МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ПРОМИСЛОВО-ТОРГІВЕЛЬНА КОМПАНІЯ ШАБО

SINCE 1822
SHABO

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

«Проблеми формування здорового способу життя у молоді»

5-6 листопада 2013 року

НТБ ОНАХТ

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф. Б.В. Єгоров
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф. Л.В. Капрельянц
канд. техн. наук, доц. О.М. Кананихіна

Редакційна колегія, доктори наук, професори: А.Т. Безусов, А.І. Віват, К.Г. Іоргачова, О.А. Нетребський, Л.М. Тележенко, М.Г. Хмельнюк, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно
доктор техн. наук., доцент О.Б. Ткаченко
доктори наук, ст. наук. співр. О.О.Коваленко, Л.А. Осипова
кандидати наук, доценти В.О. Буданов, О.В. Дишкантюк, М.М. Зацеркляний, С.В. Котлік, С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова

Технічний редактор Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій
Збірник матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2013. — 273 с.

Збірник опубліковано за рішенням вченої ради від 3.09.2013 р., протокол № 1

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-х
© Одеська національна академія харчових технологій, 2013

НТБ ОНАХТ

РОЗДІЛ 2
МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

НТБ ОНАХТ

Международное общество «Врачи и ученые за ответственное применение науки и технологии» (Physicians and Scientists for Responsible Application of Science and Technology (PSRAST)) в 1998 г. приняло Декларацию, в которой говорится о необходимости объявить всемирный мораторий на выпуск в окружающую среду ГМО и продуктов питания из них . В 2005 г. Декларация была широко распространена в виде открытого письма с призывом к мировым правительствам остановить использование ГМО, так как они «несут угрозу и не способствуют экологически устойчивому использованию ресурсов».

Научный руководитель – канд.с.-х. наук, ассистент Неменущая С.Н.

ПРОБЛЕМЫ ПИТАНИЯ, ВОЗНИКАЮЩИЕ У СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Лубашева Д.А., Пономаренко Ю.И., студентки II курса факультета МТТД
Донецкий национальный университет экономики и торговли
им. М. Туган-Барановского, г. Донецк

Одной из главных составляющих жизни и работы студента является питание. Пища дает человеку энергию, без которой невозможна жизнь. От еды, которую употребляет человек, зависит его физическое и психическое состояние. Ведь не зря еще Людвиг Фейербах сказал: «Человек есть то, что он ест». Полезная и разнообразная пища способна предотвратить развитие многих заболеваний. А успешное лечение уже возникших болезней тоже немыслимо без полезных для организма продуктов. К тому же вкусная еда − одно из самых больших жизненных удовольствий.

В наше время актуальной является тема питания студентов во время обучения в высших учебных заведениях. Как правило, студенты не заботятся о рациональном питании, именно с этим связаны многочисленные проблемы со здоровьем молодежи. Студенты, как и должно быть, много времени уделяют учебе. Однако именно по этой причине они прибегают к услугам фаст-фуда и полуфабрикатам, которые существенно экономят время, но в тоже время не пополняют необходимыми витаминами и полезными веществами растущий организм. Во время коротких перерывов между «парами» в учебном заведении студенты питаются в основном бутербродами, сладкими батончики, гамбургерами, пиццей и т. п.

Для студентов, проживающих в общежитиях, усугубляющим моментом является отсутствие родительского внимания и полноценной домашней пищи. Студент, который после четырех а то и пяти «пар» приходит уставший и голодный в общежитие, не тратит время на долгое приготовление еды, а употребляет в пищу полуфабрикаты и продукты быстрого приготовления (очень распространенный обед в общежитии – суп «Мивина» и пельмени). А о негативном влиянии таких продуктов на здоровье уже известно даже ребенку!

По нашему мнению, решениями проблемы нерационального питания студентов может послужить: правильное распределенное личного времени, что позволило бы правильно питаться на протяжении всего дня; для этого нужно только проснуться утром немного раньше – на полчаса – и приготовить себе завтрак, который обеспечит энергией и силой для умственной работы в процессе обучения, на большом перерыве

НТБОНАХТ

съесть (в столовой) обед, включающий первое горячее блюдо, а после учебы отдохнуть и приготовить легкий ужин, в состав которого входили бы каши, молочные продукты, свежие овощи и фрукты; приносить на занятия в виде «тормозка» еду, приготовленную заранее, которую можно съесть в перерывах между «парами»; можно также приносить горячий напиток (чай, кофе) в термосе; активно заниматься спортом, поскольку на работу желудочно-кишечного тракта очень сильно влияет физическая активность.

Научный руководитель – канд. хим. наук, доцент Крюк Т.В.

ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ВЖИВАННЯ ПИТНОЇ ВОДИ, ЗАБРУДНЕНОЇ НІТРАТ-ІОНАМИ

Малюченко Ю.С., студентка V курсу факультету НіГтаПК
Полтавський національний технічний університет
ім. Ю. Кондратюка, м. Полтава

Вода є одним із найважливіших складових навколишнього середовища існування людини. Однією з проблем сьогодення є надання людям у питних цілях води задовільної якості. Відсутність питної води, придатної для вживання, є характерним не тільки для південно-східного регіону України, а й для більшості населених пунктів Полтавської області. Особливо це стосується сільської місцевості, де населення використовує з питною метою воду децентралізованого постачання. Головним забруднювачем води першого та другого водоносних горизонтів є нітрат-іони. Джерелами потрапляння є передусім значна кількість відходів, що накопичилися в області, надмірне використання азотних добрив та інтенсивний розвиток нафтогазовидобувного комплексу. Нітрат-іони накопичуються у воді і продуктах харчування, з яких попадають в організм тварин і людей. Здатність нітрат-іонів відновлюватися в організмі людини до нітрит-іонів спричиняє утворення метгемоглобіну, що призводить до онкології. При тривалому вживанні води із перевищенням нітрит- та нітрат-іонів спостерігаються розлади у роботі кишково-шлункового тракту, серцево-судинної системи. У головному нормативному документі якості води «Державні санітарні правила і норми. Вода питна. Гігієнічні вимоги до якості води централізованого господарсько-питного водопостачання» (ДержСанПін) встановлена максимальна допустима концентрація нітрат-іонів 50 мг/дм^3. Оскільки населення сільської місцевості Полтавщини використовує з питною метою воду децентралізованого водопостачання, а вона в більшості випадків не відповідає нормативам якості, то смертність сільського населення в 3,5 рази вища ніж міського. На жаль є навіть смертельні випадки серед дітей грудного віку після вживання молочних сумішей, приготованих на воді з підвищеним вмістом нітрат-іонів. Негативну роль відіграє слабка інформованість населення про токсичний вплив на організм людини шкідливих домішок у воді.

Із метою очистки води населення застосовує різноманітні побутові фільтри. Дешеві марки фільтрів не очищують воду від нітрат-іонів, а пристрої зворотного осмосу не завжди доступні споживачам за вартістю. Користуючись різноманітними інформаційними джерелами населення намагається обробити воду різними сорбентами та в інший спосіб.

Ми виконали серію експериментів з метою покращення якості води відносно нітрат-іонів. Нами виявлений природний сорбент, який значно зменшує їх уміст, але од-

НТБ ОНАХТ

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ
Обухова А.С…… 38

ЕКОЛОГІЯ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ
Баралюк Ю.В., Полуектова І.Г……..38

ФІЛОСОФСЬКИЙ АСПЕКТ ПОНЯТТЯ „ЗДОРОВ'Я"
Борщенко Т.О……..40

ФИЛОСОВИЯ ЗДОРОВЬЯ. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
Баховская Е.В……..41

ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ –ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ
Кушнір Н.А., Васильєв М.В…….. 41

РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ – ЗАПОРУКА ЗДОРОВ'Я
Цигура В.В…….. 43

ДЕЛЬФІНОТЕРАПІЯ ЯК ДОПОМІЖНИЙ ЛІКУВАЛЬНО-ПРОФІЛАКТИЧНИЙ МЕТОД
Стаховська Л.О., Полковенко О.В…… 44

ЗНАЧЕННЯ ГЛІКЕМІЧНОГО ІНДЕКСУ ДЛЯ ЗДОРОВ`Я ЛЮДИНИ
Балабан В.В., Василиха М.О…… 45

РОЗДІЛ 2 – МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

ФУНКЦІОНАЛЬНІ ПРОДУКТИ – ОСНОВА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ
Скрипніченко Д.М……..48

ОСОБЕННОСТИ СОВРЕМЕННОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ
Копа О.Е…….. 49

АНАЛИЗ КУЛИНАРНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ
Ивченко Е.Ю…….. 50

НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО РОЗРОБКИ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ
Хробатенко О.В…….. 51

ЕКОЛОГІЧНИЙ ІМПЕРАТИВ І ГЕННО-МОДИФІКОВАНІ ПРОДУКТИ
Панова Ю…….52

ГЕНЕТИЧЕСКИ МОДИФИЦИРОВАННЫЕ РАСТЕНИЯ И РИСКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
Пастырь А……53

ПРОБЛЕМЫ ПИТАНИЯ, ВОЗНИКАЮЩИЕ У СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ
Лубашева Д.А., Пономаренко Ю.И…….. 54

НТБОНАХТ

Наукове видання

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
VI Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів
з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді»
5-6 листопада 2013 року

Головний редактор, д-р техн. наук, проф. Б.В. Єгоров
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф. Л.В. Капрельянц
канд. техн. наук, доц. О.М. Кананихіна
Технічний редактор Т.С. Лозовська

НТБ ОНАХТ

Підписано до друку 03.09.2013 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848