

повышенными значениями гликемии и увеличенными размерами поджелудочной железы, выявлена сильная прямая взаимосвязь ( $r=0,88$ ).

**Выводы:**

1. У детей с ОЛЛ на фоне проводимой глюкокортикостероидной терапии нарушения углеводного обмена наблюдаются в 13,3 % случаев;

2. На фоне программного лечения острого лимфобластного лейкоза в 4,3% случаях наблюдаются повторные патологические повышения гликемии на фоне глюкокортикостероидной терапии;

3. Дексаметазон обладает выраженным диабетогенным действием, приводящий в 70% случаев к развитию сахарного диабета;

4. Нарушения углеводного обмена имеют прямую корреляционную связь с развитием панкреатопатий у детей с острым лейкозом ( $r=0,88$ );

**Список литературы:**

1. Мякова Н.В. Острый лимфобластный лейкоз. Практическое руководство по детским болезням. / Под ред. В.Ф.Коколиной, А.Г.Румянцева. // - М. –Т. 4. - 2004. – С.518-537.

2. Спивак И.И. Частота стероидного диабета на программной полихимиотерапии у детей с лимфобластным лейкозом / И.И. Спивак, М.В. Богачева Д.И. Билялутдинова и др. // Педиатрический вестник Южного Урала. – 2014. – №1-2. – С.30-33.

3. Румянцева Ю.В. Оптимизация терапии острого лимфобластного лейкоза у детей России. / Ю.В. Румянцева, А.И. Карачунский, А.Г Румянцев // Педиатрия. – 2009. –№4(87). – С.19-27.

4. Клинический протокол диагностики и лечения «Острый лимфобластный лейкоз у детей (первичный)» / Одобрен Объединенной комиссией по качеству медицинских услуг МЗ и СР РК от «29» ноября 2016 года Протокол № 16

УДК 613.956

**Зюзева М.А., Кошурникова Л.А., Числова П.В., Красилова А.В.**

**АНАЛИЗ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ**

Кафедра факультетской педиатрии и пропедевтики детских болезней

Уральский государственный медицинский университет

Екатеринбург, Российская Федерация

**Zyuzeva M.A., Koshurnikova L.A., Chislova P.V.**

**ANALYSIS OF SCHOOLCHILDREN'S REAL NUTRITION**

Department of faculty pediatrics and propaedeutics of children's diseases

Ural state medical university

Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: masha-zyuzeva@yandex.ru

**Аннотация.** В статье представлены результаты анализа фактического питания детей среднего школьного возраста, в том числе, частота потребления фаст-фуда и сладостей. Выявлены различные варианты нарушения пищевого поведения детей, оказывающих неблагоприятное действие на состояние пищевого статуса. Проанализирована частота симптомов, которые могут свидетельствовать о заболеваниях пищеварительной системы.

**Annotation.** The article presents the results of the analysis of the actual nutrition of children of secondary school age, including the frequency of consumption of fast food and sweets. Various variants of violation of food behavior of children, having an adverse effect on the state of nutritional status. The frequency of symptoms that may indicate diseases of the digestive system was analyzed.

**Ключевые слова:** школьники, здоровье, фаст-фуд, фактическое питание, симптомы поражения желудочно-кишечного тракта.

**Key words:** schoolchildren, health, fast food, actual nutrition, symptoms of gastrointestinal tract.

## **Введение**

В настоящее время особое внимание уделяется вопросам рационального питания детей и подростков, что является основой формирования здоровья. Растущий организм больше всего нуждается в достаточном поступлении всех групп питательных веществ: макро- и микронутриентов (витаминов и минеральных веществ), необходимых для обеспечения устойчивости к неблагоприятным факторам внешней среды, здорового роста и развития [1, 5]. При дефиците или избытке нутриентов происходит дисбаланс, приводящий к расстройствам функций различных систем, что в дальнейшем может способствовать формированию хронических заболеваний [3, 4].

**Цель исследования** - Провести анализ фактического питания школьников во взаимосвязи с их физическим развитием и состоянием здоровья.

## **Материалы и методы исследования**

Нами проведено исследование фактического питания 70 детей 11-12 лет частотным методом путем анкетирования родителей. Среди обследованных было 40 мальчиков (57,1%) и 30 девочек (42,9%), учащихся 5-х классов Лицея №88 города Екатеринбурга. Анкета включала вопросы о частоте потребления «здоровых» и «вредных» продуктов, количестве приемов пищи, наличии жалоб со стороны пищеварительной системы у детей. Физическое развитие оценивались в соответствии с региональными центильными таблицами [2]. Для статистической обработки использована программа Statistica 10.0.

## **Результаты исследования и их обсуждение**

По данным анкетирования выявлено, что во время пребывания в школе меньше половины детей получали завтрак в школьной столовой (40%, n=27) и лишь четвертая часть – обед (26%, n=18). Остальные (34%, n=25) в течение учебного дня сочетали организованный завтрак либо обед с едой, приобретенной в буфете или принесенной из дома. При этом чаще всего (45,7%), дети выбирали в буфете выпечку: пицца, сосиска в тесте, сладкие

булочки (15,7%), реже – горячее блюдо (сосиски с макаронами), салат или суп (5,7%).

Частота приемов пищи в течение всего дня у большинства детей (68,1%) составляла 4-5 раз, треть опрошенных питались 2-3 раза, и 2 человека – более 5 раз в сутки.

Анализ фактического питания пятиклассников показал, что ежедневно употребляли мясо только 42 ребенка (60,0%), предпочтение отдавалось куриному мясу (75%), тогда как говядина и свинина включались в меню реже (61% и 55%). Рыбные блюда не являлись частым продуктом на столах учащихся и присутствовали в рационе 1-2 раза в месяц у 54,3% детей. Стоит подчеркнуть, что только у половины детей в ежедневном рационе присутствовало молоко (51,4%). Кефир или другие кисломолочные продукты 70% детей употребляли реже: 1-2 раза в неделю. Помимо этого, недостаточно часто в меню фигурировали такие источники животного белка, как яйца (68,6%), творог (65,7%), сыр (67,1%). Более половины школьников ежедневно употребляла фрукты (73,1%) и овощи (62,3%).

По данным проведенного анкетирования (табл. 1), лидером в ежедневном рационе детей 11-12 лет являлся шоколад и сдобная выпечка. Обращает на себя внимание высокая частота употребления детьми пельменей, пиццы, картофеля-фри, а также тортов и пирожных.

Таблица 1

Частота потребления «нежелательных» продуктов школьниками, абс. (%)

| Блюда                           | Ежедневно | 1-2 раза в неделю | 1-2 раза в месяц | Никогда   |
|---------------------------------|-----------|-------------------|------------------|-----------|
| Пицца                           | 1 (1,45)  | 8 (11,6)          | 60 (87,0)        | -         |
| Сухарики                        | 2 (2,9)   | 13 (18,8)         | 22 (32,8)        | 31 (46,3) |
| Чипсы                           | 2 (2,9)   | 5 (7,2)           | 32 (46,4)        | 31 (46,3) |
| Соленые орешки                  | 1(1,45)   | 2 (2,9)           | 22 (32,8)        | 49 (73,1) |
| Кетчуп                          | 1(1,45)   | 19 (28,8)         | 24 (36,4)        | 22 (32,8) |
| Майонез                         | 1(1,45)   | 12 (17,4)         | 22 (32,8)        | 41 (59,4) |
| Гамбургеры                      | -         | 4 (5,7)           | 36 (51,4)        | 30(42,8)  |
| Картофель фри                   | -         | 3 (4,3)           | 50 (72,5)        | 16 (23,2) |
| Пельмени                        | 1(1,45)   | 20 (29)           | 43 (62,3)        | 5 (7,2)   |
| Лапша «Доширак»                 | -         | 4 (5,7)           | 13 (18,8)        | 51 (75,0) |
| Быстрозавариваемые сладкие каши | -         | 3 (4,3)           | 11 (16,0)        | 56 (80,0) |
| Шоколад                         | 17 (24,3) | 44 (62,9)         | 9 (12,8)         | -         |
| Торты, пирожные                 | -         | 11 (16,0)         | 52 (75,4)        | 6 (8,7)   |
| Сдобная выпечка                 | 14 (20,0) | 35 (50,0)         | 18 (25,7)        | 3 (4,3)   |
| Сладкие газированные напитки    | 1(1,45)   | 11 (16,0)         | 37 (52,8)        | 21 (30,0) |

Также установлено, что последний прием пищи перед сном менее чем за 2 часа имелся у 52% детей. Прием пищи в ночное время выявлен у 2%. Более

половины (58%) нередко принимали пищу во время просмотра телевизора или работы за компьютером.

Комплексная оценка физического развития выявила дисгармоничность развития за счет дефицита массы тела у 8 детей (13,3%), за счет избытка – у 21 человека (30,0%).

Проведенный анализ оценки физической активности учеников иллюстрирует, что только у половины (52%) ее уровень был высоким, у 38% – умеренным, у 10% – низким.

В анкетах родители отметили наличие жалоб со стороны желудочно-кишечного тракта: боли в животе (22,9%), неприятный запах изо рта (8,6%), запоры (2,9%), неустойчивый стул (1,4%), метеоризм, вздутие живота (1,4%). При этом 14,3 % школьников имели одновременно несколько жалоб.

На диспансерном учете у педиатра и гастроэнтеролога состояли 26% школьников. У 8,7% установлен диагноз хронический гастрит, у 2,9% – гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь, у 1,4% – дисфункциональное расстройство билиарного тракта, у 1,4% и пищевая аллергия.

### **Выводы**

Учитывая полученные данные можно сделать вывод, что фактическое питание школьников не является рациональным. Выявлены нарушения пищевого поведения: отсутствие режима питания, прием пищи во время работы за компьютером или перед телевизором. Выявленные нарушения могут являться основой формирования нарушений пищевого статуса и заболеваний желудочно-кишечного тракта. Для формирования у школьников мотивации приверженности здоровому образу жизни возможно введение в школах специальных уроков по рациональному питанию и пищевому поведению в игровой и интерактивной форме.

### **Список литературы:**

1. Есауленко И.Э. Характеристика физического развития и режима питания школьников Воронежа / И.Э. Есауленко, Т.Л. Настаушева, О.А. Жданова, О.В. Минакова // Вопросы питания. – 2017. – Т.86. - №4. – С. 85-91.
2. Комплексная оценка здоровья детей и подростков. Методическое руководство – Екатеринбург: УГМУ, 2016. – 128 с.
3. Мартинчик А.Н. Анализ фактического питания детей и подростков России в возрасте от 3 до 19 лет / А.Н. Мартинчик, А.К. Батурич, Э.Э. Кешабянц и др. // Вопросы питания. – 2017. – Т.86. - №4. – С. 50-59.
4. Рычкова Л.В. Факторы риска развития ожирения у подростков этнических групп сельских районов Республики Бурятия: результаты поперечного исследования / Л.В. Рычкова, Ж.Г. Аюрова, А.В. Погодина и др. // Вопросы современной педиатрии. – 2017. – Т.16. - №6. – С. 509-515.
5. Ханферьян Р.А. Частота потребления сладких газированных напитков населения разных возрастных групп Российской Федерации / Р.А. Ханферьян К.В. Выборная, Р.М. Раджабкадиев и др. // Вопросы питания. – 2017. – Т.86. - №3. – С. 55-58.