

**Актуальность.** Зимняя депрессия или сезонное эмоциональное заболевание (СЭЗ) – сезонное аффективное расстройство настроения, для которого характерна сезонная периодичность возникновения депрессивных эпизодов, возникающее у больных ежегодно приблизительно в одно и то же время [1].

**Цель и задачи работы** - анализ наличия или развития сезонного эмоционального заболевания у студентов.

**Материалы и методы исследования.** В данной работе использовался метод анкетирования с помощью теста, по определению СЭЗ, разработанного в клинике университета Вены (Австрия) [2]. Анкетирование проводилось среди студентов II курса. Данные представлены за 2016 год.

**Результаты и обсуждения.** Анкета, разработанная в клинике университета Вены (Австрия) состоит из 3 этапов. Каждая таблица состоит из перечня вопросов, на которые было предложено респондентам ответить. На первом этапе происходит выявление признаков СЭЗ. Второй этап включает в себя выявление степени отличий в проявлении признаков. На третьем этапе проводится расшифровка тестирования (отсутствие риска возникновения СЭЗ, группа риска СЭЗ, подверженность СЭЗ) [2].

В анкетировании приняли участие 126 студентов II курса (77 девушек, 49 парней). Средний возраст респондентов составил 19 лет. Анкетирование проводилось в конце сентября.

В результате анализа нами были получены следующие результаты: из 126 опрошенных студентов 55 (43,6%) оказались вне зоны риска возникновения СЭЗ, 46 соответственно (36,5%) - в группе риска возникновения СЭЗ и 25 человек (19,9%) подвержены СЭЗ. Если рассматривать эти данные с учетом половых признаков, то получается, что не подвержены СЭЗ 77 девушек (61%), 49 парней (39%). Было выявлено, что среди студентов мужского пола вне группы риска находятся 60% , а подверженных СЭЗ всего 6%. Тогда как среди участниц анкетирования женского пола подверженных СЭЗ оказалось 30%, а в группе риска 39%.

**Выводы.** Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод об актуальности данной темы. Проявление данного вида чувствительности, как выяснилось, зависит от исходного состояния организма, возраста, наличия какого-либо заболевания и его характера, микроклимата, в котором живет человек, и степени его акклиматизации к нему. Таким образом, необходимо разработать и провести различные профилактические мероприятия для устранения СЭЗ у студентов-медиков.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Моисеева, Н.И., Любицкий, Р.Е. (1989). Воздействие гелиофизических факторов на организм человека. Наука, Ленинград. – С.67-68.
2. Стожарова, А.Н. (2012). Радиационная и экологическая медицина. Лабораторный практикум: учеб. Пособие для студентов учреждения высшего образования по медицинским специальностям. Минск: ИВЦ Минфина, – 184 с.

#### EVALUATION OF NUTRITION OF MEDICAL STUDENTS ACCORDING TO GENDER

*D. Savoskin, N. Sidorenko students of 4th year, 1th medical faculty*

*Zaporozhye State Medical University,*

*Zaporozhye, Ukraine*

*Scientific supervisor: assistant of professor YU. Volkova*

*Department of Hygiene and Ecology*

**Relevance.** Nowadays, the question of rational nutrition is very important due to big amount of stress situations, rather big physical and mental tension and lack of time. Rational nutrition constitutes the basic part of human's health, which determines the lifetime and the quality of life [1].

**Aim and tasks.** It was study and analysis of the dietary habits of students according to gender.

**Materials and methods of research.** The objects of the researching were 100 students, 53 female and

47 male. It was used the method of anonymous questionnaire with questions about body parameters, age, gender, regimen and food ration.

**Results and discussion.** The analysis of the questionnaires revealed that 75% of respondents (45% men and 30% women) don't have the rational nutrition, according to hygienic standards.

The average rate of body mass index: among the men is 23,2 and among the women is 21,3. However, 8 female have a 1th and 2d degree of hypotrophy, 17 male have a 1th degree of alimentary obesity.

It is noticed the non-conformity of the energy value of food and energy consumption (43% of students: 25% women and 18% men). 60% of students (33% men and 27% women) have an incorrect ratio of proteins, fats, carbohydrates.

A big amount of students (61%: 36% male and 25% female) don't have a complete breakfast and lunch.

It was discovered the monotonic food ration with the advantage of simple carbohydrates among men and complex carbohydrates among women. A qualitative food composition of respondents is rich in cereals, salads, meat, dairy and eggs. But 19% males and 28% females don't eat fish at all, and 19% males and 9% females don't consume the cereals.

**Conclusion.** Men have more disconformities on their energy value and ratio of proteins, fats and carbohydrates than women. There is a tendency to female hypotrophy and male alimentary obesity. Due to the negative trends in lifetime of students, it is necessary to promote students for effective correction of the situation

#### LIST OF REFERENCE:

1. Moskalenko, V. F., Gruzêva, T. S., Galîenko, L. Í. (2009). Osoblivosti kharchuvannya naseleण्या Ukrayini ta yikh vplyv na zdorov'ya. Naukoviy visnik Natsional'nogo medichnogo universitetu im. O.O. Bogomol'tsya, №3, p. 64-73.

#### ВЛИЯНИЕ ВНУТРЕННЕГО И ВНЕШНЕГО ВИДОВ ОБЛУЧЕНИЯ НА ДВИГАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ КРЫС ПОРОДЫ "WISTAR"

*А.Ж. Саимова, докторант PhD по специальности 6D110100 – «Медицина»*

*Государственный медицинский университет,*

*г. Семей, Республика Казахстан*

*Научный руководитель: д.м.н., проф. Н.Ж. Чайжунусова*

*Кафедра питания и гигиенических дисциплин*

**Введение.** После атомной бомбардировки Хиросимы, у лиц оказавшихся от эпицентра взрыва более 2 км., возникли различные синдромы схожие с острым радиационными эффектами. Нам известно, что во время ядерных испытаний, при авариях на АЭС, а также при атомной бомбардировке после нейтронной активации частиц почвенной пыли образуются бета- и гамма-излучающие радионуклиды. С учетом периода полураспада элемента, для нас представили интерес  $^{56}\text{Mn}$  и  $^{60}\text{Co}$  [2, 3].

**Цель исследования:** оценить двигательную активность крыс под воздействием внутреннего и внешнего облучения.

**Материалы и методы.** Данный эксперимент был одобрен Этическим комитетом Государственного медицинского университета г. Семей, Казахстан, (протокол № 5 от 16.04.2014). Крысы породы "Wistar" были поделены на 3 группы: I- $^{56}\text{Mn}$ , II- $\text{MnO}_2$ , III- $^{60}\text{Co}$ . В каждой группе было по 4 крысы, в общем 12.  $^{56}\text{Mn}$  и  $\text{MnO}_2$  распыляли над экспериментальными животными. Начальная активность  $^{56}\text{Mn}$  составила  $2,74 \times 10^8$  Бк, с учетом периода полураспада доза внутреннего облучения составила  $0,15 \pm 0,025$  Гр. Третью группу подвергли прямому облучению  $^{60}\text{Co}$  в дозе 2 Гр.

Была разработана новая методика для определения локомоторной активности крыс, которая основывается на количественном подсчете движений [1]. Полученные данные анализировались с помощью программы SPSS 20, критерий Уилкоксона для связанных выборок. Статисти-