

ОЦЕНКА ОСВЕДОМЛЕННОСТИ НАСЕЛЕНИЯ О НЕОБХОДИМОСТИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ФОЛИЕВОЙ КИСЛОТЫ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К БЕРЕМЕННОСТИ

Зяблов А.Н., Синкевич Е.В.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. На вынашивание здорового ребёнка влияют множество различных факторов. Применение различного рода биологически активных добавок и витаминных комплексов, благотворно влияет на процессы зачатия, вынашивания и рождения здорового ребёнка.

Цели исследования: выяснить мнение респондентов о влиянии фолиевой кислоты на организм женщины перед зачатием и на плод; степень осведомленности респондентов о необходимости подготовки к беременности.

Материалы и методы исследования. Проведено изучение и анализ тематических литературных и информационных источников. Применен метод анкетированного опроса с использованием разработанной валеологической анкеты.

Результаты исследования. В исследовании приняли участие 140 респондентов: 90,7% женщин и 9,3% мужчин в возрасте от 15 до 35 лет.

95,7% считают, что беременность должна быть планируемой. Подготовка к беременности, по мнению респондентов, должна включать избавление от вредных привычек (95%), приём БАДов, витаминов (70,7%), правильное питание (85%), физическую активность (62,9%), а также чтение соответствующей литературы, консультацию с докторами, анализы и обследования и прочее (по 0,7%). На вопрос «Считаете ли вы нужным употреблять фолиевую кислоту при планировании беременности?» 63,6% респондентов ответили утвердительно, 2,1% - отрицательно, 34,3% затруднились ответить. К наиболее частым нарушениям развития плода при недостатке фолиевой кислоты участники анкетирования отнесли анэнцефалию (47,1%), незаращение позвоночника (41,4%), эктопию сердца (32,9%), грыжи головного мозга (30,7%), заячью губу (38,6%), инциэнцефалию (28,6%) и 18,4% респондентов затруднились ответить. К наиболее часто встречаемым симптомам гипервитаминоза фолиевой кислоты респонденты отнесли нарушения сна (55,7%), раздражительность (49,3%), резкую смену настроения (46,4%), приступы агрессии (38,6%), анафилактический шок (25,7%), дыхательную недостаточность (24,3%), кому

(17,1%) и 17,8% опрошенных - затруднились ответить. Недостаток фолиевой кислоты у мужчин респонденты связали с увеличением нежизнеспособности сперматозоидов(57,1%), импотенцией(38,6%), анемией(35%), тошнотой(24,3%); 20% посчитали, что никак не проявляется, а 12% затруднились ответить. Среди участников опроса 28,6% считают, что мужчинам нужно принимать фолиевую кислоту при планировании ребёнка, 9,3% дали отрицательный ответ, 62,1% затруднились ответить. Суточную норму приёма в 400-900 мкг/сут определили 39,3% респондентов, считают нормой приёма препарата 200-300 мкг/сут – 40% анкетированных, 900-1000 мкг/сут – 7,1% опрошенных и 13,6% - затруднились ответить. 45% опрошенных считают, что приём фолиевой кислоты совместим с контрацепцией, 12,1% - что не совместим, 42,9% респондентов затруднились ответить. По мнению респондентов фолиевая кислота содержится в бобовых (65,7%), орехах, таких как арахис и миндаль (54,3%), в кураге (34,3%), говядине (32,1%), курице (22,9%), картофеле (20%), мучных изделиях(14,3%).

Выводы. Таким образом, большинство опрошенных, т.е. студентов УО «Гродненский государственный медицинский университет», придерживаются мнения, что беременность должна быть планируемой. Подготовка к беременности должна включать избавление от вредных привычек, правильное питание, физическую активность и приём БАДов, фолиевой кислоты и поливитаминных комплексов. Наиболее частыми пороками развития респонденты определили эктопию сердца, анэнцефалию, незаращение позвоночника. Большинство опрошиваемых считают, что суточная доза фолиевой кислоты составляет 200-300 мкг, а при применении избыточного количества появляются судороги, анемия, головные боли, аллергические реакции и раздражительность. Недостаток фолиевой кислоты у женщин приводит к общей слабости, выпадению волос, тошноте, бессоннице. У мужчин – импотенции, нежизнеспособности сперматозоидов и анемии. Большая часть респондентов посчитали, что ответственность при планировании ребёнка лежит в равной степени на обоих партнёрах.

Литература:

1. Кузнецова И.В., Коновалов В.А. Применение фолиевой кислоты в процессе прегравидарной подготовки и во время беременности. Российский вестник акушера-гинеколога. 2015;15(1):24-31.