

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**XIV Всеукраїнської науково-практичної
конференції молодих учених та студентів
з міжнародною участю**



**«Проблеми формування
здорового способу життя у молоді»**

7 жовтня - 9 жовтня 2021 року

м. Одеса

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**XIV Всеукраїнської науково-практичної
конференції молодих учених та студентів
з міжнародною участю**

**«Проблеми формування
здорового способу життя у молоді»**

7 жовтня – 9 жовтня 2021 року

м. Одеса

УДК 663 / 664

Головний редактор,
канд. техн. наук, доцент

О.М. Кананихіна

Заступник головного редактора,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Редакційна колегія,
доктори техн. наук, професори:

О.Г. Бурдо, Я.Г. Верхівкер ,
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
О.О. Коваленко, Г.В. Крусір,
В.М. Плотніков, Л.М. Тележенко,
Н.А. Ткаченко, О.Б. Ткаченко
Л.В. Іванченкова, О.О. Меліх
А.В. Макаринська
А.О. Соловей
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко

доктори екон. наук, професори
доктор техн. наук, доцент
канд. істор. наук, доцент
канд. техн. наук, доценти

Технічний редактор,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ОНАХТ, 2021. – 308 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради
від 10 листопада 2021 р., протокол №5

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2021

ГІГІЄНИЧНА ОЦІНКА ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ НАВЧАННЯ

**Василенко С.Г., Воробйова К.В., студенти 4 курсу
II медичного факультету ЗДМУ
Запорізький державний медичний університет,
м.Запоріжжя**

Здоров'я дітей та молоді є інтегральним показником загального благополуччя суспільства та індикатором соціальних та екологічних негараздів. За останні 5 років в Україні відбулося значне погіршення здоров'я школярів та молоді: поширеність всіх хвороб у підлітків за підвищилася на 15 %, у кожного другого учня виявлено поєднання декількох хронічних захворювань, 40% мають різноманітну хронічну патологію. Лише 10% випускників шкіл можуть вважатися здоровими.

Суть Теппінг-тесту полягає у виконанні швидких стереотипних рухів руки з нанесенням крапок на папір олівцем. Для його проведення використовували спеціальні бланки з шістьма квадратами розміром 5 на 5 см, пронумерованими від 1 до 6 та з відмітками, що вказують на напрямок переходу під час тестування.

Обробка результатів включала наступні процедури: підрахунок кількості крапок в кожному квадраті, побудову графіків працездатності. За результатами досліджень аналізували динаміку максимального темпу рухів.

Отриманні графіки динаміки максимального темпу були розділені на п'ять типів: опуклий, рівний, проміжний, увігнутий та низхідний. Опуклий тип характеризується темпом, який підвищується до максимального рівня у перші 10-15 секунд роботи, у подальшому, до 25-30 сек, він може знизитися нижче за початковий рівень. Це сильний тип нервової системи. При рівному типі - максимальний темп утримується приблизно на одному рівні протягом всього часу роботи. Найчастіше йому відповідає середня сила нервової системи. Проміжний тип характеризується тим, що темп роботи знижується після перших 10-15 секунд та відповідає середньо-слабкій нервовій системі. Для увігнутого типу первинне зниження максимального темпу змінюється короточасним зростанням до початкового рівня, що відповідає середньо-слабкій нервовій системі. Для низхідного типу характерно те, що максимальний темп знижується вже з другого 5-ти секундного відрізка і залишається на зниженому рівні протягом всієї роботи. Це слабка нервова система. На наступному етапі оцінювали лабільність нервової системи, яку ранжували за балами, а саме: на

низьку (1-2-3 бали), середню (4-5-6), високу (7-8-9) та дуже високу (10 балів). Аналіз показників поширеності та захворюваності населення Запорізької області та хвороби нервової системи та розлади психіки проводили у динаміці за 2015-2020 рр. а також застосовували порівняний аналіз показників за районами та містами Запорізької області.

Незважаючи на те, що суттєвих коливань у динаміці показників не виявлено, у ході порівняльного аналізу встановлено, що розповсюдженість розладів психіки в Запорізькій області, містах Запорізької області, м.Запоріжжі та м.Бердянську були вірогідно вищими за середньоукраїнський показник 397 на 10 000 населення з максимальним значенням 493 на 10 тис. у м.Бердянську. Показники поширеності хвороб нервової системи у населення Запорізької області не перевищували середньоукраїнський рівень, але суттєвими були відмінності між рівнями у містах та районах області з превалюванням рівнів у містах 389 на 10 тис., та особливо відрізнялись рівні у м.Запоріжжі, де складала 383 на 10 тис. проти 304 у Запорізькій області.

Результати оцінки графіків максимального темпу працездатності студентів дозволяють констатувати, що опуклий тип кривої, тобто сильну нервову систему мають лише 2,3% студентів-медиків. Рівний тип, що характеризує нервову систему як середньої сили має лише четверта частина обстеженої популяції (24,7%). Звертає на себе увагу те, що половина студентів (52,8%) має проміжний та увігнутий тип, який характеризує нервову систему, як середньо-слабку, а п'ята частина обстеженої популяції (20,2%) має слабку нервову систему. При цьому вірогідних розбіжностей за статтю не встановлено. Результати аналізу Тепінг-тесту з розрахунками середніх значень показників для чоловіків та жінок на кожному з 6 етапів виконання тесту представлено на діаграмі. Але гендерних відмінностей при цьому не встановлено. Висновок про лабільність сенсомоторного аналізатора визначався за загальною сумою крапок, яку перевели у бали.

У чоловіків низьку лабільність мали 3%, середню - 43%, високу - 40%, дуже високу - 14%. У жінок спостерігали наступний розподіл значень показників: низьку – 5%, середню -36%, високу 52%, дуже високу 7%. Дуже високий тип лабільності мали 17 студентів, але у 2 рази частіше даний тип реєструвався серед чоловіків (14% проти 7% у жінок, $p < 0,05$). Високі показники мали 84 студенти, але найчастіше даний тип мали дівчата (69% проти 31%, $p < 0,05$).

Висока лабільність припускає у індивідуума наявність таких якостей, як швидке виконання дій, швидке мислення, високу

пропускну інформаційну спроможність мозку, великий об'єм уваги і сприйняття, хорошу мимовільну пам'ять, емоційну стійкість, хорошу адаптацію, швидке навчання. Дівчата також мали частіше і низькі показники (75% проти 25%). Студенти з низькою лабільністю часто інертні в поведінці, важко пристосовуються до ситуацій, проте у них краща довготривала пам'ять, вони показують вищі результати в діяльності, що вимагає особливої організованості і планування, мобілізації виробничої уваги і запам'ятовування Серед 69 студентів у чоловіків зареєстровано тенденцію до збільшення частоти реєстрації середнього типу лабільності (43% проти 36%).

Таким чином, за результатами наших досліджень серед молоді Запорізької області зареєстровані високі показники розповсюдженості розладів психіки та поширеності хвороб нервової системи. Дослідження типу нервової системи серед студентів також вказує на наявність у 52,9% середньо-слабкого типу нервової системи. Останнє вимагає впровадження цілої низки профілактичних заходів на державному рівні, та, перш за все, формування здорового способу життя, правильного харчування, раціонального розподілу фізичних та розумових навантажень, суворого дотримання режиму навчання та відпочинку.

Вважаємо, що результати наших досліджень можуть бути використані при формуванні академічних груп в умовах навчання у вищих навчальних закладах, у тому числі в ЗДМУ. Аналіз показників лабільності нервової системи може бути використано при розробці навчальних планів і програм, а також для визначення порогових розумових навантажень засвоєння навчального матеріалу студентами із різним типом лабільності нервової системи.

Наукові керівники: доцент кафедри загальної гігієни та екології ЗДМУ – Федорченко Р.Р., ас. Волкова Ю.В.

ФАСТФУД – НЕБЕЗБЕКА, ЛЕГКОДОСТУПНІСТЬ ТА НАСОЛОДА В ОДНОМУ ФЛАКОНІ

**Волонтиров М. В., студент II курсу факультету НГтаЕ
Одеська національна академія харчових технологій,
м. Одеса**

Багато продуктів фастфуду готуються з напівфабрикатів, які підлягають тривалому зберіганню, і за цей період втрачають більшість