

# HEALTHCARE AND MEDICAL ETHICS

UDC 616.332.129

## Korosteleva E. A., Mollaeva D. A., Bogacheva E. V. The occurrence of gastrointestinal diseases on the background of irregular nutrition in students of the medical university of 1-3 courses

Возникновение заболеваний ЖКТ на фоне нерегулярного питания у студентов медицинского университета 1-3 курса

### **Korosteleva Elizaveta Andreevna**

3rd year student of the Faculty of Medicine, group L-320  
Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko.

### **Mollaeva Dinara Azamatovna**

3rd year student of the Faculty of Medicine, group L-320  
Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko.

### **Bogacheva Elena Vasilevna**

Ph.D, Associate Professor  
Department of Management in Health Care Department,  
Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko  
Коростелева Елизавета Андреевна  
студентка 3 курса лечебного факультета группы Л-320  
Воронежского государственного медицинского университета  
имени Н.Н. Бурденко  
Моллаева Динара Азаматовна  
студентка 3 курса лечебного факультета группы Л-320  
Воронежского государственного медицинского университета  
имени Н.Н. Бурденко  
Богачёва Елена Васильевна  
кандидат физико-математических наук,  
доцент кафедры Управления в здравоохранении,  
Воронежский государственный медицинский  
университет им. Н.Н. Бурденко

**Abstract.** *Irregular meals are a common problem among students, especially in medical schools. Our article shows the dynamics of eating disorders in students from 1-3 years of medical school. A negative trend towards an increase in the frequency of abdominal pain with an increase in the course was revealed. While 82.4% of medical students denied pain in the 1st year, only 68.2% denied pain in the 3rd year. There is a clear trend towards a deterioration in the regularity of nutrition. The proportion of students who eat only 1-2 meals a day increases from 23% in the 1st year to 34.1% in the 3rd year, while the proportion of those who eat 5 or more times decreases.*

**Keywords:** *nutrition, gastrointestinal diseases, pain, breakfast, lunch, dinner, students.*

**Аннотация.** *Нерегулярное питание частая проблема среди студентов, особенно медицинского вуза. В нашей статье показана динамика нарушений питания у студентов с 1 по 3 курс медицинского вуза. Выявлена негативная тенденция к увеличению частоты абдоминальных болей с повышением курса. Если на 1 курсе боли отрицали 82,4% студентов-медиков, то на 3 курсе – только 68,2%. Установлена четкая тенденция к ухудшению*

*регулярности питания. Доля студентов, питающихся всего 1-2 раза в день, возрастает с 23% на 1 курсе до 34,1% на 3 курсе, в то время как доля питающихся 5 и более раз сокращается.*

**Ключевые слова:** питание, заболевания ЖКТ (желудочно-кишечного тракта), боль, завтрак, обед, ужин, студенты

---

**Рецензент:** Сагитов Рамиль Фаргатович, кандидат технических наук, доцент, заместитель директора по научной работе в ООО «Научно-исследовательский и проектный институт экологических проблем», г. Оренбург

Актуальность. Проблема заболеваний ЖКТ у студентов-медиков на фоне нерегулярного питания — это не просто частный случай, а системная проблема, находящаяся на стыке медицины, образования и общественного здоровья [1]. Проведенные среди студентов опросы показывают, что получение медицинского образования не служит гарантией полной осведомленности о вреде нерегулярного питания и развитием заболеваний желудочно-кишечного тракта [2].

Нерегулярное питание является важной проблемой для студентов, поскольку эта категория людей испытывает высокие эмоциональные и умственные нагрузки. Из-за ограниченности финансов и нехватки свободного времени в течение учебного дня в их рационе часто наблюдается уменьшение качественных и полезных продуктов. Также у студентов наблюдаются нерегулярные приемы пищи, частые перекусы, потребление еды на ходу, иногда с чрезмерными ограничениями в питании и необоснованным использованием диет [3]. Это ведет к нарушению питания и, как следствие, может вызвать появление заболеваний ЖКТ. Таким образом, необходимость в регулярном питании становится особенно актуальной для студентов проблемой.

Целью работы является анализ показателей распространённости заболеваний ЖКТ среди студентов и оценка важности консультирования со специалистом.

Материалы и методы исследования. В Воронежском медицинском университете им. Н.Н. Бурденко был проведен опрос среди студентов 1-3 курса.

Обработка материала выполнялась методами описательной статистики для расчета и сопоставления относительных величин в выборочной совокупности и формирования прогнозов для генеральной совокупности при  $p \leq 0,05$  с учетом ошибок репрезентативности.

Результаты. Было проведено исследование по возникновению заболеваний ЖКТ на фоне нерегулярного питания среди студентов-медиков в ВГМУ им. Н. Н. Бурденко в г. Воронеже. В исследовании приняли участие студенты лечебного, педиатрического, фармацевтического и медико-профилактического факультетов и института стоматологии.

По результатам опроса получены следующие результаты: боли со стороны ЖКТ отсутствуют у большинства студентов, среди которых 61 человек (82.4%) - студенты 1 курса, 50 человек (75,8%) - 2 курс и 30 человек (68,2%) - 3 курс (Диаграмма 1).

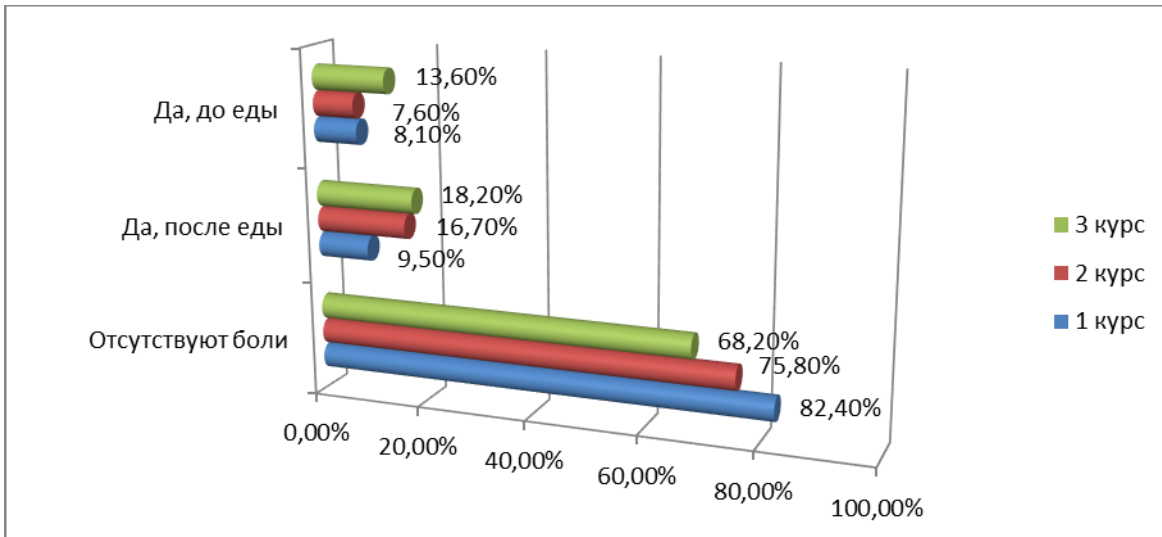


Диаграмма 1. Боли со стороны ЖКТ.

О наличии боли, после еды среди всех ответов, больше всего ответов студентов 3 курса: после еды-8 чел. (18,2%) и до еды- 6 чел. (13,6%). Также у 11 человек (25%) студентов 3 курса, 11 человек (16,7%) - 2 курса и 10 человек (13,5%) студентов 1 курса отмечалась ноющая боль (Диаграмма 2).

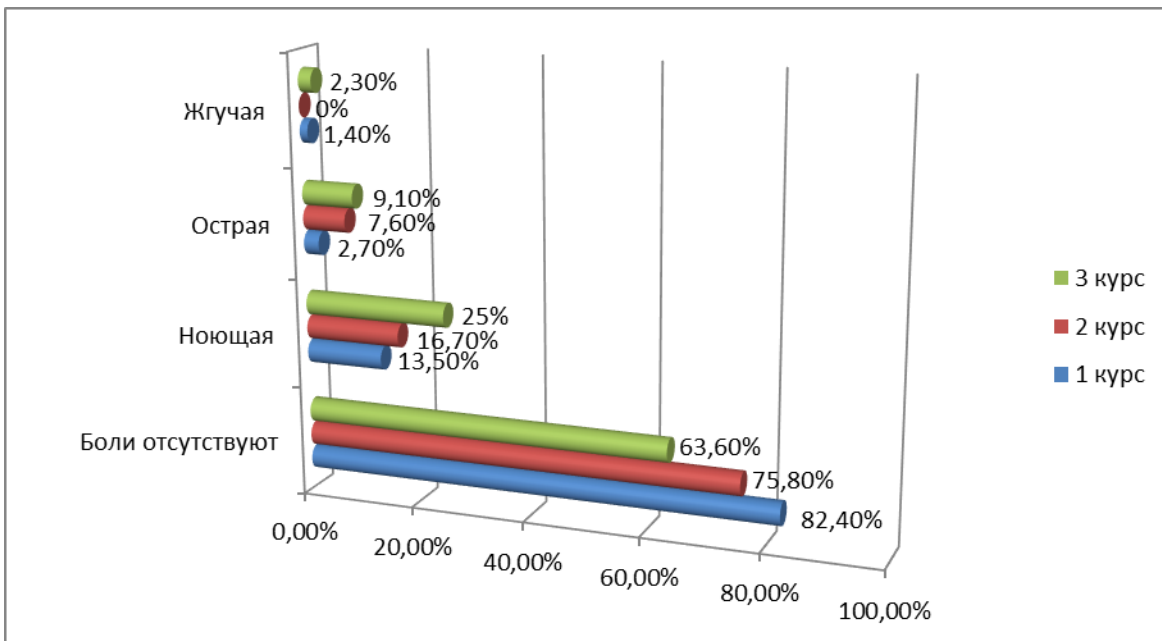


Диаграмма 2. Характер боли.

Наиболее распространённый режим питания для всех курсов - 3 – 4 раза в день:  
1 курс: 45 человека (60,8%); 2 курс: 43 человека (65,2%); 3 курс: 26 человек (59,1%).

Существенная часть студентов питается только 1–2 раза в день - 1 курс: 17 человек (23%); 2 курс: 16 человек (24,2%); 3 курс: 15 человек (34,1%).

Меньше всего студентов выбирают 5 и более приемов пищи: 1 курс: 12 человек (16,2%); 2 курс: 7 человек (10,6%); 3 курс: 3 человека (6,8%)

Видно, что по мере повышения курса становится меньше студентов, кто принимает пищу более 5 раз в день, и увеличивается доля питающихся в режиме 1–2 раза в день. Большинство студентов всех курсов придерживаются режима 3–4 разового питания (Диаграмма 3).

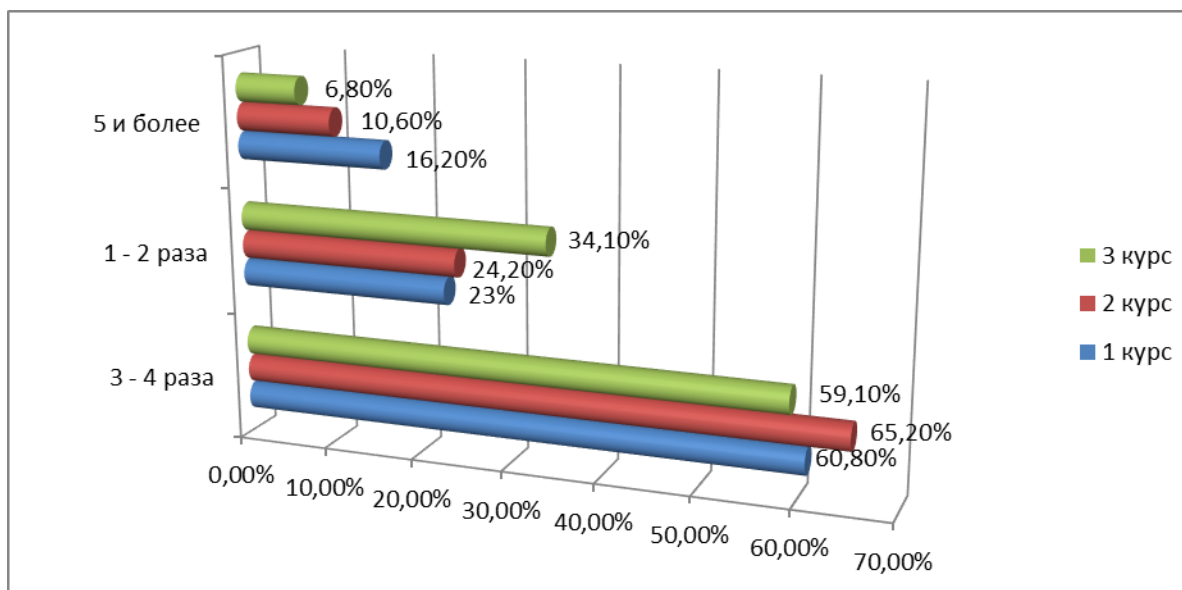


Диаграмма 3. Питание в течение дня, учитывая перекусы.

В пищевом рационе студентов всех курсов лидируют мясо и мясные продукты, особенно у студентов 2 курса - 26 человек (39,4%), затем у 1 курса-25 человек (33,8%), меньше у 3 курса -14 человек (31,8%). Готовая продукция занимает второе место среди предпочтений студентов: у студентов 3 курса -13 человек (29,5%), затем у 1 курса - 22 человек (29,7%) и 2 курса - 13 человек (22,7%). Мучные изделия и выпечка менее популярны: у 3 курса - 9 человек (20,5%), 2 курс - 15 человек (19,7%), 1 курс - 15 человек (20,3%). Овощи и фрукты преобладают у старших курсов: 3 курс - 2 человека (13,6%), 2 курс - 8 человек (12,1%) 1 курс 9 человек (12,2%). Молоко и молочные продукты занимают последнее место в предпочтении студентов: 3 курс - 6 человек (4,5%), 2 курс - 4 человека (6,1%), 1 курс —3 человека (4,1%). (Диаграмма 4).

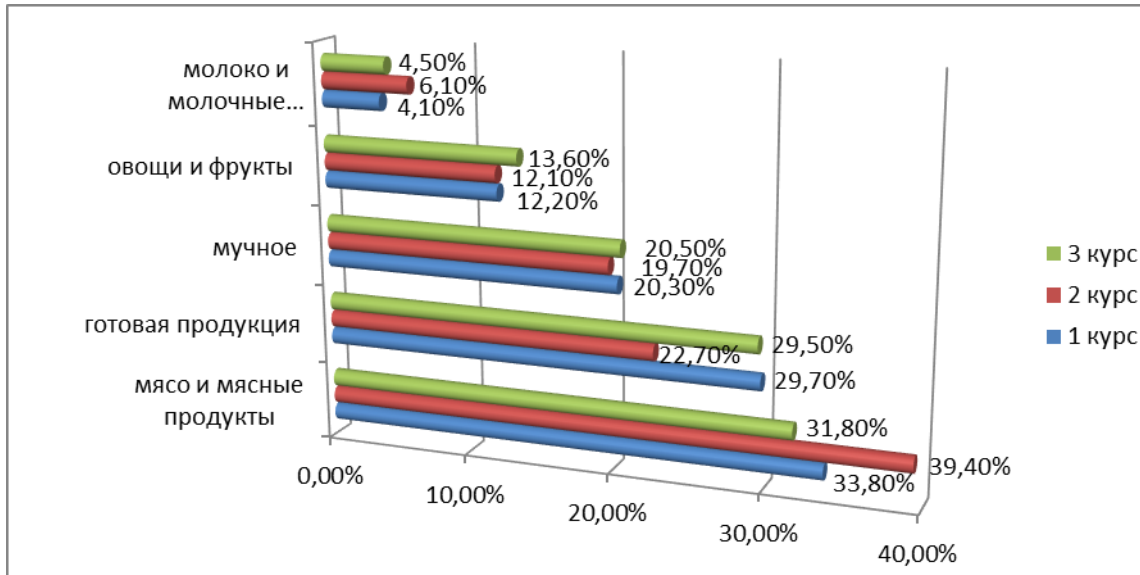


Диаграмма 4. Продукты, чаще всего присутствующие в рационе студентов.

Большинство студентов завтракают (более 60% на каждом курсе). Наибольшая доля завтракающих - 1 курс: 53 человека (71,6%); наименьшая - 2 курс: 43 человека (65,2%). Доля студентов которые не завтракают: 23 человека (34,8%) у 2 курса и 21 человек у 1 курса (28,4%). (Диаграмма 5).

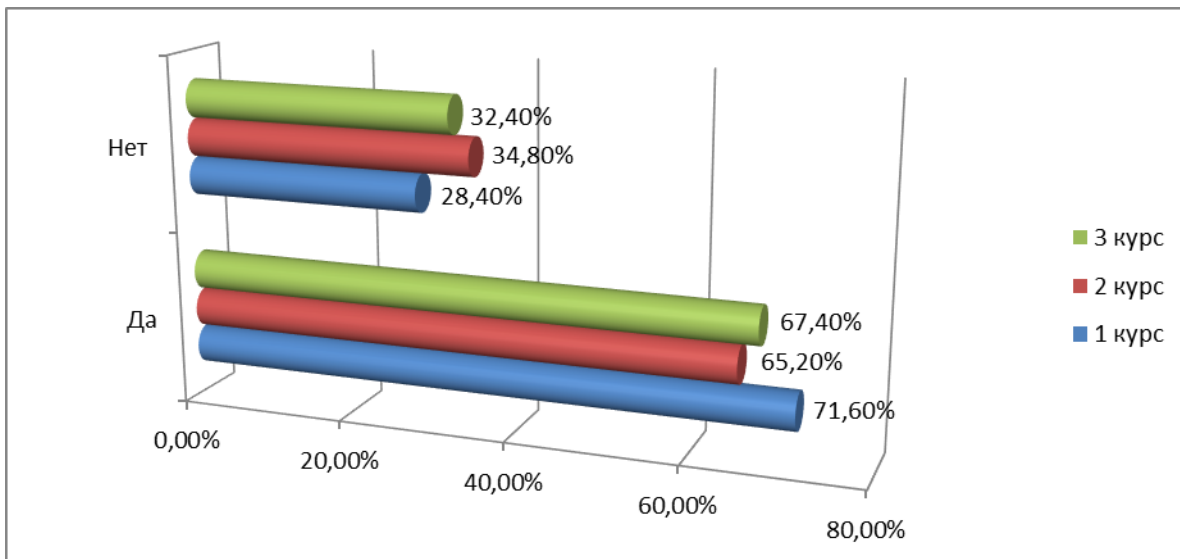


Диаграмма 5. Присутствие завтрака в режиме питания студентов.

На завтрак студенты предпочитают следующие продукты: лидером является «кофе/чай с печеньем» ( $\approx 33-43\%$ ), особенно такой завтрак популярен на 1-м и 3-м курсах; это указывает на предпочтение быстрых/жидких перекусов.

Пропускают завтрак значительная часть студентов (26–29,5%); процент чуть выше у 2–3 курсов — возможно, из-за усталости, плотного расписания или невнимания к питанию.

Яичницу/омлет или кашу на завтрак предпочитают очень малый процент студентов: у 3 курса 4 чел. (9,1%), что говорит о малой распространённости «тёплых» и сытных завтраков.

Сравнение между курсами: 1 курс чаще выбирает кофе/чай и реже пропускает завтрак по сравнению с 2–3 курсами; 2 курс демонстрирует наибольшую долю отказа от завтрака; 3 курс сочетает высокий процент по употреблению на завтрак кофе/чая и высокий процент тех, кто не завтракает. (Диаграмма 6).

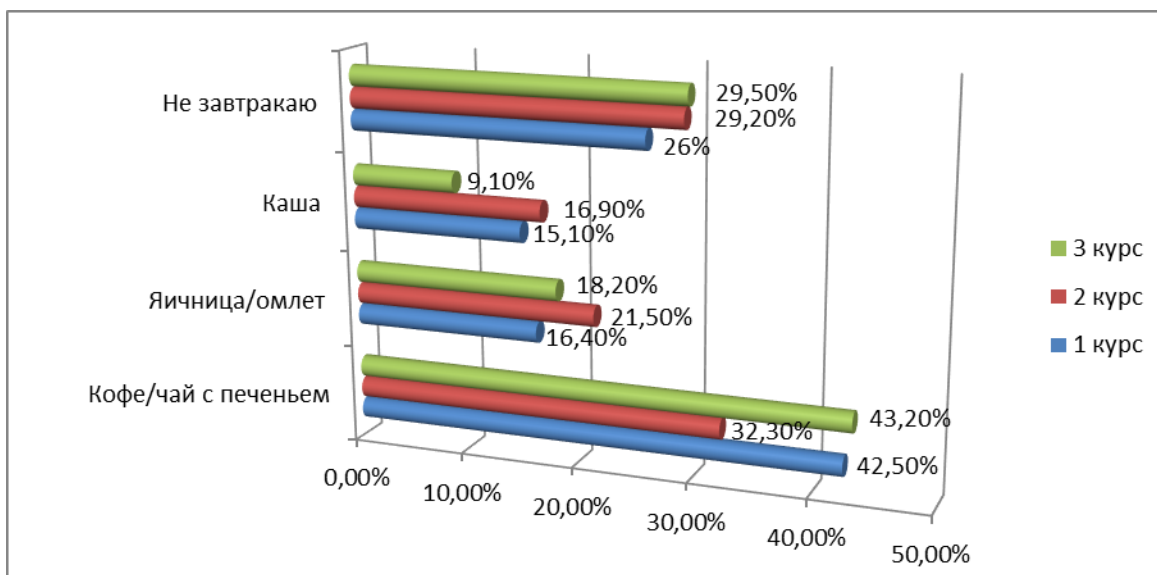


Диаграмма 6. Продукты, входящие в завтрак студентов.

Большинство студентов завтракают перед парами: 57–70% на каждом курсе (наибольший показатель у 3-го курса: перед парами завтракают 30 человек (69,8%) и у 1-го курса - (51 человек). Значительная доля студентов пропускает завтрак: особенно на 2 курсе 19 человек (29%), у 1 курса - 15 человек (20%). (Диаграмма 7).

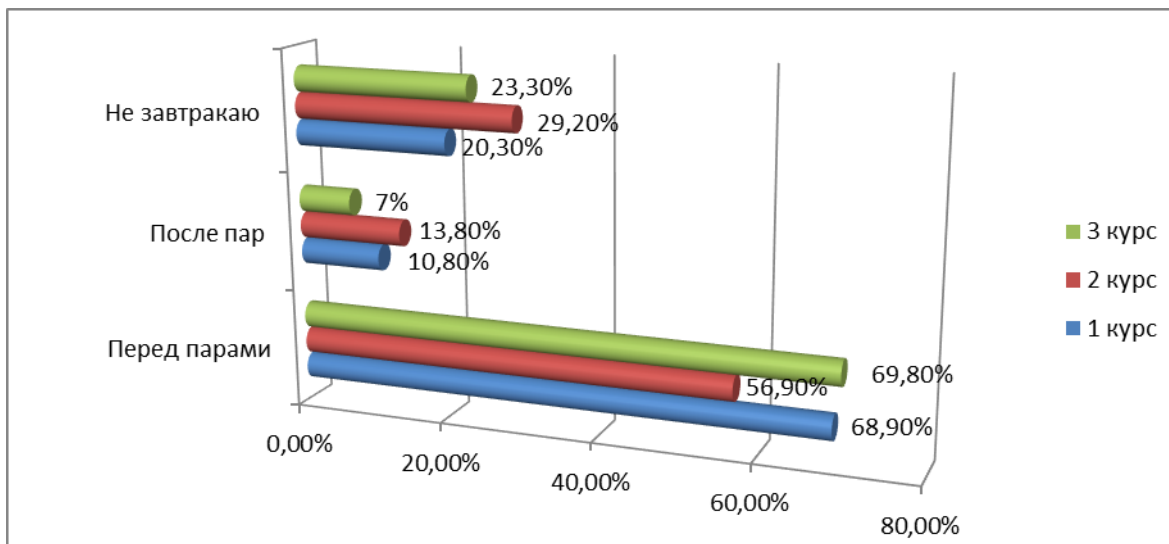


Диаграмма 7. Время завтрака

Большинство студентов обедают: 34 человека (77%) на 3 курсе и 66 человек (89%) на 1 курс. Доля тех, кто не обедает, увеличивается с курсом: 10,8% → 13,6% → 22,7%; на 3 курсе заметно чаще студенты пропускаю обед (20, 5% - 9 человек). (Диаграмма 8).

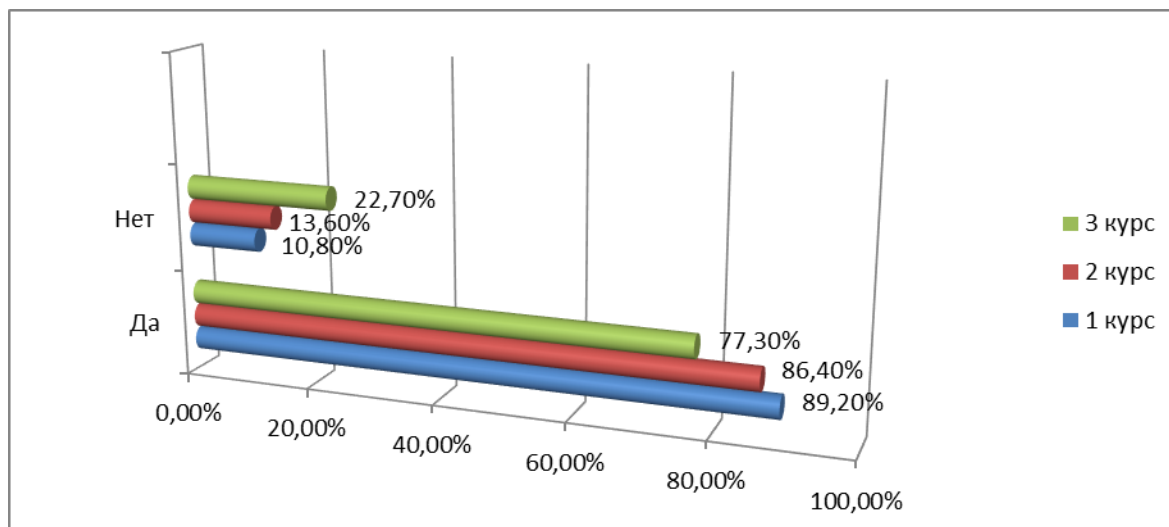
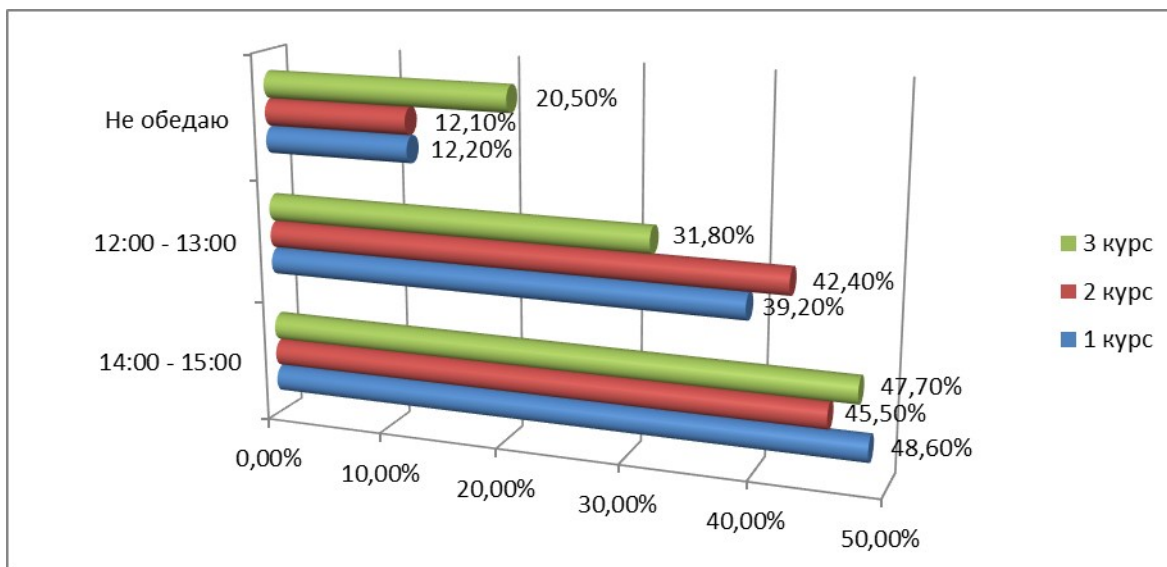


Диаграмма 8. Присутствие обеда в рационе.

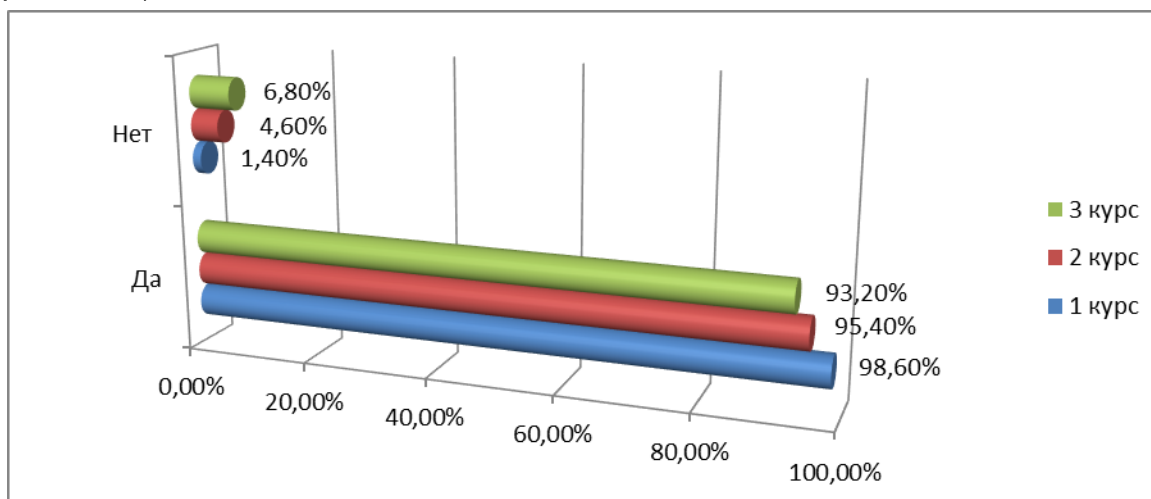
Большинство студентов всех курсов обедают в интервале 14:00–15:00 часов (48–52%). Второе по распространённости время обеда: 12:00–13:00 часов (38–46%). Доля тех, кто не обедает, растёт с курсом: 1 курс 8 человек (11%), 2 курс 8 человек (14%), 3 курс 10 человек (23%). (Диаграмма 9).



Диagramма 9. Время обеда

Почти все студенты всех курсов ужинают: доля ответа «Да» очень высока (93–99%). Доля студентов пропускающих ужин увеличивается с курсом: от 1 человека (1,4%) на 1 курс, до 3 чел. (6,8%) на 3 курс, но остаётся невысокой.

Вывод: проблема пропуска ужина незначительна, однако среди старшекурсников пропуски встречаются чаще — возможно, из-за занятости или смены режима. (Диagramма 10).



Диagramма 10. Присутствие ужина в рационе.

Большинство студентов всех курсов выбирают плотный ужин (≈59-61%). Доля лёгких ужинов стабильна и составляет примерно 39-41% на всех курсах. Различия между курсами минимальны (менее 2%), тенденций изменения по курсам не выявлено. (Диagramма 11).

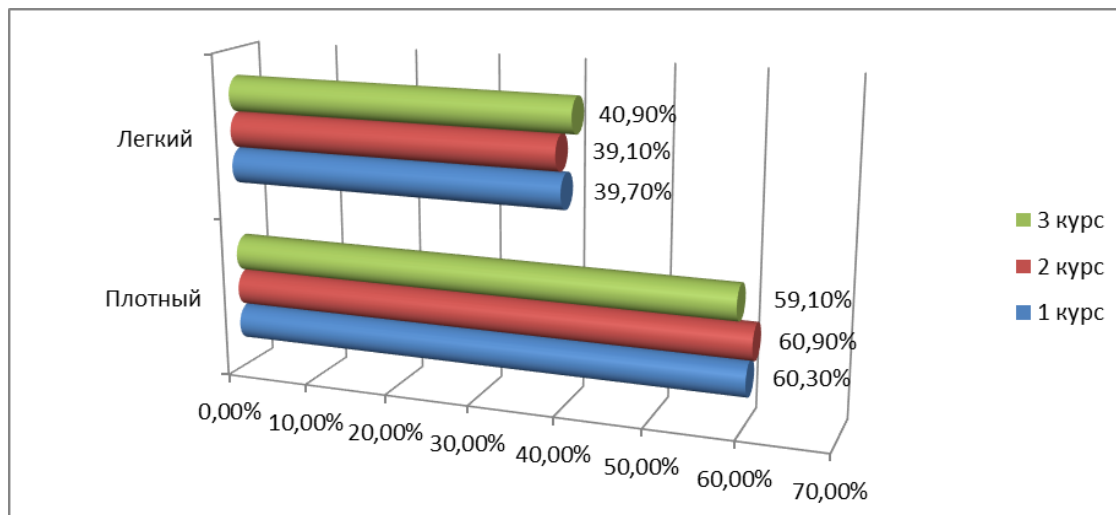


Диаграмма 11. Легкий и плотный ужин.

Большинство студентов всех курсов ужинают в интервале 19:00-20:00 ( $\approx 58$ – $65\%$ ). Второй по популярности интервал — 17:00-18:00 ( $\approx 16$ – $21\%$ ), поздний ужин 21:00-22:00 — менее распространён ( $\approx 15$ – $19\%$ ). Практически все студенты ужинают; доля студентов пропускающих ужин мала ( $\approx 2$ – $3\%$ ) (Диаграмма 12).

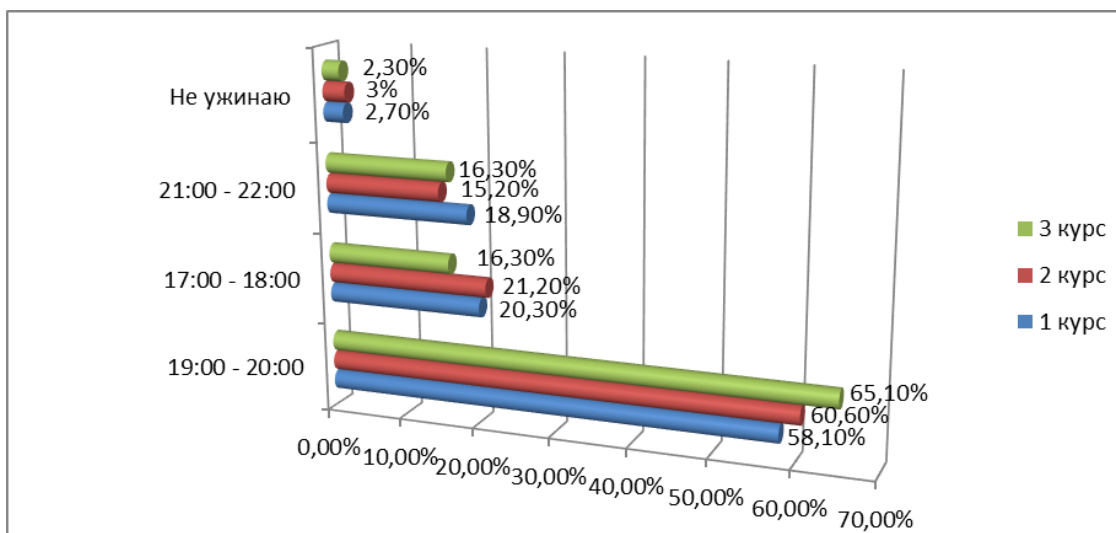


Диаграмма 12. Время ужина.

#### Заключение:

1. Риск патологий ЖКТ растёт с курсом. Несмотря на то, что большинство студентов не испытывают болей, их частота достоверно увеличивается от младших курсов к старшим. На 3-м курсе отмечается наибольший процент студентов с болями после еды (18,2%) и ноющими болями (25%), что может указывать на формирование хронических функциональных расстройств.

2. Режим питания ухудшается. Наблюдается чёткая тенденция: с повышением курса растёт доля студентов, питающихся всего 1-2 раза в день (с 23% на 1 курсе до 34,1% на 3 курсе), и сокращается число тех, кто ест 5 и более раз. Это свидетельствует о прогрессирующем нарушении режима питания под влиянием учебной нагрузки.

3. Рацион несбалансирован. Преобладает пища с высокой степенью обработки: мясные продукты, готовая продукция и мучное. При этом критически низко потребление овощей, фруктов и молочных продуктов. Такой рацион является фактором риска для развития заболеваний ЖКТ.

4. Ключевые нарушения в режиме:

Завтрак: Значительная часть студентов заменяет полноценный завтрак быстрым перекусом (кофе/чай с печеньем), а доля пропускающих завтраки высока на всех курсах.

Обед: Наибольшую тревогу вызывает рост числа студентов, не обедающих (с 10,8% на 1 курсе до 22,7% на 3 курсе). Обед часто смещается на позднее время (14:00–15:00).

У студентов-медиков, особенно старших курсов, выявляется устойчивая тенденция к нерегулярному и несбалансированному питанию, что напрямую коррелирует с увеличением частоты жалоб со стороны ЖКТ. Это указывает на необходимость внедрения образовательных программ по коррекции пищевого поведения в рамках профилактики заболеваний среди данной группы [4].

#### References

1. Власова, А. А. Заболевания ЖКТ среди студентов медицинского университета / А. А. Власова, А. С. Гордеев, С. Ф. Абдуганиева // Молодой ученый. – 2024. – № 49(548). – С. 370-372.
2. Балабина, М. Н. Наличие симптомов заболевания органов ЖКТ у студентов КГМУ / М. Н. Балабина, Д. В. Борисова // Молодежная наука и современность: Материалы 89 Международной научной конференции студентов и молодых ученых, посвященной 89-летию КГМУ: в 2-х томах, Курск, 25–26 апреля 2024 года. – Курск: Курский государственный медицинский университет, 2024. – С. 192-193.
3. Валиев, Р. Р. Осведомленность студентов медицинских вузов о питании во время сессий и её связь с когнитивной продуктивностью / Р. Р. Валиев, И. А. Коровкин, Д. А. Толмачев // Дневник науки. – 2024. – № 11(95).
4. Бурмистров, С. Е. Сон и питание: как нарушение режима влияет на успеваемость студентов медицинского вуза / С. Е. Бурмистров, А. Р. Гуфраева, Д. А. Толмачев // Дневник науки. – 2024. – № 12(96).