

**Д. С. Абитаев, С. Ш. Атшабарова, Б. Б. Рахметуллаев, М. С. Рахимбеков,
М. К. Шалова, М. А. Игембаева**

ХАРАКТЕР ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ П. ЫРГЫЗ

Национальный центр гигиены труда и профзаболеваний МЗ и СР РК (г. Караганда)

В статье описываются результаты анализа особенностей питания респондентов п. Ыргыз по данным анкетирования. Представлен характер питания населения, проживающего в зоне экологического бедствия. Одним из интегральных показателей экологического неблагополучия являются нарушения питания в любой его форме. Питание является одним из важнейших факторов жизнедеятельности человека. Роль питания в процессах взаимосвязи между организмом и окружающей средой чрезвычайно велика. Одним из важнейших показателей роли питания является соблюдение режима питания. Анкетный опрос включал в себя вопросы соблюдения режима питания, краткости приема пищи, разновидности употребления различных видов пищевых продуктов.

Ключевые слова: анкетный опрос, респондент, экологическое бедствие, питание

Проблемы зависимости здоровья человека от условий среды обитания относятся к числу ключевых в современной медицине. Негативное воздействие факторов окружающей среды Приаралья находит свое отражение и в отдаленных последствиях влияния на здоровье населения [2]. Состояние здоровья как экпатологическая проблема в последнее десятилетие является актуальным, поскольку отмечается тенденция к увеличению частоты и тяжести заболеваний. Оценка роли неблагоприятных факторов в загрязнении окружающей среды представляет важнейшую задачу медицинской науки на современном этапе. Экологический фактор является одним из наиболее точных индикаторов, определяющих здоровье населения [3].

Особое внимание как ученых, так и работников здравоохранения привлекают проблемы качества здоровья населения в экологически неблагоприятных регионах Казахстана [1].

Цель работы – определить характер питания населения, проживающего в зоне экологического бедствия п. Ыргыз.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Материалом для исследования послужили данные анкетного опроса, в котором принимало участие дееспособное население п. Ыргыз в возрасте от 18 до 69 лет и старше. Анкета состояла из 5 разделов (социально-экономическое положение, состояние здоровья, вредные привычки, экологически неблагоприятные прогностические факторы развития хронических заболеваний, режим питания) и включала в себя 53 вопроса.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты анкетирования показали, что 2-3 раза в день питаются $57,90 \pm 2,39\%$

жителей п. Ыргыз, 3-4 раза в день – $42,10 \pm 2,39\%$. Соблюдают режим питания $54,07 \pm 2,44\%$ респондентов, не соблюдают режим питания – $19,63 \pm 1,55\%$, частично соблюдают $26,30 \pm 1,90\%$ опрошенных. По вопросу об употреблении кондитерских изделий и сладостей респонденты, употребляющие их каждый день, составили $29,54 \pm 2,04\%$, часто (4 раза в неделю и более) – $20,51 \pm 1,60\%$, 3 раза и менее в неделю – $36,51 \pm 2,27\%$, не употребляют – $13,44 \pm 1,14\%$. На вопрос «Какие жидкие молочные продукты употребляете?» респонденты п. Ыргыз ответили, что молоко употребляют $79,10 \pm 1,62\%$, кефир – $74,29 \pm 1,87\%$, простоквашу – $22,67 \pm 1,72\%$, сметану – $42,20 \pm 2,39\%$, сливки – $19,73 \pm 1,55\%$, вообще не употребляют жидкие молочные продукты $3,04 \pm 0,29\%$ опрошенных. На вопрос о частоте употребления молочных продуктов $73,11 \pm 1,93\%$ ответили, что делают это регулярно, $23,95 \pm 1,79\%$ – нерегулярно, не употребляли молочные продукты всего $2,94 \pm 0,28\%$ анкетированных. На вопрос об употреблении хлеба и хлебобулочных изделий как основных поставщиков углеводов в рационе питания $87,05 \pm 1,11\%$ респондентов ответили, что употребляют хлебобулочные изделия регулярно, $12,07 \pm 1,04\%$ – нерегулярно, $0,88 \pm 0,09\%$ не употребляют хлебобулочные изделия вообще. На вопрос «Питаетесь ли Вы на предприятиях общественного питания?» $74,98 \pm 1,84\%$ опрошенных ответили отрицательно, однако выяснилось, что $3,53 \pm 0,33\%$ анкетированных регулярно питаются на предприятиях общественного питания, а $21,49 \pm 1,66\%$ опрошенных пользуются услугами предприятий общественного питания иногда.

Результаты ответов на вопрос о том, сколько раз в день респонденты принимают горячую пищу, показали, что $62,02 \pm 2,31\%$, опрошенных принимают горячую пищу 2 раза в день, $17,17 \pm 1,40\%$ – 3 раза в день, одноразовым приемом горячей пищи довольствуются $15,01 \pm 1,25\%$ опрошенных, более 3 раз в день принимают пищу $5,50 \pm 0,51\%$, не принимают горячую пищу в день – $0,29 \pm 0,03\%$ (рис. 1).

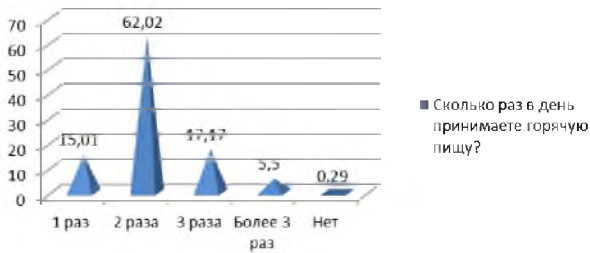


Рисунок 1 – Результаты ответа на вопрос «Сколько раз в день принимаете горячую пищу?»

Анализ употребления мяса и мясных изделий показал, что $69,28 \pm 2,09\%$ респондентов употребляют мясные продукты ежедневно, $20,80 \pm 1,62\%$ опрошенных ответили, что они употребляют мясо и мясные изделия часто (4 раза в неделю и более), количество употребляющих мясные изделия иногда (3 раза в неделю и менее) составило $9,32 \pm 0,83\%$, не употребляющих – $0,59 \pm 0,06\%$. Рыбу и рыбные продукты $11,78 \pm 1,02\%$ опрошенных употребляют ежедневно, $22,47 \pm 1,71\%$ – часто (4 раза в неделю и более). Необходимо отметить, что большинство ($61,04 \pm 2,33\%$) ответивших употребляют рыбу в пищу лишь иногда (3 раза и менее), не употребляют – $4,71 \pm 0,44\%$. Анализ ответов на вопрос о присутствии творога и сыра в рационе питания показал, что употребление сыра и творога носит случайный характер. Так, $55,94 \pm 2,42\%$ употребляют сыр и творог иногда (3 раза и менее), часто (4 раза в неделю и более) – $17,27 \pm 1,40\%$. Крайне низким является число ежедневно употребляющих эти продукты – всего $11,78 \pm 1,02\%$. В отношении употребления яиц анализ ответов показал, что 4 раза в неделю и более яичепродукты употребляют $24,24 \pm 1,80\%$ опрошенных, 3

раза и менее – $54,17 \pm 2,44\%$, каждый день – $12,66 \pm 1,09\%$, необходимо отметить, что $8,93 \pm 0,80\%$ респондентов не употребляют яйца вообще. На вопрос об употреблении сливочного масла $64,47 \pm 2,25\%$ респондентов ответили, что в их рационе ежедневно присутствует сливочное масло как обязательный продукта питания. Часто (4 раза в неделю и более) сливочное масло употребляют $12,66 \pm 1,09\%$ анкетированных, 3 раза в неделю – $18,65 \pm 1,49\%$ опрошенных.

Таким образом, проведенное исследование питания населения п. Ыргыз позволило установить, что показатели, характеризующие состояние питания обследованных респондентов, относительно благоприятные.

ЛИТЕРАТУРА

1 Зингер О. Ю. Микрофлора кожи как показатель состояния здоровья детей Приаралья /О. Ю. Зингер, А. Л. Котова //Сб. тез. докл. II конгр. дерматовенерологов РК. – Алматы, 2000. – С. 70.

2 Оценка состояния первичной инвалидности взрослого населения Приаралья /Н. К. Дюсембаева, Б. М. Салимбаева, Д. Х. Рыбалкина, Г. М. Салтыкова //Гигиена труда и медицинская экология. – 2015. – №2 (47). – С. 32-38.

3 Современные проблемы экологозависимых заболеваний /Б. С. Жумалиев, Т. Ф. Машина, А. В. Дорошилова и др. //Гигиена труда и медицинская экология. – 2015. – №1 (46). – С. 3-10.

REFERENCES

1 Zinger O.Yu. Skin microflora as an indicator of health of the children of Aral Sea region /O. Yu. Zinger, A.L. Kotova //Coll. of thesis reports II Congress of the dermatovenerologists of RK. - Almaty, 2000. – P. 70. (in Russian)

2 Assessment of the primary disability of the adult population of the Aral Sea region / N.K. Dyusembaeva, B.M. Salimbayeva, D.Kh. Rybalkina, G.M. Saltykova //Occupational hygiene and medical ecology. – 2015. – No. 2 (47). – Pp. 32-38. (in Russian)

3 Modern problems of the diseases related to ecology /B. S. Zhumaliev, T.F. Mashina, A.V. Doroshilova et al. //Occupational hygiene and medical ecology. – 2015. – No. 1 (46). – Pp. 3-10. (in Russian).

Поступила 12.10.2015 г.

D. S. Abitayev, S. Sh. Atshabarova, B. B. Rakhmetullayev, M. S. Rakhimbekov, M. K. Shalova, M. A. Igembayeva
NUTRITION OF THE POPULATION OF IRGIZ SETTLEMENT
National center of occupational hygiene and occupational diseases of the MH and SD of RK (Karaganda)

The article analyzes the dietary habits of the respondents of Irgiz settlement according to the survey. It is presented the nutrition character of the population living in the zone of ecological disaster. One of the integral indicators of ecological trouble is malnutrition in any form. Nutrition is one of the most important factors in human life. The role of nutrition in the process of the relationship between organisms and the environment is extremely high. One of the most important indicators of the role of nutrition is adherence to diet. The questionnaire included questions adherence power, short meal, eating variety of different types of foods.

Key words: questionnaire, the respondent, ecological disaster, food

Д. С. Абитаев, С. Ш. Атшабарова, Б. Б. Рахметуллаев, М. С. Рахимбеков, М. К. Шалова, М. А. Игембаева
ЫРҒЫЗ КЕНТИ ХАЛҚЫНЫҢ ТАМАҚТАНУ САЛТЫ
ҚР ДС және ӘДМ «Еңбек гигиенасы және кәсіби аурулар ұлттық орталығы» РМҚК (Қарағанды қ.)

Бұл мақалада Ырғыз кенті халқының тамақтануна анкета бойынша ерекше талдау жүргізілді. Экологиялық құлдырау аймағындағы өмір сүріп жатқан халықтың тамақтану салты есепке алынды. Интегральдық көрсеткіштердің бірі экологияның қолайсыздығы тамақтану ережесінің бұзылуына себеп болып келеді. Адам өміріндегі ең маңызды факторлардың бірі тамақтану. Тамақтану үрдісінде сыртқы ортамен ағза арасындағы байланыстың ролы жоғары. Тамақтанудағы ең маңызды көрсеткіштердің бірі тамақтану ережесін сақтау. Анкеталық сауалнамаға тамақтану ережесінің сақталуы, азық-түліктің әр түрлі түрлерін қолдануы кіргізілді.

Кілт сөздер: анкеталық сауалнама, респондент, экологиялық құлдырау, тамақтану