

2. Нарушению пищевого поведения по ограничительному типу подвержены как лица с дефицитом массы тела и нормальным ИМТ, так и лица с предожирением и ожирением различной степени выраженности;

3. Высокое распространение ограничительного типа пищевого поведения среди студентов-медиков, возможно, связано с плотным учебным графиком, отсутствием возможности полноценного приема пищи 3 раза в день и как следствие, периоды ограничительного пищевого поведения сменяются периодами переедания.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Матусевич М. С. Особенности формирования пищевых нарушений у подростков // Молодой ученый. — 2013. — №12. — С. 814-817.

УДК 613.2

Волкова О.А., Волкова Л.Д., Маслюкова Л.С., Федотова Л.В.

## **ОЦЕНКА РИСКА ЭКСТЕРНАЛЬНОГО ПЕРЕЕДАНИЯ У СТУДЕНТОВ УРАЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Кафедра госпитальной терапии

Уральский государственный медицинский университет

г. Екатеринбург, Российская Федерация

Volkova O.A., Volkova L.D., Maslyukova L.S., Fedotova L.V.

## **ESTIMATION OF RISK OF EXTREME TRANSFER IN STUDENTS OF URAL STATE MEDICAL UNIVERSITY**

Department of Hospital Therapy

Ural State Medical University

Ekaterinburg, Russian Federation

E-mail: larisa\_volkova\_94@mail.ru

**Аннотация.** Проведено анкетирование студентов с помощью анкеты, составленной на основе Голландского опросника пищевого поведения. Оценен риск возникновения экстернального типа нарушений пищевого поведения у студентов-медиков.

**Ключевые слова:** пищевое поведение, студенты.

**Annotation.** Questionnaires of students were carried out using a questionnaire compiled on the basis of the Dutch food questionnaire. The risk of occurrence of an external type of eating disorders in medical students is assessed.

**Keywords:** food behavior, students, eating disorders.

### **Введение**

Экстернальное пищевое поведение представляет нарушение питания, связанное с повышенной чувствительностью к внешним стимулам потребления пищи: человек с таким поведением ест не в ответ на внутренние стимулы (уровень глюкозы и свободных жирных кислот в крови, пустой желудок и т. д.), а на внешние: витрина продуктового магазина, хорошо накрытый стол, вид человека, употребляющего пищу, реклама пищевых продуктов и т. д. Реакцию на внешние стимулы к приему пищи определяет не только аппетит, но и медленно формирующееся, неполноценное чувство насыщения. [1]

Студенты-медики, конечно, могут сформировать группу риска по этому типу переедания, так как отсутствие единого режима питания, увеличение роли рекламы в жизни молодежи (интернет, телевидение, баннеры в торговых-развлекательных центрах), а также возрастание доли фаст-фуда в ежедневном рационе будущего врача, способны приводить к формированию стойких нарушений пищевого поведения по экстернальному типу.

**Цель исследования** – оценка риска развития экстернального переедания у студентов-медиков.

### **Материалы и методы исследования**

Используя onlineGoogle-платформу, была составлена и распространена анонимная анкета, в основу которой был положен Голландский опросник пищевого поведения (DEBQ). Респондентами явились обучающиеся различных курсов и факультетов УГМУ – будущие врачи.

Условно весь опрос можно было разделить на две основные части: идентификационную и основную. Первые вопросы были направлены на составление портрета анкетированного: пол, возраст, факультет, курс, вес, рост, индекс массы тела (ИМТ).

Вторая часть состояла из 12 вопросов DEBQ (11-22), каждый из которых студент должен был оценить в отношении себя как «Никогда» (1 б.), «Редко» (2 б.), «Иногда» (3 б.), «Часто» (4 б.) и «Очень часто» (5 б.). Эти вопросы были направлены на выявление нарушений пищевого поведения по экстернальному типу.

Интерпретация результатов осуществлялась путем вычисления среднего арифметического показателя по балльной шкале, образующегося при ответах на предлагаемые вопросы.

За нормальные значения экстернального пищевого поведения для людей с нормальным весом принято было считать 2.7 балла.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Согласно результатам анонимного on-line анкетирования, проведенного на базе Google-платформы, в опросе приняло участие 177 респондентов – студентов Уральского государственного медицинского университета. В подавляющем большинстве случаев ответить на вопросы изъявили желание девушки (81,9%), что можно объяснить преобладанием лиц женского пола в данном учебном заведении. Средний возраст респондентов составил  $21,5 \pm 3,2$  лет. Важно отметить, что распространение анкета получила среди всех курсов, однако более активно отвечали на вопросы старшекурсники (студенты 3-6 курсов), что заставляет задуматься о меньшей заинтересованности в собственном здоровье менее опытных представителей студенчества – 1-2 курсов. Большинство

анкетированных – это представители лечебно-профилактического факультета - 76,3%.

При ответе на вопросы первого блока, позволяющих составить некий портрет студента-анкетированного, было установлено: у 1% опрошенных установлен выраженный дефицит массы тела, у 16 % - недостаточная масса, 67% имеют нормальный вес, избыточная масса тела (предожирение) наблюдается у 7% опрошенных, ожирение I степени – 3%, ожирение II и III степени по 1% в каждой категории. Важно отметить, что среди опрошенных студентов встретились и те, которые не знают свой ИМТ (4%), что позволяет задуматься о дефиците знаний, так как будущий врач любой специальности, а уж тем более врач-лечебник, должен уметь считать этот важный показатель, характеризующий обменные процессы в организме.

Анализ вопросов второго блока явился наиболее интересным, так как позволил оценить наличие экстернального типа нарушений пищевого поведения у будущих врачей. Выяснилось, что лишь у 50 респондентов (28,2%) выявлено нарушение данного типа, что говорит нам о том, что некоторые будущие врачи не в состоянии сопротивляться внешним стимулам и питаются, опираясь не на сигналы организма, а на «рекламу» извне. Однако, стоит отметить, что процент анкетированных с данной патологией является невысоким и сложно сказать, влияет ли обучение в медицинском университете фактором риска возникновения экстернального типа переедания, поэтому целесообразным представляется проведение сравнительного анкетирования среди студентов других вузов г.Екатеринбурга, а также среди работающего населения и школьников.

При более детальном анализе установлено, что из всех 50 случаев выявленных нарушений, только у 6% имеется избыточная масса тела. Подавляющее же большинство имели нормальную массу тела, следовательно, несмотря на факт наличия переедания, будущие врачи могут контролировать себя настолько, чтобы держать свой вес в пределах физиологической нормы.

#### **Выводы:**

По данным проведенного исследования выявлено, что у 28,2% студентов Уральского государственного медицинского университета имеет место быть экстернальный тип нарушений пищевого поведения. Несмотря на установленные нарушения питания, будущие врачи контролируют свой вес и удерживают его в пределах физиологической нормы.

Однако определить степень риска развития данной патологии пищевого поведения у студентов-медиков не представляется возможным по данным текущего анкетирования, следовательно, необходимо проведения дополнительных исследований среди студентов других вузов, школьников и работающего населения.

#### **ЛИТЕРАТУРА:**

1. Матусевич М. С. Особенности формирования пищевых нарушений у подростков // Молодой ученый. — 2013. — №12. — С. 814-817.

**УДК 613.2**

Волкова О.А., Волкова Л.Д., Маслюкова Л.С., Федотова Л.В.

### **ОЦЕНКА РИСКА ЭМОЦИОГЕННОГО ПЕРЕЕДАНИЯ У СТУДЕНТОВ УРАЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Кафедра госпитальной терапии

Уральский государственный медицинский университет

г. Екатеринбург, Российская Федерация

Volkova O.A., Volkova L.D., Maslyukova L.S., Fedotova L.V.

### **ESTIMATION OF RISK OF EMOTIONAL TRANSFER IN STUDENTS OF URAL STATE MEDICAL UNIVERSITY**

Chair of Hospital Therapy

Medical University "Ural State Medical University"

Ekaterinburg, Russian Federation