

6. Konishi M, Kawamoto K, Izumikawa M, et al. Gene transfer into guinea pig cochlea using adeno-associated virus vectors[J]. J Gene Med, 2008,10(6):610-618.

УДК 613.2

**Абакумова Е.А., Хачатурова Н.Л.  
ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ**

Кафедра гигиены и экологии  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Abakumova E.A., Khachaturova N.L.  
HYGIENIC ASSESSMENT OF THE NUTRITION OF STUDENTS**

Department of hygiene and ecology  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: lena.abakumowa2012@yandex.ru

**Аннотация.** В статье рассмотрены особенности питания студентов УГМУ в сравнении со студентами немедицинских ВУЗов.

**Annotation.** The article discusses the nutritional habits students of the Ural State Medical University in comparison with students of non-medical universities.

**Ключевые слова:** питание, студенты, физическая активность, образ жизни.

**Key words:** nutrition, students, physical activity, lifestyle.

**Введение**

Питание как фактор, связанный с образом жизни во многом определяет состояние здоровья. Многие неинфекционные алиментарно-зависимые заболевания связаны с нерациональным питанием [4]. Сбалансированное питание является одним из ключевых факторов гармоничного развития молодого организма. Однако особенности деятельности студентов (нарушение режима труда и отдыха, интенсивные информационные нагрузки, транспортные переезды между клиническими базами, стрессогенные ситуации: зачеты и экзамены, влияние факторов внутрибольничной среды) ведут к нарушению режима питания и его качественного состава [2]. Как отмечают отечественные исследователи [1,3], это приводит к развитию хронических заболеваний, снижению трудоспособности студента как в процессе обучения, так и в дальнейшей профессиональной деятельности.

**Цель исследования** – гигиеническая оценка питания студентов 3 курса УГМУ и студентов высших учебных заведений другого профиля методом анкетирования.

## Материалы и методы исследования

Исследование проводилось методом анкетного опроса. Опрос и статистический анализ проводился с помощью сервиса Google Forms. В опросе принял участие 131 студент, 71 – студенты УГМУ, 60 – студенты других вузов Екатеринбурга, Москвы и Санкт-Петербурга (УрФУ, УГГУ, УГЛТУ, РГПШУ, МГУ, СПбГУ). Средний возраст опрошенных 20 лет (17-23 года).

## Результаты исследования и их обсуждение

В результате опроса было установлено, что в течение дня преимущественно перекусывают 59% и 55% студентов УГМУ и других ВУЗов соответственно. При этом несоблюдение режима питания более выражено у студентов УГМУ (69%), в то время как в других университетах процент случаев соблюдения и несоблюдения режима питания примерно одинаков (51,7%). Наиболее часто у опрошенных студентов среди приемов пищи отсутствует завтрак (31,4% – УГМУ, 24,6% – другие вузы), характерно несколько приемов пищи после 19:00 (80% – УГМУ и 77,5% – другие ВУЗы). Показатель выше у студентов УГМУ в связи с особенностями организации учебного процесса. Доля опрошенных, питающихся в столовых учебных заведений у студентов УГМУ ниже, чем у студентов других ВУЗов (38% и 56,7%). Данные о местах питания студентов в обед представлены на рисунке 1.

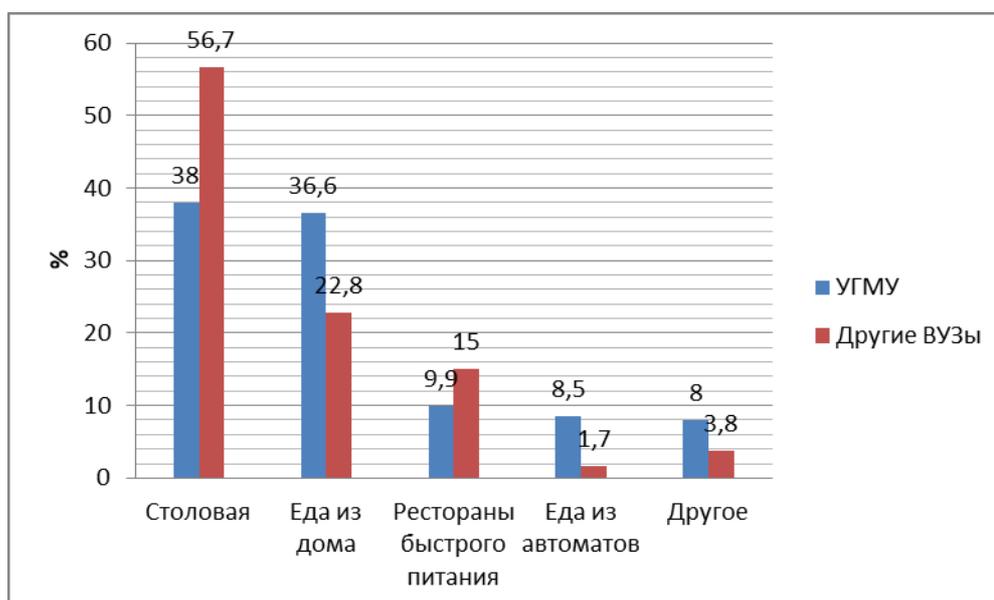


Рис. 1. Предпочтительные места питания студентов, % от числа опрошенных

Среди причин, по которым студенты не питаются в столовой, наиболее называемые у студентов УГМУ – большие очереди (62,7%) и экономия у других ВУЗов (60,9%).

В обед рацион студентов УГМУ и других вузов сходен в процентном соотношении, данные представлены на рисунке 2. Среди наиболее предпочтительных блюд у студентов УГМУ: мясные продукты (63,8%), супы

(63,8%), салаты (61,7%), гарнир (83%), выпечка (55%). В других ВУЗах: гарнир (70,4%), салаты (59,3%), мясные продукты (46,3%). В качестве напитков наиболее предпочтительными являются кофе и чай в каждой категории опрошенных (64,8% и 61,7%). При этом доля добавленного сахара незначительно больше у студентов УГМУ 50,8% (43,2% – другие ВУЗы).

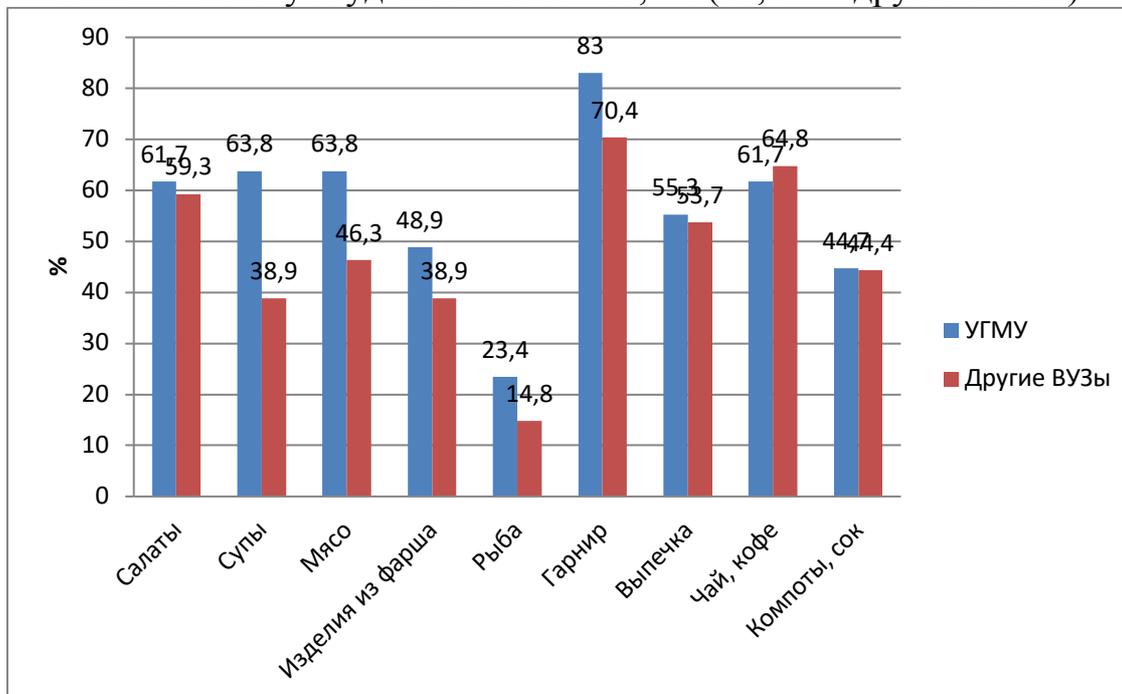


Рис. 2 Блюда, предпочитаемые студентами на обед, % от числа опрошенных

На ужин рационы студентов в процентном соотношении сходны. Наиболее употребляемые продукты для УГМУ: мясные продукты (69,6%), макаронные изделия (58%), овощные гарниры (44,9%), салаты (42%), супы (31,9%). Другие ВУЗы: мясные продукты (67,8%), макаронные изделия (54,2%), овощные гарниры (47,5%), салаты (44,1%). Потребление студентами УГМУ фруктов и овощей (64, 8%) ниже, чем у других студентов (73,3%), чаще в рационе присутствуют кисломолочные продукты (69% и 63,3%).

Приём витаминов и витаминно-минеральных комплексов в обеих категориях опрошенных нерегулярен или отсутствует (74,7% – УГМУ, 73,3 – другие ВУЗы). Количество респондентов, употребляющих в пищу йодированную соль в УГМУ выше – 42,3% и 30% – в других ВУЗах.

Высокий уровень физической активности отмечают 50,7% студентов УГМУ и 50% студентов других вузов. В диапазон нормы индекс массы тела входит у 65,7% студентов УГМУ и 62,7% студентов других вузов.

Согласно личной оценке опрошенных, рациональным своё питание считают 26,8% студентов УГМУ и 23,3% студентов других ВУЗов.

### **Выводы**

1. В течение дня большая часть студентов заменяет основные приёмы пищи перекусами; чаще это делают студенты УГМУ – 59%.

2. Значительная часть рациона студентов приходится на вторую половину дня, что не соответствует представлениям о рациональном питании.

3. Частота приёма витаминов и витаминно-минеральных комплексов 36% от числа опрошенных.

4. Количество студентов УГМУ, питающихся в столовой, ниже, чем в других ВУЗах.

#### **Список литературы:**

1. Балтыкова О.П. Исследование культуры питания студентов вузов/ О.П. Балтыкова, А.П. Цыбусов, Д.С. Блинов// – одного из факторов формирования здоровья // Интеграция образования. – 2012. № 2. – С. 56-59.

2. Карабинская О.А. Основные проблемы питания студентов, в связи с их образом жизни /О.А. Карабинская, В.Г. Изатулин, О.А. Макаров, О.В. Колесникова, А.Н. Калягин, А.Б. Атаманюк // Сибирский медицинский журнал. – 2011. – №4. – С. 122-124.

3. Каштанова С. Г. Физиолого-гигиеническая оценка фактического питания и алиментарного статуса студентов медицинского ВУЗа: автореферат дис. кандидата медицинских наук / Оренбургская государственная медицинская академия. Оренбург, 2013. [Электронный ресурс]. URL: [www.dissercat.com](http://www.dissercat.com) (Дата обращения: 18.02.2019).

4. Петрова Т.Н. Оценка фактического питания студентов медицинского ВУЗа: проблемы и пути их решения /Т.Н. Петрова, А.А. Зуйкова, О.Н. Красноручкая // Вестник новых медицинских технологий. – 2013. – №2. – С.72-77.

УДК 613.6.02.

### **Агалаков А.О., Рыкова О.С., Эржибова М.А., Гусельников С.Р. К ВОПРОСУ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ РИСКЕ РАЗВИТИЯ ПЫЛЕВОЙ ПАТОЛОГИИ У РАБОЧИХ МЕДЕЦПЛАВИЛЬНОГО ПРОИЗВОДСТВА**

Кафедра гигиены и профессиональных болезней с курсом физиотерапии,  
ЛФК и спортивной медицины  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

### **Agalakov A.O., Rykova O.S., Erzhibova M.A., Guselnikov S.R. ON THE PROFESSIONAL RISK OF THE DEVELOPMENT OF DUST PATHOLOGY IN WORKERS OF COPPER SMELTING PRODUCTION**

Department of hygiene and occupational diseases with a course of  
physiotherapy, exercise therapy and sports medicine  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation