенты «питаются на бегу» [3], также в последние годы отмечается тенденция к закрытию столовых в корпусах университета [4].

**Цель исследования** – оценить влияние питания на течение заболеваний пищеварительной системы у студентов УГМУ.

## МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Было проведено анкетирование среди 270 студентов УГМУ с 1 по 6 курс, обучающихся на лечебно-профилактическом 31,9 %, медико-профилактическом 27 %, педиатрическом 21,9 %, стоматологическом 12,2 %, психолого-социальной работы и высшего сестринского образования 4,8 %, фармацевтическом 2,2 % факультетах. Анкетирование проводилось on-line с помощью Google-forms.

Разработанная нами анкета включала вопросы, касающиеся наличия заболеваний пищеварительной системы у студентов, особенностей их течения, симптомов со стороны желудочно-кишечного тракта, частоты возникновения симптомов, предположительных причин, приводящих к возникновению симптомов и ухудшению течения заболеваний, характера и режима питания, предпочтений в еде и способов приготовления пищи.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате исследования нами установлено, что у 24,4 % (n=66) студентов диагностирована хроническая патология пищеварительной системы, 35,2 % (n=95) не имеют патологии пищеварительной системы, 40,4 % (n=109) респондентов отмечают у себя симптомы, характерные для заболеваний пищеварительной системы, однако диагноз заболевания этим студентам не установлен. Наиболее распространенным диагнозом является хронический гастрит, который встречается у 21,1% (n=57) студентов.

Поскольку не всем студентам, имеющим жалобы со стороны пищеварительной системы, установлен диагноз, мы рассмотрели не только частоту обострений хронических заболеваний, но и основные симптомы, характерные для данной патологии, частоту их возникновения, а также связь с характером питания. Симптомы заболеваний выявлены у 73,7% (n=199) студентов. Наиболее часто у респондентов встречаются: вздутие живота, метеоризм 36,7 % (n=99), запор, диарея – 32,6 % (n=88), изжога - 28,1 % (n=76), боль в эпигастральной области – 24,8 % (n=67), тошнота, рвота - 21,1% (n=57), отрыжка – 15,6% (n=42), тяжесть в эпигастрии - 15,2% (n=41), горечь во рту 7,8% (n=21). 97% студентов отмечают у себя наличие от 2 до 5 симптомов заболеваний.

Появление симптомов студенты связывают с нарушением режима питания 53 % (n=143), погрешностью в питании (большое количество жирного, острого, копченого в рационе, чипсы, фастфуд, еда всухомятку) у 50,7 % (n=137). Среди других причин можно отметить употребление газированных напитков, стресс, алкоголь и курение.

Чтобы оценить, как характер питания влияет на частоту возникновения симптомов, мы выделили 3 группы: 1 группа – студенты, которые предпочитают «домашнюю еду», 2 группа – «любители фастфуда», 3 группа – смешанная, в их рационе присутствует, как домашняя еда так и фастфуд и полуфабрикаты. Установлено, что «несколько раз в неделю» симптомы заболеваний отмечают у себя 23,5% (n=8) студентов, относящиеся к 2 группе, при этом у студентов 1 группы, предпочитающие домашнюю еду, отмечают появление симптомов «несколько раз в неделю» лишь в 3,7% (n=2) случаев. Ответ «симптомы не беспокоят» наоборот был максимальным в группе 1. 39,6% (n=21), студентов, предпочитающих домашнюю еду, не имеют симптомов заболеваний пищеварительной системы. (Рис. 1).

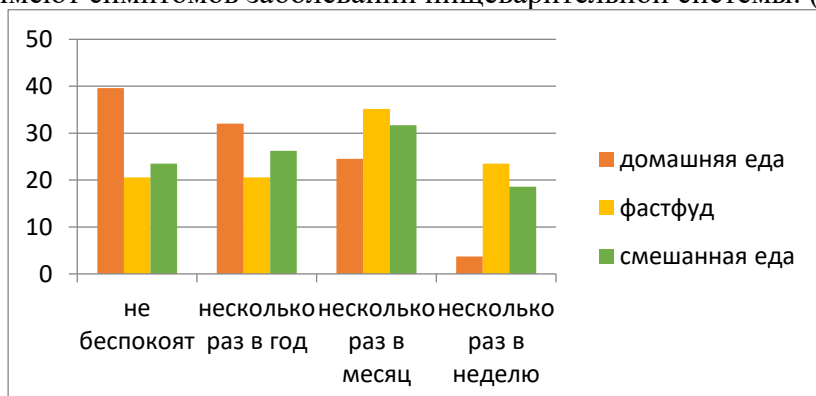


Рис 1. Связь характера питания студентов с частотой возникновения симптомов

Анализируя режим питания студентов, мы выделили 3 группы: 49,2% (n=133) питаются 3-6 раз в день, 16,3% (n=44) – 1-2 раза в день, 34,4% (n=93) – «как придётся». Между режимом питания и частотой возникновения симптомов заболевания установлена следующая закономерность: частоту появления симптомов «несколько раз в неделю» отмечают 18,3% (n=17) студентов, которые питаются «как придётся», 13,5% (n=18) студентов с режимом 3-6 раз в день, в группе студентов с режимом питания 1-2 раза в день такая частота встречается в 6,8% (n=3) случаев. При этом можно отметить, что среди студентов, не имеющих симптомов заболевания влияние режима питания не столь существенно и составляет в группе 3-6 раз – 27,1% (n=36), в группе 1-2 раза в день – 27,3% (n=12), в группе «питается как придётся» – 25,8% (n=24).

Среди способов приготовления пищи были выделены 2 группы: первая - студенты, которые готовят на пару, варят, тушат. Вторая – студенты, предпочитающие жареную пищу. Среди студентов 1 группы распространенность ответа возникновение симптомов «несколько раз в неделю» составила 13,0% (n=22), среди студентов 2 группы – 16,8% (n=17), «несколько раз в месяц» в 1 группе – 24,9% (n=42), во 2- 33,7% (n=34), «несколько раз в год» в 1 группе – 36,1% (n=61), во 2 группе – 21,8% (n=22), «симптомы не беспокоят» в 1 группе – 26,0% (n=44), во 2 группе – 27,7% (n=28).

По предпочтениям в еде мы выделили 3 группы: 1 – студенты, предпочитающие диетическую пищу, 2 – студенты, предпочитающие жареную и копченую пищу, 3 группа – студенты, предпочитающие острую и соленую пищу. Распространенность ответа симптомы беспокоят «несколько раз в неделю» в 1 группе составила 11,0% (n=12), во 2 группе – 13,7% (n=13), в 3 группе – 21,2% (n=14), «несколько раз в месяц» в 1 группе – 31,2% (n=34), во 2 группе – 25,3% (n=24), в 3 группе – 25,8% (n=17), «несколько раз в год» - в 1 группе 37,6% (n=41), во 2 группе – 28,4% (n=27), в 3 группе – 24,2% (n=16). Ответ «симптомы не беспокоят» в 1 группе встречался в 20,2% (n=22) случаев, во 2 группе – 32,6% (n=31), в 3 группе – в 28,8% (n=19) случаев.

Для оценки влияния массы тела на распространенность заболеваний пищеварительной системы нами был рассчитан индекс массы тела (ИМТ). Установлено, что студенты, испытывающие симптомы заболеваний «несколько раз в неделю», чаще имеют недостаток или избыток массы тела и ожирение. В группе студентов с недостатком массы тела частота составила 21,3% (n=10), с избытком массы и ожирением – 20,8% (n=10), а среди студентов с нормальной массой тела – 10,9% (n=19). Нужно отметить, что ответ «симптомы не беспокоят» чаще встречался у студентов с нормальной массой тела – 30,3% (n=53) случаев, в то время как у студентов с недостатком массы тела «не бывает симптомов» лишь в 17% (n=8) случаев, а с избыточной массой и ожирением – 22,9% (n=11). (Рис. 2).

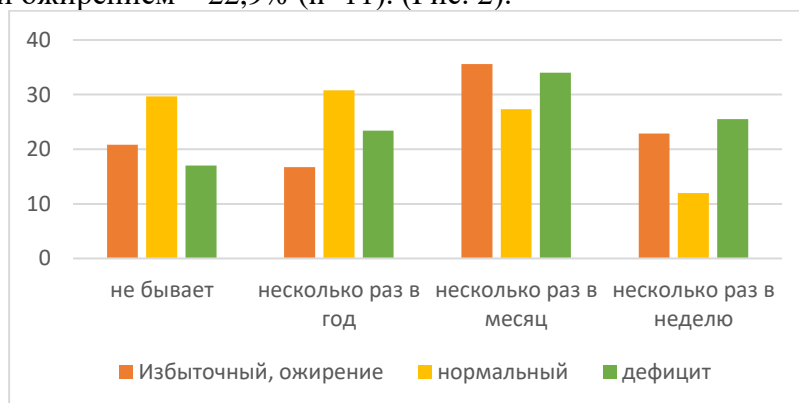


Рис 2. Связь частоты возникновения симптомов с ИМТ студентов

## ОБСУЖДЕНИЕ

В результате исследования нами установлено, что у 24,4% (n=66) студентов диагностирована хроническая патология пищеварительной системы при этом симптомы заболеваний выявлены у 73,7% (n=199) студентов. Таким образом можно предположить, что реальный уровень заболеваемости может быть выше за счет не диагностированных

заболеваний. Во-первых, это чаще связано с отсутствием времени у обучающихся из-за высокой учебной нагрузки, особенно на 1-3 курсах. Во-вторых, с тем, что многие не придают значения первым симптомам. Не стоит забывать о том, что эффективность и скорость лечения большинства заболеваний органов пищеварения во многом зависят от своевременности выявления заболевания и качества медицинской помощи. Выявлять заболеваемость позволяет проведение санитарно-просветительной работы среди студентов о необходимости прохождения профилактических осмотров ежегодно и диспансеризации раз в три года для ранней диагностики патологий органов и систем [5]. Помимо диспансеризации, при появлении первых симптомов со стороны пищеварительной системы необходимо обращаться к терапевту и гастроэнтерологу для прохождения всесторонней диагностики и лечения заболевания.

### **ВЫВОДЫ**

1. Хроническая патология пищеварительной системы диагностирована у 24,4 % (n=66) студентов. Наиболее распространенным диагнозом является хронический гастрит, который встречается у 21,1% (n=57) студентов

2. Симптомы заболеваний пищеварительной системы выявлены у 73,7% (n=199) студентов.

3. Основными причинами развития симптомов являются нарушение режима питания и погрешности в питании.

4. На частоту появления симптомов заболеваний влияет режим и характер питания. Наиболее часто симптомы заболеваний встречаются у студентов, которые питаются «как придется», предпочитают в своем питании фастфуд и острую пищу.

5. Чаще отмечают появление симптомов заболеваний пищеварительной системы студенты с недостатком массы, избыточной массой тела и ожирением.

### **СПИСОК ИСТОЧНИКОВ**

1. Ножкина, Н. В. Современные медико-социальные аспекты смертности населения от болезней органов пищеварения/ Н. В. Ножкина, Т. В. Зарипова, Е. Н. Бессонова // ЗНиСО. - 2018. - №12 (309). - С. 47-52.
2. Алексеенко, С. Н. Профилактика заболеваний [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальностям: 060101 - "Лечебное дело"; 060103 - "Педиатрия"; 060105 - "Медико-профилактическое дело" / С. Н. Алексеенко, Е. В. Дробот ; Российская акад. естествознания, Изд. дом Акад. естествознания. - Москва : Изд. дом Акад. естествознания, 2015. - 449 с.
3. Никишина, С.С. Актуальные вопросы питания пациентов с заболеваниями желудочно-кишечного тракта / С.С.Никишина // Медико-фармацевтический журнал «Пульс». - 2023. - Т.25, №2. - С. 17-22.
4. Кругликова, Е.В. Структура питания Российских студентов как фактор риска развития алиментарных заболеваний / Е.В. Кругликова, Е.А.Чанчаева, Р.И.Айзман // Acta biomedical scientifica. - 2021. - Т.6, №5. - С.68-80.
5. Королев, А. А. Гигиена питания / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. - ISBN 978-5-9704-6256-0. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html> (дата обращения: 15.02.2024).

### **Сведения об авторах**

Е.М. Юферова\* – студент медико-профилактического факультета

А.Н. Орлова – студент медико-профилактического факультета

И.А. Рыжкова – ассистент кафедры

А.А. Самылкин – кандидат медицинских наук, доцент

### **Information about the authors**

E.M. Yuferova\* – Student of the Faculty of Preventive Medicine

A.N. Orlova – Student of the Faculty of Preventive Medicine

I.A. Ryzhkova – Department assistant

A.A. Samylkin – Candidate of Sciences (Medicine), Associate Professor

\*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

yuferovael7@gmail.com

УДК 613.2

### **ОЦЕНКА ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ В ЕКАТЕРИНБУРГЕ И НИЖНЕМ ТАГИЛЕ**

Яцевич Ксения Александровна, Князева Александра Александровна, Нефедова Юлия Николаевна, Рыжкова Ирина Александровна

Кафедра гигиены и медицины труда

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России