



ИЗУЧЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ КУПОТРЕБЛЕНИЮ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ.

Уточкин Юрий Анатольевич

кандидат медицинских наук, доцент кафедры общественного здоровья издравоохранения с
курсом права

Козюкова Олеся Владимировна

студентка 5 курса педиатрического факультета

Нассонова Нина Петровна

студентка 5 курса педиатрического факультета

ФГБОУ ВО Пермский государственный медицинский университет имени академика

Е.А. Вагнера Минздрава России, г. Пермь

Введение: Употребление энергетических напитков становятся популярным среди молодежи. Все большее количество школьников и студентов выбирают не сон, а его альтернативу- энергетические напитки. Но это польза действует кратковременно, поскольку эффект от энергетиков длится от 1,5 до 4 часов. После чего организм требует новую дозу для возвращения высокого уровня концентрации витаминов и аминокислот.

Поэтому вся “польза” энергетиков имеет временный характер.

В настоящее время на рынке Российской Федерации появилось большое количество энергетических напитков, в том числе и слабоалкогольных. Популярности энергетических напитков немало способствуют их свойства, повсеместная распространенность и их дешевизна.

Основными тонизирующими компонентами указанных напитков являются кофеин синтетического происхождения, природные биологически активные вещества из разрешенных лекарственных растений или их экстрактов, оказывающих тонизирующее действие, а также витамины (С, РР, В2, В5, В6, В12), однако в энергетических напитках содержание кофеина в 2-2.5 раза превышает суточную дозу.

Цель: изучить отношение учащиеся молодежи к употреблению энергетических напитков.

Задачи исследования:

1. Выяснить количество школьников и студентов употребляющих энергетические напитки.
2. Определить отношение каждого опрошенного к энергетическим напиткам.

Материал и методы исследования

В данной работе использовались методы анонимного анкетирования с помощью самостоятельно разработанной анкеты в программе Google формы, поисковый (сбор информации по теме) анализ и систематизация собранной информации.

Анкетирование проводилось среди учащихся школы №37 г. Пермь в возрасте 15-17 лет,



средний возраст составил 16 лет; студентов Пермского государственного медицинского университета им. ак. Е.А. Вагнера 1 и 6 курса педиатрического факультета в возрасте от 17 до 24 лет, средний возраст составил 20,5 лет.

Полученные результаты:

В исследовании приняло участие 47 школьников и 102 студента. Из 47 опрошенных школьника 17,02% (8 человек) юношей употребляют ЭН, 46,1% (12 человек) девушек употребляют ЭН.

Из 60 опрошенных студентов 1 курса 11,6 % (7 человек) юношей, 30% (18 человек) девушек употребляют ЭН. Из 32 опрошенных студентов 6 курса 55% (5 человек) юношей, 59,3% (19 человек) девушек употребляют ЭН.

Среди школьников из юношей: 37,5% не смотря на пагубное влияние на организм употребляют ЭН чаще, чем 1 раз в неделю; аналогичное процентное соотношение людей, которые употребляют ЭН реже, чем 1 раз в неделю; при этом 25% ежедневно. Со стороны девушек ситуация иная: 25% употребляют ЭН чаще, чем 1 раз в неделю; но большинство —75% все же реже, чем 1 раз в неделю.

Частота употребления ЭН среди студентов 1 курса из юношей: 71,4% употребляют ЭН чаще, чем 1 раз в неделю; 28,6% реже, чем 1 раз в неделю. Из девушек: лишь 11,1% употребляют ЭН ежедневно; при этом 33,3% чаще, чем 1 раз в неделю; и большинство 55,6% реже, чем 1 раз в неделю.

Среди студентов 6 курса юноши: преобладающий процент— 60% употребляют ЭН чаще, чем 1 раз в неделю; 20% реже, чем 1 раз в неделю, такой же результат у людей употребляющих ЭН ежедневно. Из 24 девушек употребляющих ЭН: 15,8% чаще, чем 1 раз в неделю; и основная часть 84,2% реже, чем 1 раз в неделю.

Еще с 2011 года существует закон о запрете на продажу ЭН лицам, не достигшим 18 лет, поэтому мы решили проверить, как люди относятся к данному запрету: среди школьников - юношей не поддерживают запрет продажи ЭН все количество употребляющих. 2\3 часть из девушек не поддерживают запрет продажи ЭН, когда 1\3 поддерживают.

Среди студентов 1 курса из юношей: 14,2% не поддерживают запрет на продажу ЭН, а 85,8% поддерживают. Девушки: 27,7% не поддерживают запрет на продажу ЭН, а 72,2% поддерживают.

Среди студентов 6 курса юноши: 20% не поддерживают запрет на продажу ЭН, а 80% поддерживают. Из девушек: 10,5% не поддерживают запрет на продажу ЭН, а 89,5% поддерживают.

На вопрос о стаже употребления ЭН результаты оказались следующими: Среди школьников - юношей, которые употребляют ЭН: более 1 года и более 3 лет по 25% опрошенных соответственно; 1-3 года



12,5%. Девушки: более 1 года 41,6%; 1-3 года 25%; более 3 лет 8,3%.

Среди студентов 1 курса юноши употребляют ЭН: 1-3 года 28,6%, более 3 лет 57,1%; меньше, чем 1 неделя 14,2%. Из девушек: более 1 года; около 1 месяца и меньше, чем 1 неделя по 5,5% каждого; 1-3 года 38,8%, более 3 лет 33,3%; около 1 недели 11,1%.

Среди студентов 6 курса юноши употребляющие ЭН 1-3 года составило 20%; более 3 лет 80%. Из девушек: менее 1 года 21%; 1-3 года 26,3%; более половины девушек употребляют ЭН более 3 лет.

Среди школьников 75% юношей употребляют ЭН для какого либо эффекта и достигают его: ощущения вялости и слабости 16,7%; сонливости 66,7%; для поднятия концентрации 16,7%; без повода 16,7%. При этом 12,5% из общего количества юношей принимают ЭН без повода и не получают никакого эффекта. 16,7% девушек употребляют ЭН для какого либо эффекта и достигают его: ощущения вялости и слабости 50%; для поднятия концентрации 50%. При этом 83,3% из общего количества девушек принимают ЭН без повода и не получают никакого эффекта.

Из студентов 1 курса 42,8% юношей употребляют ЭН для какого либо эффекта и достигают его: ощущения вялости и слабости 33,3%; сонливости 33,3%; для поднятия концентрации 33,3%; без повода 57,1%. При этом 57,1% из общего количества юношей принимают ЭН без повода и не получают никакого эффекта. 72,2% девушек употребляют ЭН для какого либо эффекта и достигают его: ощущения вялости и слабости 8,3%; сонливости 50%; для поднятия концентрации 41,7%; без повода 38,8%.

При этом 55,5% из общего количества девушек принимают ЭН без повода и не получают никакого эффекта.

Среди студентов 6 курса 100% юношей употребляют ЭН для какого либо эффекта и достигают его: ощущения вялости и слабости 20%; сонливости 40%; для поднятия концентрации 20%; для физических нагрузок 20%. 78,9% девушек употребляют ЭН для какого либо эффекта и достигают его: ощущения вялости и слабости 40%; сонливости 20%; для поднятия концентрации 40%; без повода 20,1%. При этом 5,3% из общего количества девушек принимают ЭН без повода и не получают никакого эффекта.

Среди школьников, юноши которые употребляют ЭН: более половины опрошенных считают, что ЭН вредят организму человека, при этом зная состав; оставшиеся часть считают, что ЭН не вредят организму человека, но при этом знают состав. Из девушек употребляющих ЭН: 66,7% считают, что ЭН вредят организму человека, и знают состав; 8,3% также считают, что ЭН вредят организму человека, но при этом не знают состав ЭН; такое же количество употребляющих считают, что ЭН не вредят организму человека, но при этом знают состав; 16,7%



считают, что ЭН не вредят организму человека, и не знают состав ЭН.

Из студентов 1 курса юноши употребляющие ЭН: примерно 57,1% считают, что ЭН вредят организму человека, и знают состав; 42,9% также считают, что ЭН вредят организму человека, но при этом не знают состав ЭН. Что касается девушек употребляющих ЭН 44,4% которые считают, что ЭН вредят организму человека, и знают состав; идентичное количество девушек также считают, что ЭН вредят организму человека, но при этом не знают состав; 11,2% считают, что ЭН не вредят организму человека, но при этом знают состав.

Среди студентов 6 курса юноши употребляющие ЭН: 20% считают, что ЭН вредят организму человека, и знают состав; 40% также считают, что ЭН вредят организму человека, но при этом не знают состав ЭН. 40% мальчиков знают состав, но не знают, что ЭН вредят организму. Среди девушек употребляющих ЭН: считают, что ЭН вредят организму человека, и знают состав; 63,1% также считают, что ЭН вредят организму человека, но при этом не знают состав ЭН; 26,3 % считают, что ЭН не вредят организму человека, но при этом знают состав. 10,5 девочек знают состав, но не знают, что ЭН вредят организму.

Выводы: Исходя из представленных данных можно сделать следующие заключения:

1. 1/3 часть опрошенных школьников и студентов употребляют энергетические напитки, причем преобладающая часть (71% от общего числа употребляющих) приходится на девушек.
2. Среди школьников частота употребления энергетических напитков значительно реже, нежели среди студентов медицинского университета.
3. От общего числа употребляющих энергетические напитки школьников 80% не поддерживают запрет на продажу энергетических напитков лицам, не достигшим 18 лет; в то время как большая часть студентов поддерживает запрет на продажу лицам, не достигшим 18 лет.
4. Сравнивая опыт употребления энергетических напитков школьников и студентов можно сказать, что возраст начала употребления энергетических напитков с каждым годом становится ниже, что пагубно влияет на состояние еще неокрепшей нервной системы.
5. Наиболее частые причины употребления энергетических напитков являются повышение концентрации и чувство бодрости, но при этом у 1/3 опрошенных не достигается эффект в целом от употребления энергетических напитков.
6. 1/2 часть опрошенных считают, что энергетические напитки вредят организму человека, и знают химический состав, но все же употребляют энергетические напитки, заведомо зная вред от их употребления.

Список литературы



1. Международный научный журнал « Вестник науки» №1 Воздействие энергетических напитков на здоровье современного поколения. Подхватилина Н. А., Мсхвилидзе Н. П., Зубарева Г. М.— г. Тверь, январь 2024 г.
2. Электронный научный журнал Социальный аспекты здоровья населения « Пилотное исследование потребления энергетических напитков среди подростков, Скворцова Е. С., Отвагина Е.А, Постникова Л.К., Шурыгина Т.Е.— г. Москва, 2020 г.