

ОЦІНКА ХАРЧОВОГО СТАТУСУ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ НА ФОНІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО І ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ, ПОВ'ЯЗАНОГО З ВОЄННИМ СТАНОМ

Комнацька В. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, медичний факультет, кафедра пропедевтики внутрішньої медицини і фізичної реабілітації, Харків, Україна

Науковий керівник: Сапричова Л. В., асистент кафедри пропедевтики внутрішньої медицини і фізичної реабілітації

Актуальність. З часу повномасштабного вторгнення російських окупантів на територію України, життя всіх українців докорінно змінилось. Ці зміни також вплинули на студентів-медиків, для яких, окрім напруженого навчання додалися нові виклики сьогодення. Умови війни породжують різноманітні фактори, які можуть впливати на харчування студентів медичного факультету. Розуміння впливу психоемоційного та фізичного навантаження на харчові звички студентів може стати основою для розробки ефективних стратегій підтримки їх здоров'я.

Мета роботи. Оцінити харчовий статус студентів 1-6 курсів медичного факультету ХНУ імені В.Н. Каразіна в умовах воєнного стану з урахуванням психоемоційного та фізичного навантаження.

Матеріали та методи. Для дослідження розроблено структурований опитувальник, який включав питання стосовно харчових звичок, індексу маси тіла (ІМТ), рівня фізичної активності та рівня стресу серед студентів медичного факультету. Опитування було проведено в електронному форматі за допомогою онлайн-платформи. У анкетуванні взяли участь 105 респондентів, серед них 65 дівчат і 39 хлопців.

Результати. Результати дослідження показують, що більшість відповідей надійшли від осіб у віковій групі 18-20 років (51,4%). Жіноча частина становить 62,5%, а чоловіча — 37,5%. Щодо ІМТ, то найвищий відсоток спостерігається у категорії "18.5-24.9 кг/м²" (61,5%). За останні два роки, ІМТ збільшився у 44,2% респондентів, залишився на тому рівні — 32,7%, а зменшився у 23,1%. Більшість (69,2%) повідомляють про зміни у раціоні харчування за останні два роки. Стрес відчувають 79,6% опитаних, 38,5% оцінюють його як високий. Зміни у фізичній активності вплинули на харчові звички у 39,8% випадків, а в психоемоційному стані — у 68,3% випадків. Найпоширенішими рівнями фізичної активності в останні місяці є середній (44,8%) та низький (33,3%). Щодо довоєнного рівня фізичної активності, то 41,9% респондентів оцінили його як середній, а 37,1% охарактеризували його як високий. Найпоширеніші зміни в харчуванні: зміни у складі харчових продуктів (31,4%) та зменшення розмірів порцій (18,4%). В цілому, респонденти вважають зміну психоемоційного стану (41,3%) пріоритетним фактором у зміні раціону харчування, ніж інші фактори, такі як зниження соціально-економічного статусу (22,1%), значне підвищення цін на основні продукти харчування (20,2%) чи низька фізична активність (16,3%)

Висновки. Результати дослідження свідчать про значний вплив воєнного стану на харчовий статус студентів медичного факультету. Більшість опитаних відчули зміни у своєму харчуванні за останні два роки, які були пов'язані переважно з психоемоційним станом. Збільшення ІМТ у 44,2% респондентів свідчить про наявність проблеми із збалансованим харчуванням серед студентів, що ймовірно спричинене змінами у харчових звичках та недостатньою фізичною активністю. Це вимагає уваги до контролю за харчуванням та фізичною активністю серед студентів, щоб запобігти збільшенню ризику розвитку ожиріння та пов'язаних з ним проблем здоров'я.