

**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 2**  
**МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО**  
**СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ**

## ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Аббасова Г.А., студентка III курсу I медичного факультету  
Запорізький державний медичний університет, м. Запоріжжя**

Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, тривалість життя людини і стан здоров'я на 60% визначаються стилем життя і системою харчування, 15% - спадковістю, а ще 15% - екологією та умовами навколишнього середовища, і тільки 10% від медичних послуг. Не можна впустити те, що людина втрачає контроль над природними процесами з кожним днем все більше. "Друга природа" - створена нашими ж руками, перетворюється в силу, яка панує нами.

Постійно мінливі умови навколишнього середовища, перш за все метеорологічні (такі як температура і вологість повітря, швидкість вітру), виробили впродовж тисячоліть здатність організму швидко до них адаптуватися. Минуло лише кілька десятиліть з початку швидкого розвитку промисловості і автотранспорту, зростання міст, які різко посилили вплив людини на природу.

Фактори навколишнього середовища грають етнологічну роль в розвитку захворювання, тобто одні причиною, інші - умовою для розвитку захворювань, треті - знижують захисно-приспосувальні можливості організму. Передбачається, що розвиток раку у людини в 80-90% випадків пов'язано з впливом хімічних факторів навколишнього середовища.

Серед факторів, що негативно впливають на здоров'я людей, одне з перших місць займають, мабуть, різного виду забруднення. Людиною введено в біосферу невластивих їй речовин більше 4 млн. Крім цього, щорічно в навколишнє середовище надходить ще близько тисячі нових речовин. Багато з них є ксенобіотиками, тобто чужими для людини та інших організмів. Збільшення захворюваності обумовлюється також різними трансформаціями природного середовища, аж до її повного руйнування і перетворення в чисто техногенні ландшафти, промислові комплекси, однотипні поселення та інші утворення, що об'єднуються зазвичай поняттям «третя природа». Сильними факторами, що впливають на загальну захворюваність дітей, визнається окис вуглецю і шум. Є відомості, що при збільшенні вмісту CO з 6,5 до 12 ПКД рівень захворюваності дітей збільшується в 2 рази, а при збільшенні територій з акустичним дискомфортом з 8 до 20% - в 1,4 рази.

Бути здоровим — нормальне бажання будь-якої людини. Адже саме здоров'я — умова активності, успішності і довголіття людини. Недарма великий німецький поет Генріх Гейне писав: «Єдина краса, яку я знаю - здоров'я». Здоров'я людини не тільки є естетичною цінністю, але і залежить від естетичних характеристик оточення, а якщо сказати в цілому — екологічної якості навколишнього середовища.

Науковий керівник — к.м.н. Соколовська І.О.

АБОРТ ЯК ПРОБЛЕМА ФІЛОСОФСЬКО-МЕДИЧНОЇ ЕТИКИ	
Шиленко І. . . . .	40
РЕЖИМ ДНЯ ЯК ФАКТОР ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Шимечко А.Я. . . . .	41
СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА РОЗВИТОК АКТИВНОГО ТУРИЗМУ	
Яготін Р.С. . . . .	42

## **РОЗДІЛ 2 - МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ**

ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Аббасова Г.А. . . . .	45
ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ- МЕДИКІВ В СУЧАСНИХ УМОВАХ	
Бульба П.О., Губський І.С. . . . .	46
ВПЛИВ КОНЦЕНТРАТУ ПРИРОДНОГО ПОЛІФЕНОЛЬНОГО КОМПЛЕКСУ З ЧЕРВОНОГО ВИНОГРАДНОГО ВИНА НА ОКСИДАНТНО-АНТИОКСИДАНТ- НИЙ БАЛАНС СЕРЦЕВОГО М'ЯЗА ЗА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ЦУКРОВОГО ДІАБЕТУ	
Герцик Д. Ю., Сабадашка М. В. . . . .	47
ПРИМЕНЕНИЕ АМАРАНТА В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ	
Иванова Т.А. . . . .	48
ВЫСОКОПРОТЕИНОВАЯ ДИЕТА У СПОРТСМЕНОВ	
Мельник Л.И. . . . .	49
ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ДЕФЦИТУ ЙОДУ	
Приходько В.П. . . . .	50
ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИКЛИЧЕСКИМИ ВИДАМИ СПОРТА	
Рябчевская В.В. . . . .	51
МОРАЛЬНІ ОСНОВИ ВІДНОСИН ЛІКАРЯ І ПАЦІЄНТА ЯК РЕАЛІЗАЦІЯ ПРАВА ЛЮДИНИ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я	
Шевченко В. Г. . . . .	52

## **РОЗДІЛ 3 - ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ**

### **ТЕХНОЛОГІЯ ХЛІБА, КОНДИТЕРСЬКИХ, МАКАРОННИХ ВИРОБІВ І ХАРЧОКОНЦЕНТРАТІВ**

ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА БОРОШНЯНИХ КОНДИТЕРСЬ-

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