

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

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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

3 жовтня - 5 жовтня 2019 року

м. Одеса

УДК 663/664
ББК 36.81 + 36.82
З-41

*Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради
від 5 листопада 2019 р., протокол №5*

Головний редактор,
канд. техн. наук, доцент

О.М. Кананихіна

Заступник головного редактора,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпулова

Редакційна колегія,
доктори техн. наук, професори:

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

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

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

Технічний редактор,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпулова

Збірник матеріалів XII Всеукраїнської науково-практичної
3-41 конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді» /
Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ФОП Бондаренко М. О.,
2019. – 496 с., ілл.

ISBN 978-617-7829-27-9

УДК 663/664
ББК 36.81 + 36.82

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 978-617-7829-27-9

© ОНАХТ, 2019

РОЗДІЛ 2
МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

4. Психологія здоров'я: підручник для вузів / під ред. Г.С. Нікіфорова. – СПб., 2006. – 607 с.

Науковий керівник – докт. психол. наук,
професор Кіреєва З.О.

ЯКІСТЬ ЗОРУ – ЗАПОРУКА ГАРНОГО ПРАЦІВНИКА

**Маркова Т.Д., к.е.н., доцент кафедри обліку та аудиту,
Курдасова Н.О., студентка I курсу СВО «Магістр»
факультету ЕБіК
Одеська національна академія харчових технологій,
м. Одеса**

Стан здоров'я та гарний зір – один з найголовніших професійних аспектів, що впливає на якість роботи обліково-аналітичного працівника (бухгалтера), економіста, аудитора, працівника адміністративного складу підприємства. У будь-якій компанії обов'язково є ці посади, оскільки ці фахівці проводять розрахунок окладів, нарахування заробітної плати співробітникам, виконують розрахунок податкових відрахувань, собівартості продукції, проводять рахунки від постачальників і субпідрядників тощо. Але, з іншого боку, ми спостерігаємо проблеми зі здоров'ям: сколіоз, ожиріння, нервозність і всеохопні проблеми із зором. Стомлені очі як вартові перевіряють кожну цифру, кожен знак і букву перед екраном персонального комп'ютера (ПК).

Для бухгалтера комп'ютер – це насамперед бухгалтерські програми. Але чи допомагають вони? Чи напрочуд ведуть до погіршення стану здоров'я працівників? З одного боку, допомога очевидна. Програми, якими зазвичай користується бухгалтер (1С, Excel тощо), дають змогу обробити, систематизувати, узагальнити великий потік інформації, тобто зробити все те, що вимагає закон про бухгалтерський облік, швидко та в будь-якій точці світу, де є доступ до програмного забезпечення. Думаю, після такої автоматизації вже ніхто з поважних причин не захоче повернутися до ручної обробки документів.

Ми бачимо, що в цьому питанні, як і в кожному іншому, є і плюси і мінуси. Плюс – здатність швидко обробити інформацію. Те, що раніше робили 10 бухгалтерів, зараз робить один і дуже оперативно. Мінус – за комп'ютером бухгалтер сидить цілий день, без

відпочинку, очі втомлюються. У разі зосередженої роботи за ПК менше кліпаючих рухів, під час яких і формується захисна плівка на рогівці. Внаслідок цього поверхня очей стає сухою, від цього печіння, різі, почуття піску, сльозотеча, згодом – хронічне почервоніння очей, «падіння» зору. Ускладнюють цей стан спліт-системи, опалення, сухе повітря.

Звичайно, ідеальної роботи не існує. Все, що може зробити працівник, – це намагатися самостійно зберегти зір. Добре, якщо в цьому йому допоможе роботодавець. Треба ставити зволожувачі повітря, намагатися частіше кліпати, користуватися зволожувальними краплями для очей. До них звикання не виникає, ними користуватися можна завжди. Можна приймати вітаміни курсами для очей через інтенсивне зорове навантаження. Важливо й те, щоб монітор був оснащений антибліковим покриттям, а також щоб на нього не потрапляло яскраве світло лампи або сонця. Існують спеціальні захисні окуляри для роботи за комп'ютером. Робочий день має бути нормований, оскільки поштовхом до проблеми зазвичай є банальна втома. Медична страховка має покривати послуги офтальмолога (зняття спазму з м'язів очей). Ця процедура є досить витратною.

За статистичними даними Державної служби статистики України, слід зазначити, що починаючи з 2010 року до 2017 року спостерігається зменшення на 10% зареєстрованих випадків хвороби ока та придатного апарату на 100000 населення. На нашу думку, це пов'язано з автоматизацією обліково-аналітичного процесу та взагалі з автоматизацією усієї діяльності підприємства. Також статистичні дані, свідчать про те, що у жінок на 25% більше ніж у чоловіків трапляється хвороба ока та придатного апарату. І це очевидно, оскільки у бухгалтерській службі працює більшість жінок, ніж чоловіків. Крім того, характеризуючи населення за віковою групою, більшу частину цієї хвороби виявляємо у осіб віком від 18 років до 54 років (жінки) та 59 років (чоловіки). Це, власне, обґрунтовуємо тим, що саме така вікова група населення є працездатною та працевлаштованою. А переважає хвороба ока та придатного апарату в Дніпропетровській, Харківській та Львівській областях, а також у м. Київ [1].

Можна зробити висновок, що робота бухгалтером, аудитором потребує сили духу, твердості характеру і міцного здоров'я. Працівники – це ресурс будь-якої організації. Та тільки здорові співробітники зможуть показати високу продуктивність праці, гарні результати роботи та зацікавленість у процвітанні підприємства.

Література

1. Заклади охорони здоров'я та захворюваність населення України у 2017 році // Статистичний збірник Державної служби статистики України, Київ, 2018. URL: <http://ukrstat.gov.ua>

ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ – ПСИХІЧНЕ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ Кологривова Н.М.....	70
ЯКІСТЬ ЗОРУ – ЗАПОРУКА ГАРНОГО ПРАЦІВНИКА Маркова Т.Д., Курдасова Н.О.....	72
АНАЛІЗ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЗВО УКРАЇНИ Мельник А.В.....	74
МЕТОДИ ВІДНОВЛЕННЯ ВНУТРІШНЬОЇ РІВНОВАГИ ПРИ СПА-ГОТЕЛІ Папуша І.....	76
ВПРОВАДЖЕННЯ ПОСЛУГ ДЛЯ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ У ГОТЕЛІ СІМЕЙНОГО ТИПУ Рольська Р.....	77
СКЛАДНОСТІ В ОРГАНІЗАЦІЇ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ СЕРЕД СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ Сидоренко О. В., Волкова Ю. В.....	79
ЕЛЕКТРОННА СИГАРЕТА: НОВІТНІЙ ДЕВАЙС ЧИ ШКОДА з НОУ-ХАУ Смолінська А.О.....	81
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ТА КЛІМАТ: ЧИ ЗМОЖЕМО ВПЛИнути НА ПРОБЛЕМИ ГЛОБАЛЬНОГО ПОТЕПЛІННЯ? Шевченко А.С.....	82
РОЗДІЛ 3 – ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ	85
ТЕХНОЛОГІЯ ХЛІБА, КОНДИТЕРСЬКИХ, МАКАРОННИХ ВИРОБІВ І ХАРЧОКОНЦЕНТРАТІВ.....	86
АНАЛІЗ СТАНУ ВІТЧИЗНЯНОГО РИНКУ ХЛІББУЛОЧНОЇ ПРОДУКЦІЇ Антюшко Д.П.....	86
ВПЛИВ ПОПЕРЕДНЬОЇ ОБРОБКИ ЧІА НА ЯКІСТЬ БУЛОЧНИХ ВИРОБІВ	

Наукове видання

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
ХІІ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ МОЛОДИХ УЧЕНИХ ТА
СТУДЕНТІВ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ
«ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ»
3 ЖОВТНЯ - 5 ЖОВТНЯ 2019 РОКУ**

Підписано до друку 04.11.2019 р.
Формат 60×84/16. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 28,83. Наклад 100 прим.
Зам. № 0412/1.

Надруковано з готового оригінал-макету у друкарні «Апрель»
ФОП Бондаренко М.О.
65045, м. Одеса, вул. В.Арнаутська, 60
тел.: +38 0482 35 79 76
www.aprel.od.ua

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до державного реєстру видавців ДК № 4684 від 13.02.2014 р.