

# ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ КОМПУЛЬСИВНОГО ПЕРЕЕДАНИЯ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ.

*Лычковская М. А., Заяц О.В.*

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский Государственный медицинский университет»

**Актуальность.** Под пищевым поведением понимается ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания в обыденных условиях и в условиях стресса; поведение, ориентированное на образ собственного тела и деятельность по формированию этого образа. Но его нарушения могут быть вызваны разными причинами: наследственной предрасположенностью, культурной средой, семейными традициями, особенностями характера и самооценки, влиянием моды, недовольством своим телом, соблюдением диет и др. Наиболее распространенными формами нарушения пищевого поведения (НПП) являются нервная анорексия (НА), нервная булимия (НБ), сопровождающаяся различными видами очищения и компульсивное переедание, так называемое «пищевое пьянство», являющееся гиперфагической реакцией на стресс и приводящее к психогенному ожирению [1,3].

Впервые приступообразное переедание в 1959 году описал Альберт Станкард. Основываясь на клинических наблюдениях, он выдвинул критерии, на которые впоследствии опирались и другие исследователи: неконтролируемость процесса поглощения пищи; потребление большого количества еды за небольшой промежуток времени; связь приступа переедания с какими-либо стрессовыми событиями; дискомфорт и самоосуждения после произошедшего «срыва». Ситуации психогенного переедания происходят в среднем 2 раза в неделю на протяжении шести месяцев – после приёма пищи возникает чувство стыда, отвращения или подавленности к самому себе [2].

**Цель.** Изучить особенности распространенности компульсивного переедания среди школьников и студентов.

**Материалы и методы исследования.** В исследовании принимали участие 83 респондента в возрасте 14-24 лет. В работе использовались методы социологического опроса среди школьников и студентов.

**Результаты и их обсуждение.** По результатам опроса установлено: на вопрос «Что вы знаете о понятии пищевое поведение?» 5,7% респондентов ответили, что почти ничего не знают, 20,8% респондентов были осведомлены, что это зависимость к определенному продукту или группе продуктов, 73,5% респондентов знали, что это нарушение психического состояния, при котором человек употребляет пищу не только для того, чтобы утолить чувство

голода, а также для того, чтобы улучшить настроение. На вопрос «Когда вы заметили нарушение режима питания?»: 6,3% респондентов ответили, что всегда питались рационально, 58,8% – отметили, что нарушение режима питания возникло во время обучения в общеобразовательной школе, 8,8% респондентов ответили, когда стали проживать без родителей, 41,3% - респондентов ответили, что нарушение режима питания возникало из-за стресса. На вопрос «Часто ли вы переедаете?», 21,7% респондентов ответили, что несколько раз в месяц, 24,1% ответили, что редко, 54,2% - один или более раз за одну неделю. На вопрос «Известны ли вам каковы последствия для здоровья от переедания?», 21% респондентов ответили, что неизвестно, 79% респондентов знали о последствиях от переедания.

**Выводы.** Установлено, что среди студентов распространено компульсивное переедание, также большинство студентов отмечали у себя нерациональное питание, что указывает на необходимость повышения уровня знаний среди данной группы населения о рациональном питании и нарушении пищевого поведения.

#### **Литература:**

1. Пушкарская, Л. С. Компульсивное переедание – современные реалии проблемы / Л. С. Пушкарская, Е. В. Андреянова // Вестник МГТУ. –2016. – Т.11. – № 2. – С. 47 – 51.
2. Бобровский, А. В. Является ли приступообразной переедание самостоятельным заболеванием / А. В. Бобровский [и др.]// Социальная и клиническая психиатрия. 2015. – Т.25. – № 3. – С. 84 – 91.
3. Сидоров, А. В. Психологические модели переедания и ожирения / А. В. Сидоров // Российский психологический журнал. – 2011. – Т.8. – № 3. – С. 30 – 40.