

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



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

4 жовтня - 6 жовтня 2018 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

О.Г. Бурдо, Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
Г.В. Крусір, Л.А. Осипова, Л.М. Тележенко,
О.С. Тітлов, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

доктор філол. наук,
професор
доктор техн. наук., доцент
доктор техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

Г.І. Віват
О.Б. Ткаченко,
О.О. Коваленко,
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко, Г.А. Шевченко

Технічний редактор,
канд. екон. наук, доцент

Л.В. Іванченкова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2018. —360 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 6 листопада 2018р., протокол № 4

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2018

РОЗДІЛ 7
ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ

- укріплення нервової системи: менше часу непродуктивно проводити наодинці з комп'ютером, а спрямувати вільний час на духовне збагачення, поширення кола друзів та активне спілкування з ними.

Необхідно звернути увагу на таке. Молодій людині не варто чекати, коли людство розв'яже всі екологічні проблеми Землі та навколишнього космічного простору, або мер міста і його помічники побачать і розв'яжуть всі екологічні проблеми свого регіону. Необхідно навчитися в існуючих умовах створювати свій власний «екологічний світ». Наприклад, пропонувати своїм друзям-курцям не забруднювати навколо себе повітря, як допотопний дизельний двигун. Не зловживати гучною музикою, адже підвищений рівень шуму - це не тільки автостради і залізничні колії. Сварки та небажання знайти спільну мову з тими, хто поруч, «вміння» загострювати конфлікти та стресові ситуації - все це руйнує особистість, що може бути страшнішим, ніж оселя, підтоплена паводком. Як видно, створення свого власного «екологічного світу» потребує позитивного мислення, доброзичливого ставлення до оточуючих людей, вміння правильно використовувати отриману інформацію.

Науковий керівник – к.т.н., ст. викл. Коваленко І.В.

ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Дричик М.Ю., студентка I курсу
Навчально-наукового інституту харчових технологій
Національний університет харчових технологій, м. Київ**

Останні десятиріччя в Україні зберігається зростання рівня захворюваності населення, в тому числі збільшується питома вага тяжких хвороб, лікування яких потребує значних витрат. Тому проблема здорового способу життя виходить на перший план.

Суспільство повинно турбуватися про стан здоров'я нації. Від способу життя молоді значною мірою залежить і стан її здоров'я, як фізичний, так і психічний. Гарне здоров'я – основний критерій для забезпечення інтелектуального розвитку майбутнього покоління. Академік Іван Павлов стверджував: «Здоров'я – це неоціненний дарунок природи, воно дається не навечно, його треба берегти. Але здоров'я людини багато в чому залежить від неї самої, від її способу життя, умов праці, харчування, її навичок...».

Найважливішими складовими здорового способу життя є харчування (споживання якісної питної води, необхідної кількості білків, ліпідів, вуглеводів, вітамінів, макро- та мікроелементів), побут (якість житла, умов відпочинку), умови навчання та праці, рухова активність (спортивні заняття, використання засобів різноманітних систем оздоровлення та відновлення сил). В процесі формування і збереження здоров'я сучасної людини 17-20% займає екологічний фактор.

Несприятлива сучасна екологічна ситуація в Україні веде до забруднення навколишнього середовища, і як наслідок, постійно зростає забруднення харчових продуктів та продовольчої сировини нітратами та нітридами, радіонуклідами, пестицидами, важкими металами тощо. Так, наприклад, людина щодня з різними продуктами харчування

отримує близько 0,005 мг Меркурію. При забрудненні річок, морів та океанів цим важким металом його рівень в організмах риб значно збільшується і стає небезпечним для здоров'я людини.

Сьогодні практично всі харчові продукти, вода та інші об'єкти навколишнього середовища забруднені Плюмбумом. У результаті виробничої діяльності в природні води щорічно потрапляє 500 – 600 тис. тон Плюмбума, а на поверхню Землі через атмосферу його осідає до 400 тис. тон. У повітря основна частина Плюмбу (260 тис. тон) викидається відпрацьованими газами автотранспорту, а також (до 30 тис. тон) при спалюванні кам'яного вугілля. Основною формою його перебування в повітрі є тонкі аерозолі оксидів. У районах автомагістралей їх може бути до 40 мкг/м^3 . У країнах, де використання бензину з домішками тетраетилплюмбу зведено до мінімуму, вміст оксидів плюмбу у повітрі менший на 25%. На державному рівні необхідно проводити інтенсивні заходи з контролю якості повітря. Виробники транспортних засобів постійно вдосконалюють конструкцію силових установок для досягнення мінімальної витрати палива і максимально можливого зниження викидів шкідливих речовин в атмосферу. Однак, як показують дослідження, саме транспорт відповідальний за генерацію приблизно 14-17% загального обсягу парникових газів. Найбільш екологічним засобом пересування признаний велосипед. Тим більше, що фізичне навантаження – дуже корисне для здоров'я.

Науковий керівник – к.х.н., доцент Мазур Л.М.

ЕКОЛОГІЧНИЙ МОНІТОРИНГ МІГРАЦІЇ ВАЖКИХ МЕТАЛІВ В ЛАНЦЮГУ "ГРУНТ-РОСЛИНА"

**Дробот В.Є., студентка 6 курсу Хімічного факультету
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара, м. Дніпро**

Здоров'я людини великою мірою залежить від харчування, адже основний комплекс вітамінів та мінералів надходить до організму саме з їжею. Але продукти харчування крім корисних компонентів містять у собі також і шкідливі, такі як важкі метали. Велика концентрація цих елементів в організмі може призводити до ряду захворювань: рак, хвороби серцево-судинної системи, порушення обміну речовин та ін.

Рослини здатні акумулювати важкі метали з ґрунту, тому важливо контролювати їх вміст як у ґрунтах, так і рослинах, які у подальшому використовуються для виготовлення продуктів харчування.

Проведено кількісну оцінку здатності рослин акумулювати метали з ґрунту. Досліджено такі основні рослини, як пшениця та соя. Проводили валове розкладання зразків ґрунту розчином царської горілки (суміш HNO_3 і HCl (1:3)) та рослин, що на ньому росли методом сухої мінералізації. Вміст металів визначали атомно-абсорбційним методом в полум'ї ацетилен-повітря на спектрофотометрі С-115 ПКС.

Визначено, що рослини мають різну здатність до акумуляції залежно від свого виду та від природи самого металу. Соя та пшениця не накопичують свинець, який в достатній кількості міститься в ґрунтах, але майже на 90% абсорбують мідь. Відсоток

Дозоренко В.	212
ВОДА ТА СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ЕКОЛОГІЇ ВОДИ	
Клевец М. В.	213
ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА ЕНОБАРВНИКІВ	
Коханська А.В.	214
ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОРБЦІЙНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ПРИРОДНИХ ВУГЛЕЦЕВИХ СОРБЕНТІВ	
Федоренко В.Д.	215
ВОДА ТА СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ЕКОЛОГІЇ ВОДИ	
Хвалібота С.Р.	216

РОЗДІЛ 7 - ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

ВОДА І ЗДОРОВ'Я	
Арабаджи Я.А.	218
ПРОБЛЕМА СЬОГОДЕННЯ: ПЛАСТИК У ВОДІ	
Барабаш В.О.	219
ЗМІНА ЕКОЛОГІЧНИХ УМОВ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПЕРШОКУРСНИКІВ	
Глущенко А.А.	220
ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Дричик М.Ю.	221
ЕКОЛОГІЧНИЙ МОНИТОРИНГ МІГРАЦІЇ ВАЖКИХ МЕТАЛІВ В ЛАНЦЮГУ "ГРУНТ-РОСЛИНА"	
Дробот В.Є.	222
ОЦІНКА ТЕХНОГЕННОГО НАВАНТАЖЕННЯ НА КОМПОНЕНТИ ДОВКІЛЛЯ МЕТОДОМ БІОІНДИКАЦІЇ	
Зайцева Е.Ю., Трухачева Д.Є.	223
ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ РІВНІВ КОМПЛЕКСНИХ ІНДЕКСІВ ЗАБРУДНЕННЯ АТМОСФЕРИ ЯК ОСНОВА РАЦІОНАЛЬНОГО ВИБОРУ ЗАСОБІВ МІНІМІЗАЦІЇ ВИКИДІВ	
Зайцева Є. С.	224
РЕСУРСОЕФЕКТИВНЕ ВИКОРИСТАННЯ ВІДХОДІВ ДЕЗОДОРАЦІЇ ОЛІЇ	
Клошка Н.В.	226
ПОВОДЖЕННЯ З ТВЕРДИМИ ПОБУТОВИМИ ВІДХОДАМИ	
Коваль В.Г.	227
ХАРЧОВІ ПРОДУКТИ ДЛЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ	
Кошкодан Є.Г.	228
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ОДИН З НАЙВАЖЛИВІШИХ КРИТЕРІЇВ ЕФЕКТИВНОСТІ ЕКОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ	

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XI Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
4 жовтня - 6 жовтня 2018 р.

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, доц.
канд. техн. наук, доц. Н.М. Поварова

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. екон. наук Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 6.11.2018 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848