

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ СРЕДИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

THE PREVALENCE OF BIOLOGICALLY ACTIVE SUBSTANCES AMONG MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS

■ Кривошлыкова Марина Сергеевна	■ Krivoshlykova Marina Sergeevna
■ Стулгаите Софья Эдуардовна	■ Stulgaitė Sofya Eduardovna
■ Рязанов Артём Владимирович	■ Ryazanov Artyom Vladimirovich
■ Курский государственный медицинский университет	■ Kursk State Medical University

E-mail: sofi.stulgaitė@yandex.ru

Резюме

Исследование направлено на изучение распространенности потребления основных групп биологически активных веществ среди студентов медицинского вуза, как состоящих, так и не состоящих в различных спортивных секциях. Проводился анализ между студентами с целью выявления основных причин и факторов, влияющих на потребление таких веществ, а также оценки возможных последствий для здоровья и академической успеваемости студентов. В результате были получены данные о распространенности использования биологически активных веществ, видах и целях, способствующих их употреблению.

Ключевые слова: биологически активные вещества, студенты, спортивные секции, витамины.

Summary

The study is aimed at studying the prevalence of consumption of the main groups of biologically active substances among medical university students, both those who belong and those who do not belong to various sports sections. An analysis was conducted between students in order to identify the main causes and factors affecting the consumption of such substances, as well as to assess the possible consequences for the health and academic performance of students. As a result, data were obtained on the prevalence of the use of biologically active substances, the types and purposes that contribute to their use.

Key words: biologically active substances, students, sports clubs, vitamins.

Библиографическая ссылка на статью

Кривошлыкова М.С., Стулгаите С.Э., Рязанов А.В.
Распространенность биологически активных веществ среди студентов медицинского университета // Innova. - 2024. - Т.10 № 1. - С. 60-64.

References to the article

Krivoshlykova M.S., Stulgaitė S.E., Ryazanov A.V. The prevalence of biologically active substances among medical university students // Innova. - 2024. - T.10 No. 1. - P.60-64.

Биологически активные вещества (БАВ) – это химические соединения, которые оказывают влияние на биологические системы организма. В современности БАВ получают все большее распространение в жизни людей, используя с самыми различными целями, при этом люди, зачастую используют БАВ без консультации, назначения врача, что может негативно сказываться на действие самого вещества: снижая его эффективность или меняя эффект; вплоть до развития патологии [1]. Среди

студентов медицинских вузов БАВ часто используются с такими целями, как улучшение учебной эффективности, управление стрессом или повышение физической выносливости. Факторы, влияющие на распространенность биологически активных веществ среди студентов медицинского вуза, могут быть разнообразными, однако Влияние социальной среды и образа жизни несомненно играет в этом ключевую роль. Студенты, состоящие в спортивных секциях и сталкивающиеся с объемными физическими

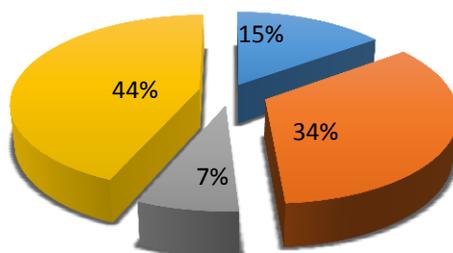
нагрузками), могут проявлять больший интерес к биологически активным веществам [3]. Также важным фактором является общая осведомленность и доступность информации о пользе и эффективности таких веществ.

Цель исследования: изучить распространенность биологически активных веществ среди различных студентов медицинского вуза, а также выяснить, какие БАВ наиболее часто используются среди учащихся,

состоящих в различных среди учащихся и студентов, состоящих в спортивных секциях

Материалы и методы исследования: одним из основных методов исследования послужило анкетирование студентов с использованием онлайн-сервиса Google forms, а также статистический анализ данных. В исследовании приняло участие 100 человек, среди которых 31 состоит в спортивных секциях.

Результаты исследования.



■ используют и состоят в секции
■ используют и не состоят в секции
■ не используют и состоят в секции
■ не используют и не состоят в секции

Рисунок 1. Распространенность использования БАВ.

Показатели диаграммы свидетельствуют о высокой распространенности БАВ среди респондентов (49,4%), что говорит об осведомленности среди студентов и доступности данных средств. Также при изучении групп, занятых и не занятых в спортивных секциях,

выявлено преобладание использования веществ в группе спортсменов, в отличие от группы, не занимающейся спортом. Что связано с большим развитием политики использования БАВ в спортивной среде, нежели, среди людей, не занимающихся спортом.

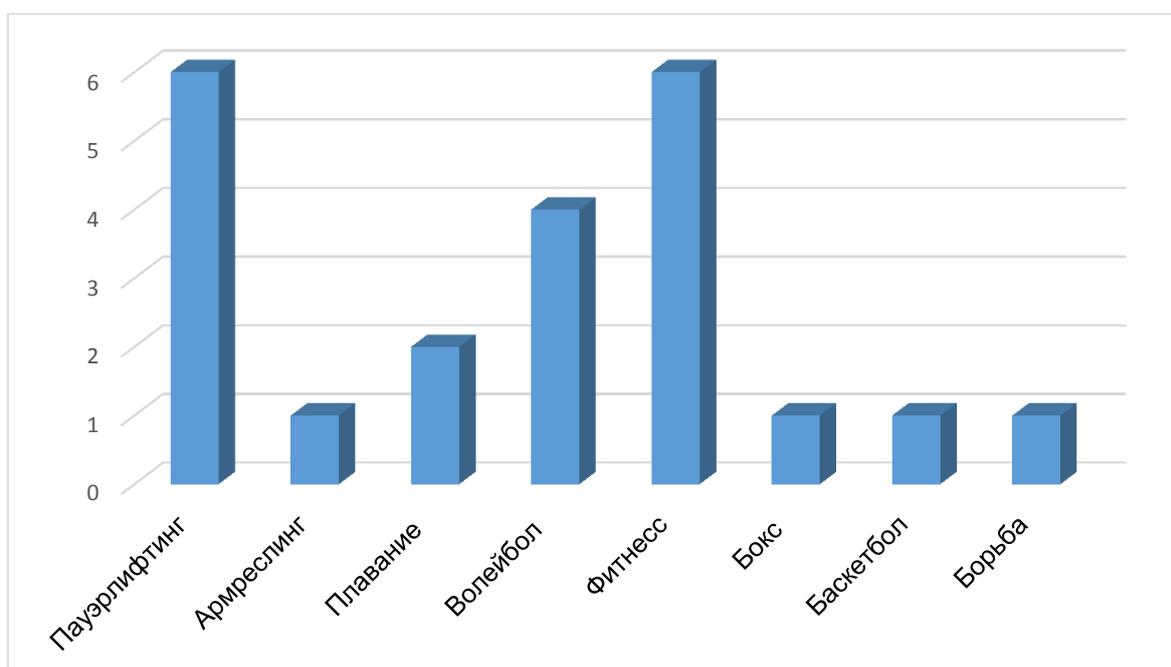


Рисунок 2. Спортивные секции студентов

При изучении групп секций анализ показал преобладание респондентов из 3 групп, это пауэрлифтинг, фитнес и волейбол; также были рассмотрены такие секции, как плавание, бокс, армрестлинг, баскетбол и борьба. Среди всех секций наиболее подвержены

использованию БАВ пауэрлифтинг, бокс, борьба и армрестлинг, поскольку для данных секций характерны более высокие нагрузки на опорно-двигательную, нервную и сосудистую системы, а также выше травматичность и период реабилитации после нагрузок.



Рисунок 3. Используемые группы БАВ

Для определения популярности различных групп БАВ, респондентам было предложено отметить наиболее часто используемые вещества. Абсолютной группой стали витамины и витаминные комплексы, их отметило 72,3% опрошенных, в частности в отдельную группу был помещен D3, который

отметило 33,8%. Также большой процент опрошенных отметил группу минералов (36,9%) и спортивных добавок (24,6%), в особенности креатин. Среди популярных оказались кофеин, энергетические напитки и пробиотики. Наименее используемыми стали метилсульфонилметан (Msm) и цитрулин.



Рисунок 4. Цели использования БАВ

При опросе целей использования БАВ наиболее частой причиной стало поддержание нормы веществ. Среди спортсменов основными факторами являются ускорение восстановления

после нагрузок и повышение темпов прогрессии. Также респонденты преследуют цели улучшения учебной продуктивности и регулирование стресса.

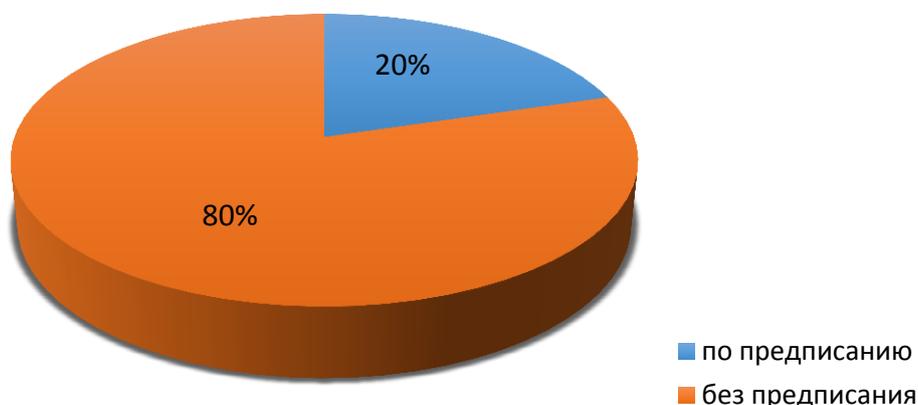


Рисунок 5. Использование БАВ с консультацией врача

Большинство БАВ являются частью нормальной жизнедеятельности человека и поступают в организм с пищей или вырабатываются в результате биохимических реакций. Однако, несмотря на физиологичность большинства веществ многие из них при нерациональном использовании могут начать оказывать неблагоприятное, вплоть до патогенного, воздействие. Данная статистика показывает, что консультацией врача при использовании БАВ воспользовались 16% респондентов.

Вывод: исследование показало, что биологически активные вещества являются широко распространенными среди студентов медицинского университета. Около 50% респондентов заявили, что они регулярно употребляют различные биологически активные добавки. Самыми популярными БАВ оказались витамины и витаминные комплексы, минералы, и спортивные добавки. Студенты, состоящие в различных секциях активности, чаще употребляют БАВ, чем те, кто не состоял в них. Анализ данных также показал, что основными причинами употребления биологически активных веществ среди студентов являются повышение успеваемости, контроль режима сна и бодрствования и ускорение восстановления, а также компенсирование дефицита витаминов и минералов из-за неправильного рациона и стрессовых условий учебного процесса. Таким образом, результаты указывают на значительную

распространенность потребления биологически активных веществ среди студентов, в частности спортсменов, медицинского университета.

Литература.

1. Биологически активные и пищевые добавки. Оценка эффективности и безопасности: учебное пособие / Е. А. Илларионова, И. П. Сыроватский; ФГБОУ ВО ИГМУ Минздрава России, Кафедра фармацевтической и токсикологической химии. - Иркутск: ИГМУ, 2020-56 с.
2. Звегинцева, А. А. Анализ применения биологически активных добавок среди студентов / А. А. Звегинцева, Е. В. Матвеев, М. Л. Максимов // Актуальные проблемы популяризации здорового образа жизни в молодежной среде : Сборник материалов, Ростов-на-Дону, 14 мая 2021 года. – Ростов-на-Дону: Ростовский государственный медицинский университет, 2021. – С. 23-25. – EDN LZBDRV.
3. Калашникова, Р. В. Тенденции в использовании биологически активных добавок среди студентов, занимающихся функциональными тренировками / Р. В. Калашникова, А. К. Лелявина // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : сборник статей XXI Всероссийской научно-практической конференции, Иркутск, 26–27 сентября 2019

года. – Иркутск: Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2019. – С. 301-303. – EDN J LXNTU.

4. Пархоменко, А. Э. Роль биологически активных добавок в медицине / А. Э. Пархоменко, Н. Б. Логашова // Бюллетень медицинских интернет-конференций. – 2019. – Т. 9, № 1. – С. 41. – EDN ICVRCH.

5. Попова, А. А. БАДы и их распространенность среди студентов / А. А.

Попова, М. И. Янаева, И. А. Каракотина // Бюллетень медицинских интернет-конференций. – 2019. – Т. 9, № 1. – С. 31. – EDN EMIWUD.

6. Филатов, М. Н. Как БАДы (биологические активные добавки) влияют на студентов Северного Арктического Федерального университета имени Ломоносова / М. Н. Филатов, А. В. Цинис // StudNet. – 2022. – Т. 5, № 1. – EDN SGYKYK.