

СОВРЕМЕННОЕ ПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ В РЕСПУБЛИКЕ КАРАКАЛПАКСТАН

Жангабаева Р.К., Докторант Каракалпакского государственного университета им. Бердака
Есимбетов А.Т., СамДВМЧБУ директор Нукусского филиала
Эркудов О.В., Санкт-Петербургского государственного педиатрического медитсинского
университета
Рахматуллаев Ё.Ш., Каршинский государственный университет.

Ключевые слова. санитарно-эпидемиологической ситуации, повышение уровня здоровья населения, анализ фактического питания населения.

Правительство Узбекистана уделяет особое внимание вопросу сохранения и дальнейшего укрепления здоровья населения, повышения качества жизни, обеспечения того, чтобы поколение выросло здоровым и всесторонне развитым.

Одной из основных задач в постановлении Президента Республики Узбекистан от 7 июля 2022 года «О дальнейшем укреплении здравоохранения населения в Республике Каракалпакстан в 2022-2024 годах «PQ 310» отмечено совершенствование системы здравоохранения региона, повышение уровня здоровья населения, особенно детей и женщин, улучшение санитарно-эпидемиологической ситуации, формирование здорового образа жизни, содействие внедрению культуры здоровья семьи в повседневную жизнь».

Поэтому изучение и анализ фактического питания населения, проживающего в регионе Южного Приаралья, и особенно студентов, обучающихся в высших учебных заведениях, является одной из актуальных задач, стоящих перед физиологией и медициной. В частности, студенты считаются главной опорой будущего нашей страны, одним из контингентов населения, занимающих особое место в нашей стране, развивающейся во всех сферах. В частности, по статистике, количество высших учебных заведений и обучающихся в них студентов в последние годы увеличилось в 2-3 раза.

У детей и подростков, окончивших среднюю школу и ставших студентами, протекают специфические биологические и физиологические изменения (адаптация к

новым условиям, взаимодействие, освоение новых предметов и т. д.), оказывающие влияние на распорядок дня и фактическое актуальное питание. Недостаток или избыток основных и дополнительных питательных веществ в ежедневном рационе оказывает негативное влияние на морфофункциональное развитие организма.

Поэтому изучение и анализ суточного рациона студентов каждого региона важно для охраны их здоровья и дальнейшего улучшения их работы.

Исходя из вышеизложенного, в ходе наших наблюдений мы поставили перед собой задачу изучить фактическое питание студентов 18-29 лет, обучающихся в высших учебных заведениях, расположенных в городе Нукус Республики Каракалпакстан.

По предварительным результатам наблюдений и данным некоторой литературы можно сказать, что 1/3 юношей и девушек, проживающих в студенческих общежитиях, не завтракают, большая часть из них в обед питается фаст-фудом. Большая часть дневной нормы потребляется во время ужина.

Информацию об основных продуктах питания и их количестве мы публикуем в наших ежедневных трудах.

Использованное литературы

1. Вардугина К.С., Тупицина Л.С. Мониторинг антропометрических показателей школьников 7-15 лет в посёлке Юшала Свердловской области. // Гигиена и санитария. - 2019.
2. Ходжиева М. В., Скворцова В. А., Боровик Т. Э., Намазова-Баранова Л. С., Маргиева Т. В., Бушуева Т. В., Мельничук О. С., Некрасова С. В. Оценка физического развития детей младшего школьного возраста (7–10 лет): результаты когортного исследования. Педиатрическая фармакология. 2016;
3. Rahmatullayev Y. Sh, Avliyoqulova M. B, Hakimova M. A, o'zbekiston respublikasining janubiy viloyatlari sharoitida maktab o'quvchilarining amaldagi ovqatlanishi va jismoniy taraqqiyoti. Xorazm Ma'mun Akademiyasi- 2023.
4. Камилова Р.Т. Унифицированная методика исследования и оценки физического развития детей и подростков. – Ташкент: Абу Али ибн Сина, 1996.