

УДК 613.21:616.33/.34-036.12(470.51-25)

***АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ РЕЖИМА ПИТАНИЯ НА РАЗВИТИЕ  
ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА  
У СТУДЕНТОВ***

***Рапенкова А.В.***

*Кандидат экономических наук, доцент кафедры медбиофизики, информатики  
и экономики*

*ФГБОУ ВО «Ижевской государственной медицинской академии» МЗ УР,  
Ижевск, Россия.*

***Старовойтова М.В.***

*Кандидат медицинских наук,*

*ФГБОУ ВО «Ижевской государственной медицинской академии» МЗ УР,  
Ижевск, Россия.*

***Елфимова А.Д.***

*Студент 4 курса лечебного факультета*

*ФГБОУ ВО «Ижевской государственной медицинской академии» МЗ УР,  
Ижевск, Россия.*

***Караваева А.С.***

*Студент 4 курса лечебного факультета*

*ФГБОУ ВО «Ижевской государственной медицинской академии» МЗ УР,  
Ижевск, Россия.*

**Аннотация:** В статье рассматриваются теоретические и практические вопросы влияния режима питания на развитие обострения хронических заболеваний у студентов. Проведен анализ факторов способствующих выявлению хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта у студентов Ижевской государственной медицинской академии. Сделан вывод о том, что нарушения питания студентов является способствующим фактором для возникновения хронических заболеваний ЖКТ.

**Ключевые слова:** режим питания, хронические заболевания ЖКТ, питание, студенты, ИГМА.

***ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF THE DIET ON THE  
DEVELOPMENT OF CHRONIC DISEASES OF THE GASTROINTESTINAL  
TRACT IN STUDENTS***

***Rapenkova A.V.***

*Candidate of Economic Sciences, Associate Professor of the Department of Medical  
Biophysics, Computer Science and Economics*

*Izhevsk State Medical Academy of the Ministry of Health of the UR,  
Izhevsk, Russia.*

***Starovoitova M.V.***

*Candidate of Medical Sciences,  
Izhevsk State Medical Academy, Ministry of Health,  
Izhevsk, Russia.*

***Elfimova A.D.***

*4th year student of the Faculty of Medicine  
Izhevsk State Medical Academy,  
Izhevsk, Russia.*

***Karavaeva A.S.***

*4th year student of the Faculty of Medicine  
Izhevsk State Medical Academy,  
Izhevsk, Russia.*

**Abstract:** The article discusses the theoretical and practical issues of the influence of the diet on the exacerbation of chronic diseases in students. The analysis of factors contributing to the detection of chronic diseases of the gastrointestinal tract in students of the Izhevsk State Medical Academy was carried out. It is concluded that students' eating disorders affect the incidence of chronic gastrointestinal diseases.

**Keywords:** diet, chronic gastrointestinal diseases, nutrition, students, IGMA.

**Введение.** Актуальность проблемы неправильного питания и его влияния на развитие заболеваний желудочно-кишечного тракта в современном мире нельзя оставить без внимания. Чаще всего заболевания желудочно-кишечного тракта развиваются в студенческом периоде из-за того, что в настоящих условиях жизни, молодые люди, которые должны только учиться, пытаются совмещать работу и учебу, а на полноценное питание у них не хватает времени, а иногда и средств.

**Цель исследования:** выявить факторы, влияющие на развитие хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта у студентов.

#### **Материалы и методы:**

Исследование проводилось на базе ИГМА. С целью определения частоты проявления заболеваний желудочно-кишечного тракта, нами была составлена анкета, состоявшая из 35 вопросов. Опрошено 110 студентов разных курсов, из них 56,4% женщин, 43,6%-мужчин.

#### **Полученные результаты и обсуждение:**

По результатам анкетирования, 45,5±4,8% студентов оценивают как удовлетворительное, 42,7±4,8% оценивают как хорошее, 7,3±2,5% оценивают как плохое, 3,6±1,8% оценивают как отличное, 0,9±0,9% студентов отмечают как очень плохое (рис.1).

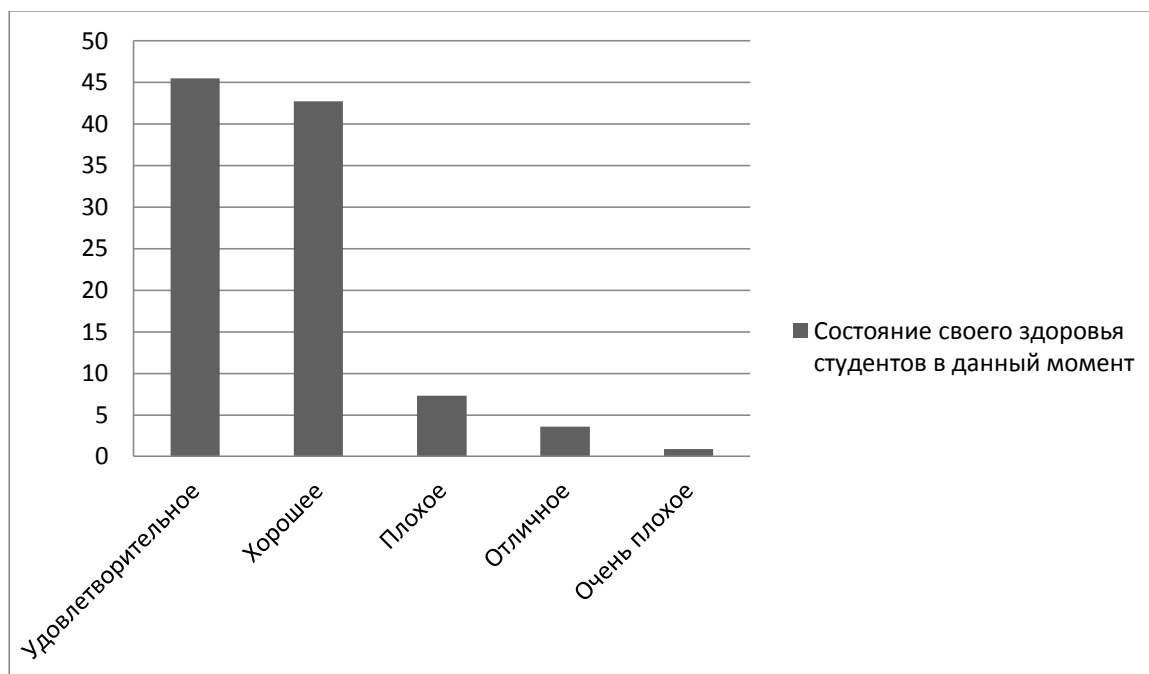


Рисунок 1. Оценка своего состояния здоровья студентами.

Примечание: авторская разработка.

По результатам опроса, в  $40,9 \pm 4,7\%$  студентов иногда перекусывают,  $33,6 \pm 4,5\%$  всегда используют перекусы,  $18,2 \pm 3,7\%$  студентов редко перекусывают,  $5,5 \pm 2,17\%$  студентов никогда не перекусывают,  $1,8 \pm 1,2\%$  затрудняются ответить (рис .2).

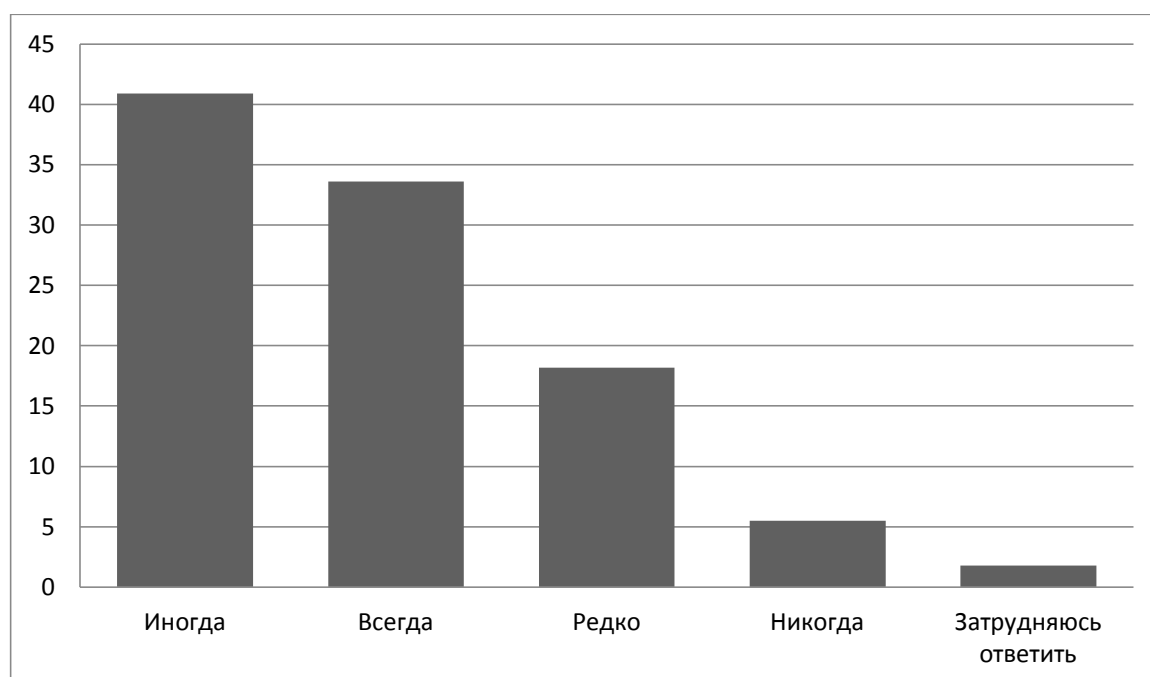


Рисунок 2. Частота перекусов у студентов.

Примечание: авторская разработка.

На вопрос о питании в течение дня,  $29,1 \pm 4,3\%$  студентов отвечают, что покупают еду в ближайшем магазине,  $25,5 \pm 4,15\%$  - питаются едой принесенной из дома,  $23,6 \pm 4,04\%$  - питаются в столовой,  $12,7 \pm 3,17\%$  - посещают фаст-фуд,  $9,1 \pm 2,8\%$  - питаются в кафе (рис .3).

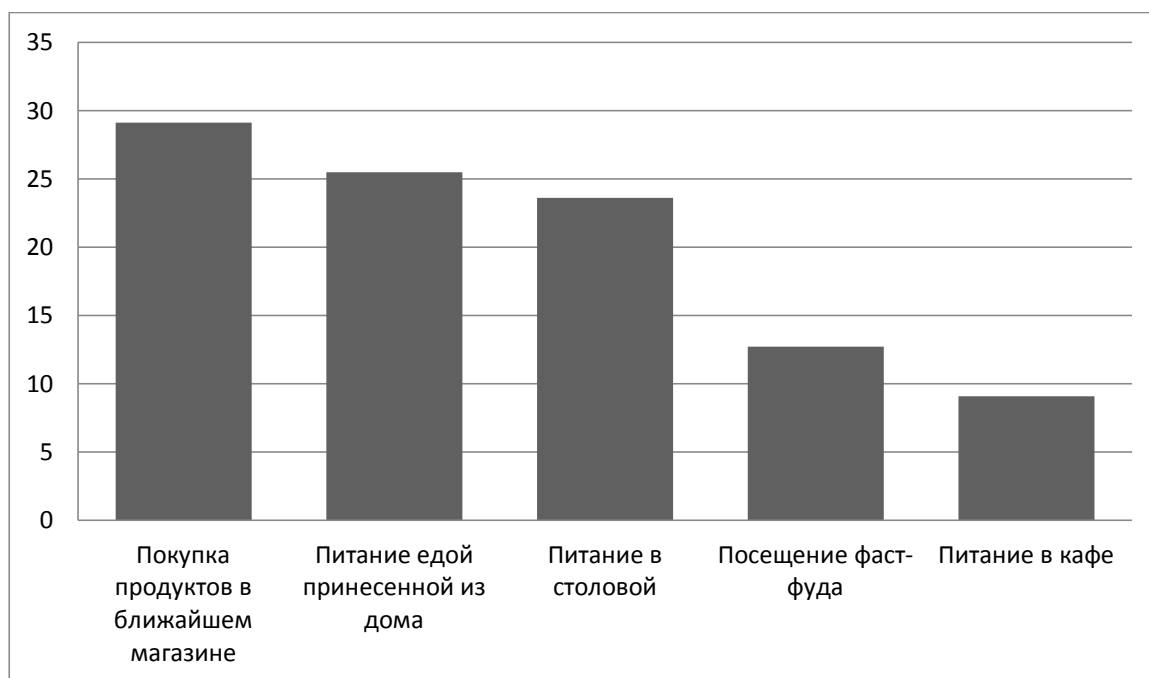


Рисунок 3. Питание в течение учебного дня.

Примечание: авторская разработка.

Исходя из данных на поставленный вопрос,  $37,3 \pm 4,6\%$  студентов иногда обращают внимание на состав,  $24,5 \pm 4,1\%$  всегда обращают внимание,  $21,8 \pm 3,9\%$  редко обращают внимание,  $16,4 \pm 3,5\%$  никогда не обращают внимание (рис. 4).

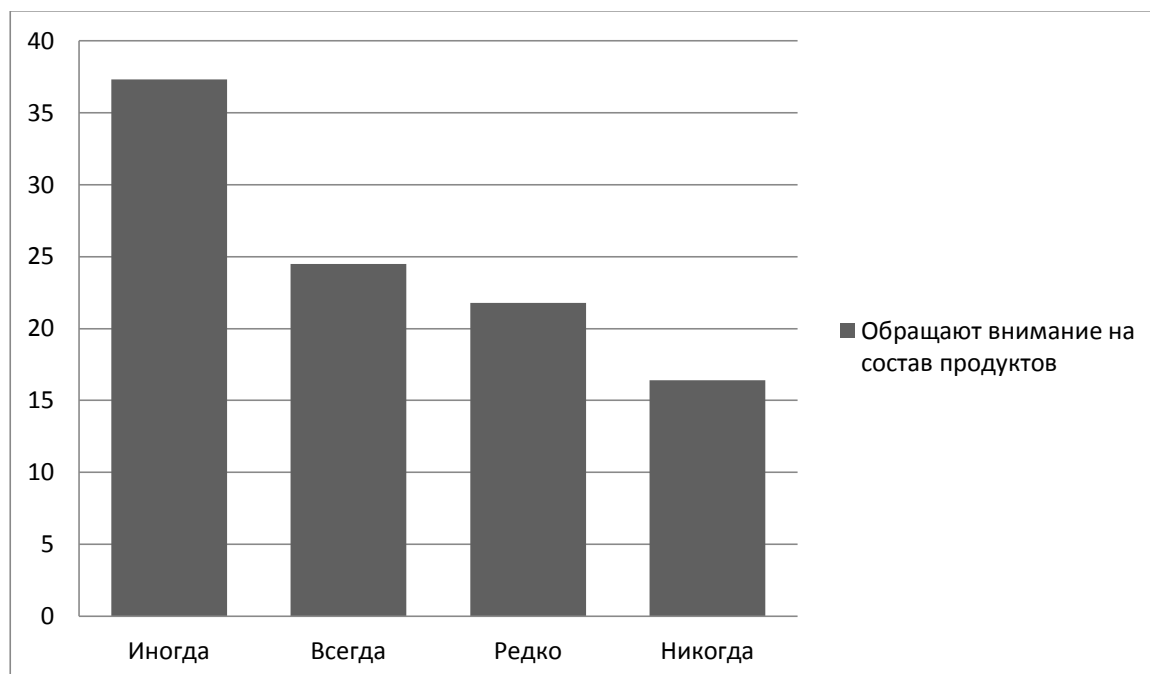


Рисунок 4. Студенты обращают внимание на состав продукта.

Примечание: авторская разработка.

На основании полученных данных,  $38,2 \pm 4,7\%$  студентов редко используют БАДы,  $36,4 \pm 4,6\%$  никогда не используют БАДы,  $20,9 \pm 3,9\%$  - периодически используют БАДы,  $3,6 \pm 1,8\%$  студентов БАДы используют постоянно,  $0,9 \pm 0,9\%$  - затрудняются ответить (рис. 5).

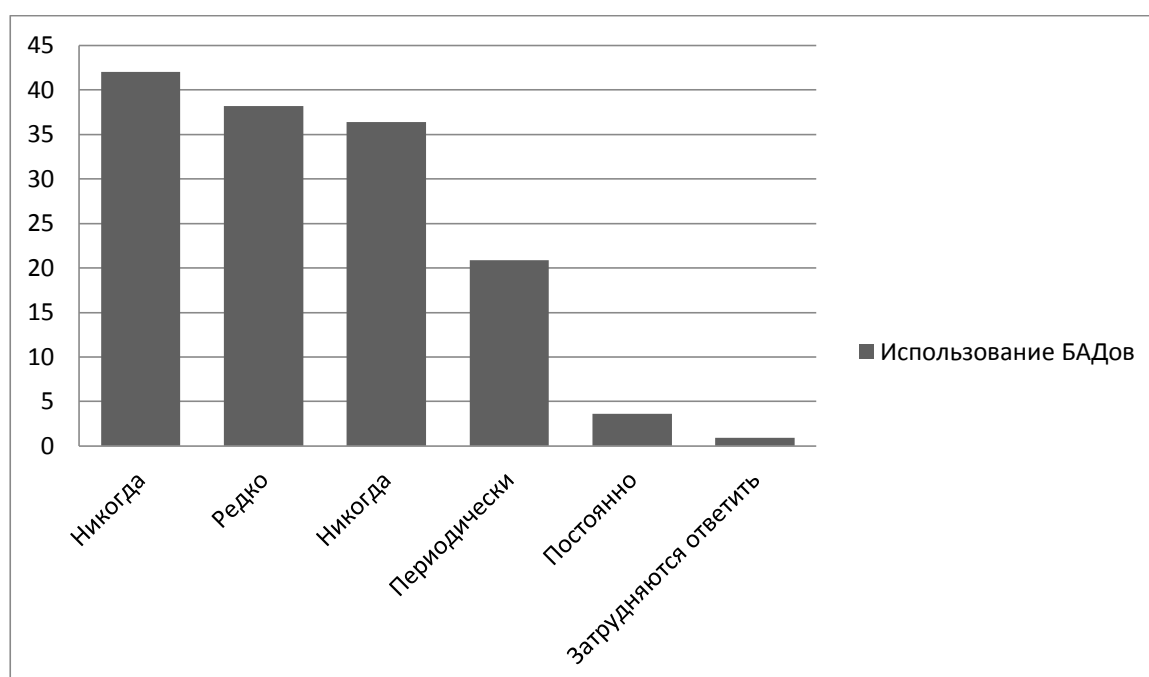


Рисунок 5. Использование студентами БАДов.

Примечание: авторская разработка.

Студентам был задан вопрос об их приверженности здоровому питанию,  $49,1\pm 4,8\%$  студентов полагают, что не придерживаются здорового питания,  $40\pm 4,7\%$  утверждают, что придерживаются частично,  $7,3\pm 2,5\%$  - утверждают, что всегда,  $3,6\pm 1,8\%$  - затрудняются ответить (рис. 6).

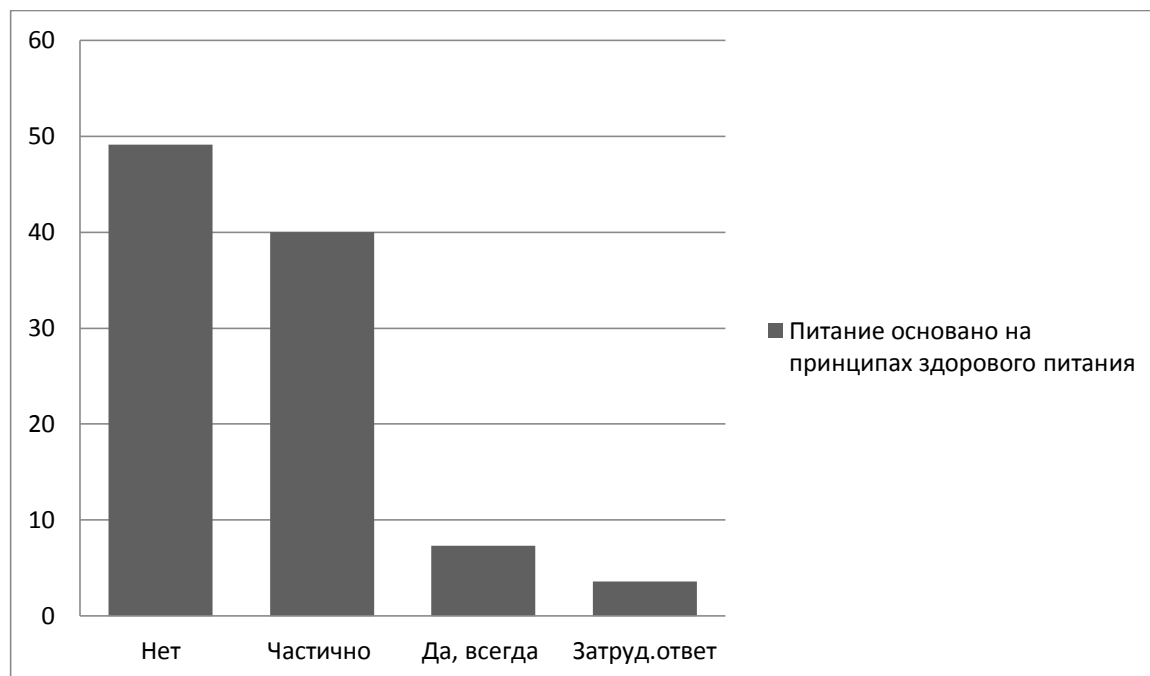


Рисунок 6. Приверженность студентов здоровому питанию.

Примечание: авторская разработка.

Опрошенные студенты в  $35,8\pm 4,6\%$  страдают хроническим гастритом,  $54,1\pm 4,8\%$  не отмечают у себя заболеваний,  $10,1\pm 2,9\%$  страдают язвенной болезнью желудка (рис .7).

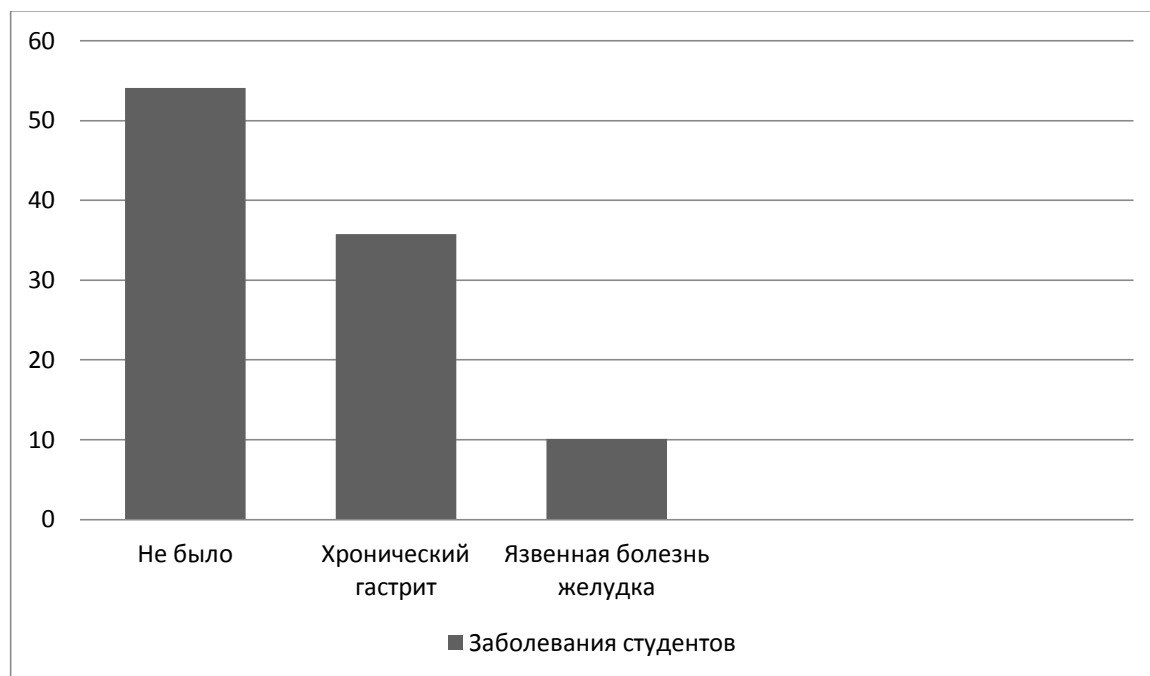


Рисунок 7. Характеристика заболеваний желудочно-кишечного тракта у опрошенных.

Примечание: авторская разработка.

### **Выводы:**

Проанализировав особенности питания студентов и частоту возникновения хронических заболеваний ЖКТ, выяснили, что в современном обществе студенты все чаще употребляют фаст-фуд, готовка домашней еды уходит на задний план, что, в свою очередь, увеличивает число случаев заболеваемости органов ЖКТ. Многие студенты понимают, что не соблюдают принципы здорового питания. По результатам, самым распространенным хроническим заболеванием ЖКТ у студентов является гастрит, возникающий вследствие частых перекусов, занимающих место полноценного приема пищи, такое питание оказывает травмирующее действие на слизистую оболочку желудка.

### **Библиографический список**

1. Маколкин В.И. Внутренние болезни: учебник / В. И. Маколкин, С. И. Овчаренко, В. А. Сулимов. – 2012 г. - 789 с.



2. Вахрушев Я.М. Внутренние болезни: учебник / Я.М. Вахрушев; МЗ РФ; ГОУ ВПО ИГМА. – Ижевск: ГОУВПО УДГУ, 2005. – 612 с.

3. Волкова Н.И. Гастроэнтерология: учебное пособие/ Н.И. Волкова, И.С. Джериева; МЗ РФ; ГБОУ ВПО РостГМУ. – Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2016. - 161 с.

4. Литовский И.А. Гастродуоденальные язвы и хронический гастрит: дискуссионные вопросы патогенеза, диагностики, лечения / И.А. Литовский, А.В. Гордиенко. – СпецЛит, 2017. – 302 с.

5. Горбунов Ю.В. Морфологические аспекты СМТ – пелоидотерапии при заболеваниях верхнего этажа желудочно – кишечного тракта / Ю. В. Горбунов, А. Е. Шкляев, А. М. Корепанов, Е. Л. Баженов, М. В. Старовойтова, П. И. Четвериков// Здоровье, демография, экология финно-угорских народов – 2017. - №2 (19).

*Оригинальность 86%*