

the beneficial and harmful effects of chewing gum on the human body are due to both the process of chewing and the components of their chemical composition. On this basis, practical recommendations were made on the safe use of chewing gum and brought to the attention of surveyed students.

ANALYSIS OF PREVALENCE OF BEHAVIORAL RISK FACTORS OF NONCOMMUNICABLE DISEASES IN THE ADULT POPULATION OF THE KAMPALA CITY (UGANDA)

Mutumba A., Bieliaiev I. S.

Scientific adviser: Khorosh M. V., PhD, prof. Holovanova I. A., D.Med.Sc.

Ukrainian Medical Stomatological Academy

Poltava, Ukraine

Department of Social Medicine, Public Health, Healthcare Organization and Economics, with medical expertise

Relevance. Nowadays, the problem of noncommunicable diseases (NCDs) is one of the major medical problems. The problem of NCDs is present in both countries with high levels of economic development (USA, Western Europe), and in countries with low levels of economic development and developing countries (Uganda, Ukraine), as NCDs are the main causes of disability (reduced quality of life) and mortality (irreversible human losses) of the able-bodied population.

The Aim of the research. The aim of this study was to investigate the prevalence of risk factors (primarily behavioral ones) in non-communicable (primarily cardiovascular) diseases among adult population of Kampala city (Uganda).

Materials and methods. The study was conducted in a cross-sectional design. There were 140 people (45% male and 55% female) over the age of 25: 26% of respondents under 40 and 74% over 40 years interviewed by anonymous questioning with the help of a special pre-designed questionnaire with open and closed questions. The answers were summarized in statistical tables and the prevalence of risk factors was determined by frequency analysis.

Results. The survey found that by level of education of respondents were evenly distributed: 48% with higher education and 52% without higher education. It is found that 64% of the respondents are overweight or obese in varying degrees of severity. The prevalence of smoking is 35%, with frequent and excessive alcohol consumption observed in 46% of respondents. Insufficient consumption of fruits and vegetables is rare enough - 9.3% and 4.3% respectively. Frequent dietary intake is observed for pork (57%), sausages and smoked meats (75%) and sweets (32%), while low food intake is observed for dairy products (27%), fish (43%), poultry meat (37%) and beef (32%). Disorders of quality and duration of night sleep are observed in 23% and 35% respectively. Analyzing the nature of physical activity, it is determined that 26% of respondents have an insufficient level of physical activity during daily activity, and that 59% of respondents have a passive nature of rest (days off). The prevalence of stress is 16% in the private sphere (personal life) and 31% in the social sphere. An aggravated family history of circulatory system diseases was identified in 48% of respondents.

Conclusions. The study found that the population of Kampala has a high prevalence of NCD risk factors such as low levels of education, overweight, tobacco smoking, excessive alcohol consumption, over-consumption of pork and smoked foods and low levels of dairy and fish consumption, nighttime sleep, high levels of hypodynamia, especially during free time.

ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ У НІМЕЧЧИНІ ТА В УКРАЇНІ, ЇХ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я EATING FEATURES AMONG STUDENTS IN GERMANY AND IN UKRAINE, THEIR IMPACT ON HEALTH

Бородін М. О

Штуденколег Саксонія (М - курс)

Лейпцигський університет, Лейпциг, Німеччина

Науковий керівник: к. мед. н., доц. Мещерякова І. П.

Borodin M. O

Scientific adviser: Assoc. prof. Meshcheryakova I. P., PhD

Харківський національний медичний університет,

м. Харків, Україна

Кафедра медичної біології

Актуальність. Раціональне харчування, як доведено численними світовими науковими дослідженнями, є фундаментом профілактики багатьох захворювань. Неприпустимо низьким є рівень освіти студентів як в Україні, так і в Німеччині, з питань здорового та раціонального харчування. Під час процесу навчання, організму потрібно велика кількість речовин, щодо успішного сприйняття інформації.

Мета роботи. Вивчення стану, тенденцій та медико-соціальних аспектів проблеми харчування студентів Німеччини та України.

Матеріали та методи. Було здійснено аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури з проблеми харчування, джерельною базою слугували матеріали ВООЗ та ЄРБ ВООЗ, статистичні інформаційні бази даних «Здоров'я для всіх» та анкетування.

Результати досліджень. Аналіз сучасного стану харчування студентів України протягом 2015-2020рр. свідчить про наявність негативних тенденцій у стані харчування, що може викликати порушення діяльності нервової системи, обмінних процесів, негативно впливати на фізичний розвиток, зниження імунітету та комплексно спричинювати розвиток аліментарно зумовлених хвороб. Результати аналізу показали, що на стан харчування студентів особливо впливає брак часу через зобов'язання університету та екологічні бар'єри (наприклад, відсутність дешевих та здорових страв в їдальні). Аналіз стану харчування студентів Німеччини протягом 2015-2020рр. показав, що нездорові звички харчування (наприклад, високий рівень споживання фаст-фуду) є поширеним серед студентів. Таким чином, представляється необхідним розробити стратегії профілактики для поліпшення звичок харчування студентів.

В останнє десятиліття серед населення Європейських країн спостерігається виразна тенденція до набирання зайвої маси тіла та поширення ожиріння. Це пов'язано не тільки з тим, що у більшості населення раціон харчування складається з некорисної їжі, а й з порушеннями гормонального та неврологічного генезу.