

**Реферат**

МЕДИЦИНА В РАННЕСРЕДНЕВЕКОВОЙ МОНАШЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (V-XI ВЕКА)

Мирошниченко В. Г.

Ключевые слова: "монашеская медицина", христианство, лечение "постом и молитвою", эпидемия, гигиена.

В работе рассмотрен процесс становления и развития «монастырской медицины» первых христианских обитателей Востока и Запада в V-XI вв. Определены главные направления развития врачебного дела (фитотерапия, иридопатия, водотерапия т.п.), проведен сравнительный анализ между кинувийской и монашеской медициной, исследован процесс становления христианских госпиталей и больниц, которые стали прототипом современных медицинских учреждений.

**Summary**

MEDICINE IN EARLY MEDIEVAL MONASTIC CULTURE (V-XI CENTURIES)

Miroshnichenko V. G.

Key words: monastic medicine, Christianity, "fasting and prayer" treatment, epidemic, hygiene.

This paper considers the process of the origination and development of the "monastic medicine" in the first Christian monasteries of the East and the West in V-XI centuries. There was an attempt to identify the main directions in the development of medical care (herbal medicine, iridotherapy, water therapy, etc.) and to carry out the comparative analysis between coenobiarch and monastic medicine. This paper also tries to throw light upon the appearance of Christian hospitals and clinics, which were prototypes of present-day medical facilities.

УДК 611:378.14

**Свінцицька Н.Л., Шерстюк О.О., Устенко Р.Л., Рогуля В.О., Пілюгін А.В., Білаш В.П.**

**РОБОТА У СТУДЕНТСЬКОМУ НАУКОВОМУ ТОВАРИСТВІ – ПЕРША ЛАНКА У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ СУЧАСНОГО ЛІКАРЯ**

ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

*В даній статті розглянуті питання щодо необхідності пошуку нових форм та методів, що сприяють розвитку творчих здібностей студентів і формуванню у них клінічного мислення. Доведено, що залучення майбутніх фахівців до роботи у студентському науковому гуртку розвиває у студентів самостійний і креативний підхід до вивчення дисципліни, якнайбільше задовольняє потребу студентів у самовдосконаленні, самодисципліні та самонавчанні, навчає працювати в команді. Тому найважливішим завданням перед кожним викладачем є встановлення та налагодження педагогічного і психологічного контактів із студентами. Необхідно відмітити, що спостерігається підвищення зацікавленості до вивчення дисципліни «Анатомія людини» у студентів після того, як на засіданнях студентського науково-дослідного гуртка вони можуть бачити роботи своїх однокурсників, прослухати про методіку виготовлення препаратів, про їх наукову, навчальну та практичну цінність.*

Ключові слова: освіта у вищих медичних закладах, студентське наукове товариство, формування клінічного мислення, анатомія, морфологія.

Забезпечити цілком справедливе прагнення нашої держави щодо інтеграції у розвинуте сучасне суспільство можна за умови збереження та примноження інтелектуального потенціалу нації, до якого належать і спеціалісти – випускники нашої академії. Подолати численні перешкоди на цьому шляху можна тільки наполегливою і копіткою повсякденною працею. Ми сподіваємося не втратити своїх надбань і одночасно запозичити досвід інших медичних навчальних закладів України, розвинених зарубіжних країн та впроваджувати передові методи і новітні технології в діяльність вищої школи [2,7]. Найсуттєвішим моментом для всеохоплюючого інтеграційного процесу в академії є поєднання і взаємодоповнення навчального, виховного та наукового процесів. Без відповідного виховання наших студентів практично неможливо добитися гармонійного розвитку особистості і сформувати національно свідомого, з активною життєвою позицією фахівця і громадянина. Тому завданням Вищої

освіти України є досягнення максимального розвитку здібностей і можливостей студентів, а також забезпечення якості підготовки фахівців на рівні міжнародних вимог [1,5]. У зв'язку з цим викладацький склад повинен застосувати оптимальну кількість наочних методик для освоєння такої складної, фундаментальної дисципліни, як анатомія, з індивідуальним підходом до кожного студента, в залежності від тих чи інших творчих здібностей майбутніх фахівців [3,5,6].

Для активації та оптимізації навчального процесу при вивченні дисципліни «Анатомія людини», а також формування професійного клінічного мислення у майбутніх медичних фахівців дієвим виявляється залучення студентів до роботи у студентському науково-дослідному гуртку кафедри.

На цьому рівні розкриваються таланти студентів, які, можливо, навіть не підозрюють про свої здібності. Тому найважливішим завданням перед кожним викладачем є

встановлення та налагодження педагогічного і психологічного контактів із студентами, враховуючи індивідуальні особливості кожного. Тому доцільно звернути увагу на ситуативні, індивідуально-особистісні моменти під час використання заохочень студентів [8]. Щоб зацікавити студентів залучаємо їх до творчої роботи. Наприклад, самостійне виготовлення анатомічного препарату. Спочатку нескладні завдання, а з часом, з придбанням певних навичок, студенти виготовляють настільки якісні препарати, що вони поповнюють анатомічний музей. Така робота виконується у вільний час, звичайно, під керівництвом викладача. Найбільш оптимально працює група з 2-3 студентів, бажано, щоб один з них мав середню медичну освіту. Щоб отримати бажаний результат студенти повинні використати не тільки знання по темі, а й попрацювати з додатковою літературою, знати методику препарування, естетично оформити та скласти аотацію до препарату.

Виконання наукової роботи ставить перед студентами питання, вирішення яких потребує від них глибокого вивчення наукової літератури та осмислення даної проблеми. Навички, здобуті при її виконанні, дозволять майбутнім лікарям застосовувати їх при аналізі своєї роботи. Працюючи пліч-о-пліч з науковим керівником, студенти беруть участь у виготовленні вологих та ін'єкційно-корозійних препаратів внутрішніх органів, вивчають основи препарування. Майбутні лікарі оволодівають методиками морфологічних досліджень, таких як морфометричний, ін'єкційно-корозійний та їх оригінальними модифікаціями, які розроблені науковими керівниками під час написання власних дисертаційних робіт. Результати наукових досліджень доповідаються студентами на щорічних Всеукраїнських та Міжнародних науково-практичних конференціях.

В свою чергу, досвід засвідчує, що власні наукові дослідження викладача та залучення майбутніх медичних фахівців до їх виконання мають прямий зв'язок із мотивацією студента до навчання та оволодіння ним професійними навичками. Вже кілька років матеріали наукових досліджень, які проводять викладачі кафедри, включаються в педагогічний процес. Так, у лекційний курс з анатомії людини включені матеріали дисертаційних робіт про специфічні риси просторової впорядкованості кровоносного русла шлунка на всіх рівнях його організації, структурне забезпечення скоротливих властивостей слизової оболонки шлунка, ангиопаренхіматозні взаємовідношення нирок, стереоморфологічні особливості будови передміхурової залози, слюзової залози, малих слинних залоз, дослідження тривимірної конфігурації внутрішнього рельєфа серця. Отримані зображення внутрішніх органів та їх мікроструктур завдяки своїй високій якості та

натуральній наочності можуть бути використані у вигляді ілюстрацій анатомічних атласів, а також таблиць і мультимедійних презентацій при викладанні анатомії, топографічної анатомії і клінічних дисциплін. Всі ці отримані наукові дані поглиблюють і доповнюють відомості про структурну організацію внутрішніх органів та залоз, з нових позицій висвітлюють особливості становлення топографії та будови їх на етапах онтогенезу. В той самий час все це може бути теоретичною основою для встановлення нових діагностичних критеріїв нормального розвитку внутрішніх органів, дозволяє в більш глибокому розумінні з'ясувати природу і патогенез відомих хвороб. Це підвищує інтерес студента до наукової роботи, заохочує студентів до навчання та заняття практичною діяльністю.

На жаль, враховуючи гострі питання біоетики, а саме морально-етичні принципи Гельсінської декларації, прийнятої Генеральною асамблеєю Всесвітньої медичної асоціації (1964-2000р.р.), «Положення про порядок розтину трупів у лікувально-профілактичних закладах», «Порядок про дослідження біопсійного та операційного матеріалів» до Наказу МОЗ України від 12.05.1992р. №81, Закону України про поховання та похоронну справу із змінами, внесеними згідно із Законом №2246-IV від 16.02.2004, ВВР, 2005, №4, кафедра не має можливості отримувати в достатній кількості тотальні та ізольовані вологі препарати. Тому ця ситуація спонукає викладачів шукати нові форми поповнення наочного обладнання для проведення практичних занять. На кафедрі анатомії людини набуває актуальності виготовлення анатомічних моделей з гіпсу талановитими творчими студентами під керівництвом зацікавлених викладачів для візуалізації навчального процесу, з метою активізації самостійної аудиторної та позааудиторної роботи студентів, а також поліпшення інформативності та матеріалозабезпеченості навчального процесу. Завдяки цьому на кафедрі створено колекцію анатомічних препаратів гіпсових моделей, аномалій розвитку ротової порожнини, зовнішньої будови печінки, анатомії жіночої статевої системи, м'язів обличчя, шиї, спини та інші.

На кафедрі викладачами при активній допомозі студентів створено декілька «німих» стендів з малюнками для контролю знань. Вони інформативні, мають сучасний дизайн в оформленні, але, що найголовніше, дають змогу швидко і наочно перевірити знання студентів з різних розділів анатомії людини. Ми маємо настінні стенди з анатомії серцево-судинної та травної систем, морфології черепних нервів та інші.

Серед активних методів, які доцільно використовувати в сучасних методиках викладання морфологічних дисциплін, слід

приділити особливу увагу ігровим методам. У ВДНЗ України «УМСА» впроваджується методика застосування інтелектуальних ігор у навчальному та виховному процесах серед студентів [3]. У центрі нашої уваги перебуває не стільки дидактичний аспект ігрової діяльності (який достатньо глибоко відображений у доступній нам літературі), а саме виховний, тобто, психолого-педагогічний засіб формування здатності студентів-медиків приймати стратегічно важливі професійні рішення. Ці рішення можуть бути як індивідуальними так і колективними (так званий, «мозковий штурм», який є наближеною моделлю лікарського консилиуму та моделює тренувальну стресову ситуацію). Тому для активації навчального процесу дієвим виявляється залучення гуртківців та творчих студентів до участі в брейн-ринзі «Анатомія з гумором», що має дуже позитивні відгуки з боку фахівців і студентів.

Брейн-ринг «Анатомія з гумором» складається з кількох турів, а саме: попереднього тестування, «Кіт в мішку», «Остеологія», «Битва капітанів», туру на знання морфологічних епонімічних термінів «Імена в анатомії», туру з проблем сімейної медицини в творчості класиків, «Ти – мені, я – тобі», «Анатомічна пантоміма» і заключного туру по підведенню підсумків. Дуже оживляють атмосферу в залі творчі номери художньої самодіяльності між інтелектуальними турами самого брейн-рингу. Наприклад, великою популярністю користуються номери КВК, гра на музичних інструментах, спортивні бальні танці, пісенні виступи.

Попереднє тестування всіх бажаючих студентів відбувається заздалегідь за курсом всієї анатомії людини на основі ситуаційних задач з бази даних ліцензійного іспиту «Крок-1», потім з найкращими проводяться предметні співбесіди. Завдяки позитивним результатам відбору відбувається формування двох команд, що будуть змагатися за перемогу в шоу. Команди повинні мати свого капітана, назву та девіз команди.

Другий тур конкурсу – «Кіт в мішку» – складається з двох частин. В першій частині туру кожному учаснику команд пропонується відгадати препарати кісток всліпу, навпомацки. Наприклад, в непрозорих пакетах знаходяться препарати хребців, поясу верхньої кінцівки, кісток обличчя і т.і., а серед них зустрічаються дитячі іграшки, контури яких приблизно відповідають контурам названих препаратів кісток. Молодь дуже весело та активно зустрічає помилки учасників команд і ще довго з гумором обговорюють їх. Наступний тур «Остеологія» полягає в тому, що учасникам з кожної команди пропонується, як приклад, назвати найбільшу кількість анатомічних утворень на зовнішній та внутрішній основах черепа за одну хвилину, продемонструвати свої знання скелета людини.

«Битва капітанів» вимагає інтелектуальних знань від капітанів команд, що змагаються за перемогу, з курсу анатомії людини та швидкої реакції. Капітанам команд пропонується відгадати анатомічні віршовані загадки, до складання яких активно залучаються творчі студенти.

Тур на знання морфологічних епонімічних термінів – «Імена в анатомії» – є родзинкою шоу «Анатомія з гумором», тому що важко в даний час знайти галузь медицини, де б у тій або іншій мірі не вживалися б епоніми (епонім – ім'я що дає; особу, що дає чому-небудь своє ім'я). Для прикладу можна навести такі епонімічні словосполучення, як Євстахієва труба, Фатеров сосочок. В анатомічних епонімах в оптимальній формі відбилися основні етапи розвитку науки про морфологію і розвиток органів людського тіла, боротьба думок і поглядів, становлення наукового світогляду людини і його місця у живій природі.

Наступний тур – проблеми сімейної медицини в творчості класиків – відбувається на основі циклу оповідань А.П. Чехова «Палата №6», «Хірургія», «Іонич», «Кінська фамілія», або архієпископа Луки (в суспільстві В.Ф. Войно-Ясенецький) «Нариси гнійної хірургії», або за допомогою твору «Нотатки лікаря» В.В. Вересаєва (Смидовича). Запропоновані оповідання мають дуже повчальний зміст і викликають у студентів виправданий практичний та клінічний інтерес. Конкурс «Ти – мені, я – тобі» вимагає від учасників глибоких знань з анатомії людини. Члени команд задають по 5 питань один одному на морфологічну тематику.

Найкolorитнішим і наймасштабнішим можна назвати конкурс «Анатомічна пантоміма». Даний конкурс є для гравців команд домашнім завданням. Кожна команда отримує завдання – в ігровій формі, з використанням елементів пантоміми показати сценку, яка б відображала анатомо-фізіологічні аспекти органів і систем організму людини. До цього конкурсу команди мали право запросити додатково студентів своїх груп на допомогу. Як приклад, дуже показово є пантоміма «Перистальтика та всмоктування в тонкій кишці», в якій дуже правдоподібно були продемонстровані ворсинки слизової оболонки тонкої кишки та хвилеподібні рухи, що символізують перистальтичні рухи.

У перервах між конкурсними турами з метою заохочення студентської аудиторії бажано провести гру в слова. Ідея гри полягає в тому, що перший студент називає анатомічний термін, а наступний студент підбирає термін на літеру, якою закінчується перше слово. Наприклад: *cranium* → *mandibula* → *арех* та інші. З метою ускладнення задач рекомендується проводити гру по певній тематиці: кісткова система, череп, м'язова система, внутрішні органи. Під час цієї гри перевіряються знання студентів з анатомії, по певній темі, визначається загальний рівень

розвитку, вносяться корективи в вимову термінів: правильність закінчення, наголос. Така гра може займати не більш, ніж 5 хв. Такі вправи оживляють атмосферу в аудиторії, спонукають студентів повторяти пройдений навчальний матеріал. Дана гра викликає у студентів гучний сміх, велику кількість гумористичних коментарів, дуже добре розряджає обстановку.

Підведення підсумків брейн-рингу не залишає активних учасників без заслуженої винагороди, що відображається в певних бонусах на іспитах, грамотах переможцям. Але та повага, яку отримують учасники команд серед викладачів та друзів-студентів, ні з чим не зрівняється.

Таким чином, щоб досягти максимального розвитку здібностей студентів і забезпечити якість підготовки фахівців на рівні міжнародних вимог, керівництво вищого медичного закладу зобов'язується створювати всі умови, аби студент зміг, більшою мірою самостійно, у відповідних клініках поступово оволодіти обраною ним спеціальністю лікаря. Завдання професорсько-викладацького складу при цьому полягає в тому, щоб методично забезпечити оптимальні можливості для самостійного оволодіння студентом відповідним розділом медичної науки і постійно контролювати цю роботу.

### **Висновки**

1. У наші часи спостерігається тенденція наближення фундаментальних дисциплін до прикладних (клінічних). Здатність самостійно удосконалювати знання та професійні навички, самостійно аналізувати факти і явища – один із основних показників сформованості професійно-трудової культури спеціаліста.

2. Сучасні наукові розробки викладачів, їх наукове лідерство та залучення студентів до морфологічних досліджень сприяють мотивації майбутніх медиків до навчання, зміцнюють престиж викладача і створюють сприятливі умови для зростання майбутніх науковців і лікарів.

### **Література**

1. Довгаль Г.В. Шляхи покращення успішності студентів фундаментальних кафедр медичних вузів на прикладі кафедри анатомії людини / Г.В. Довгаль, О.О. Нефьодова, М.Ю. Жаріков [та ін.] // Вісник проблем біології і медицини. – 2014. – Вип. 2, Том 3 (109). – С. 94-97.
2. Запорожан В.М. Взаємозв'язок мотивації досягнень та успіхів у навчанні у студентів медичного факультету / В.М. Запорожан, Л.Р. Нікогосян, К.В. Аймедов // Медична освіта. – 2011. – № 2. – С. 108-113.
3. Мазепа Х. Особливості професійно-педагогічної підготовки медичних працівників / Х. Мазепа // Вісник Львів. Ун-ту. – Серія педаг. – 2009. – Вип. 25, ч. 3. – С. 191-196.
4. Свінцицька Н.Л. Вплив наукових досліджень викладача на формування сучасного лікаря / Н.Л. Свінцицька, О.О. Шерстюк, В.О. Рогуля [та ін.] // Мат. навчально-наукової конференції з міжнародною участю «Основні напрями удосконалення підготовки медичних кадрів у сучасних умовах» 26 березня 2015р. м. Полтава. – Полтава, 2015. – С. 213-214.
5. Свінцицька Н.Л. Шляхи підвищення ефективності навчального процесу з анатомії людини / Н.Л. Свінцицька // Вісник проблем біології і медицини. – 2014. – Вип. 2, Том 3 (109). – С. 101-104.
6. Joyner B. Teaching Medical Students using Role-Play: Twelve Tips for Successful Role-Plays / B. Joyner // Medical Teacher. – 2006. – 28 (3). – P. 225-229.
7. Klemperer G. The Elements of Clinical Diagnosis Charleston / G. Klemperer // SC : Nabu Press. – 2010. – 254 p.
8. Savery John R. Overview of Problem-based Learning: Definitions and Distinctions / R. John Savery // The Interdisciplinary Journal of Problem-based Learning (IJPBL). – 2006. – N. 1 (1). – P. 9-20.

### **References**

1. Dovhal' H.V. Shlyakhy pokrashchennya uspishnosti studentiv fundamental'nykh kafedr medychnykh vuziv na prykladi kafedry anatomiyi lyudyny / H.V. Dovhal', O.O. Nef'odova, M.YU. Zharikov [ta in.] // Visnyk problem biolohiyi i medytsyny. – 2014. – Vyp. 2, Tom 3 (109). – S. 94-97.
2. Zaporozhan V.M. Vzayemoz'v'yazok motyvatsiyi dosyahen` ta uspihkiv u navchanni u studentiv medychnoho fakul'tetu / V.M. Zaporozhan, L.R. Nikohosyan, K.V. Ayumedov // Medychna osvita. – 2011. – № 2. – S. 108-113.
3. Mazepa KH. Osoblyvosti profesiyno-pedahohichnoyi pidhotovky medychnykh pratsivnykiv / KH. Mazepa // Visnyk L'viv. Un-tu. – Seriya pedah. – 2009. – Vyp. 25, ch. 3. – S. 191-196.
4. Svintsyts'ka N.L. Vplyv naukovykh doslidzhen` vykladacha na formuvannya suchasnoho likarya / N.L. Svintsyts'ka, O.O. Sherstyuk, V.O. Rohulya [ta in.] // Mat. Navchal'no-naukovoyi konferentsiyi z mizhnarodnoyu uchastyu «Osnovni napryamky udoskonalennya pidhotovky medychnykh kadriv u suchasnykh umovakh» 26 bereznya 2015r. m. Poltava. – Poltava, 2015. – S. 213-214.
5. Svintsyts'ka N.L. Shlyakhy pidvyshchennya efektyvnosti navchal'noho protsesu z anatomiyi lyudyny / N.L. Svintsyts'ka // Visnyk problem biolohiyi i medytsyny. – 2014. – Vyp. 2, Tom 3 (109). – S. 101-104.
6. Joyner B. Teaching Medical Students using Role-Play: Twelve Tips for Successful Role-Plays / B. Joyner // Medical Teacher. – 2006. – 28 (3). – P. 225-229.
7. Klemperer G. The Elements of Clinical Diagnosis Charleston / G. Klemperer // SC : Nabu Press. – 2010. – 254 p.
8. Savery John R. Overview of Problem-based Learning: Definitions and Distinctions / R. John Savery // The Interdisciplinary Journal of Problem-based Learning (IJPBL). – 2006. – N. 1 (1). – P. 9-20.

### **Реферат**

РАБОТА В СТУДЕНЧЕСКОМ НАУЧНОМ ОБЩЕСТВЕ – ПЕРВОЕ ЗВЕНО В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ СОВРЕМЕННОГО ВРАЧА

Свинцицкая Н.Л., Шерстюк О.А., Устенко Р.Л., Рогуля В.А., Пилюгин А.В., Билаш В.П.

Ключевые слова: образование в высших медицинских заведениях, студенческое научное общество, формирование клинического мышления, анатомия, морфология.

В данной статье рассмотрены вопросы относительно необходимости поиска новых форм и методов, способствующих развитию творческих способностей студентов и формированию у них клинического мышления. Доказано, что привлечение будущих специалистов к работе в студенческом научном кружке развивает у студентов самостоятельный и креативный подход к изучению дисциплины, максимально удовлетворяет их потребность в самосовершенствовании, самодисциплине и самообучении, учит работать в команде. Поэтому важнейшей задачей перед каждым преподавателем является установление и налаживание педагогического и психологического контактов со студентами. Наблюдается повышение интереса к изучению дисциплины «Анатомия человека» у студентов после того, как на заседаниях студенческого научно-исследовательского кружка они могут видеть работы своих однокурсников, прослушать методику изготовления анатомических препаратов, об их научной, учебной и практической ценности.

**Summary**

PARTICIPATION IN STUDENTS' SCIENTIFIC SOCIETY AS THE FIRST STEP IN UP-TO-DATE HEALTHCARE PROFESSIONAL CAREER

Svintsitska N.L., Sherstiuk O.A., Ustenko R.L., Rogulia V.A., Pilyugin A.V., Bilash V.P.

Key words: instruction in higher medical schools, students' scientific society, development of clinical thinking, anatomy, morphology.

This article focuses on the necessity to find new approaches and methods to promote the development of students' creative abilities and their clinical thinking. It has been proven that the engagement of future professionals into the students' scientific circle activities encourages students' independent and creative approach to the learning, as much as possible satisfies their need for self-improvement, self-discipline and self-learning, teaches them to work as team players. Therefore, the most important task for each teacher is to establish pedagogical and psychological connections with the students. There has been increasing interest in learning the course of Human Anatomy after students saw the research presentations of their group mates, got to know more about techniques of anatomical specimen preparations, about their scientific, educational and practical value.

УДК 618.2–055.26–056.5:615.874

**Тарасенко К.В., Громова А.М., Нестеренко Л.А., Мамонтова Т.В.**

**РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ВАГІТНИХ З НАДМІРНОЮ ВАГОЮ ТІЛА  
ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

*Мета даної роботи – визначити роль раціонального харчування вагітних жінок з ожирінням як складового компонента здорового способу життя у попередженні негативних наслідків ожиріння. В статті висвітлені головні принципи раціонального харчування вагітних жінок з ожирінням у поєднанні з фізичною активністю, які є високоефективними методами немедикаментозної корекції маси тіла та забезпечують підтримання здоров'я матері та її майбутньої дитини. Підкреслюється значення безперервної корекції харчового раціону впродовж всього життя пацієнтам з надмірною масою тіла. Для досягнення ефективності лікування та попередження акушерських ускладнень у вагітних з ожирінням необхідний комплексний підхід, основу якого складає сполучення збалансованого харчування, модифікація способу життя та всебічний лікарський контроль і самоконтроль над надлишковою масою тіла.*

Ключові слова: маса тіла, ожиріння, вагітність, раціональне харчування, фізична активність, профілактика акушерських ускладнень

*Робота є фрагментом ініціативної НДР «Вивчення патогенетичних механізмів виникнення захворювань репродуктивної системи у жінок, розробка методів удосконалення їх профілактики, консервативного та оперативного лікування і реабілітації» (№ державної реєстрації - 0112U002900).*

Здоров'я народу – інтегрований показник його суспільного розвитку, важливою складовою якого є репродуктивне здоров'я населення. В Україні наявна кризова демографічна ситуація та незадовільний стан відтворення населення [1].

Ожиріння є однією з найбільш пріоритетних проблем сучасної медицини, до якої прикована увага широкого кола спеціалістів – кардіологів, ендокринологів, терапевтів, а також акушерів-гінекологів. Це пов'язано з широким розповсюдженням і тяжкими наслідками метаболічних порушень у пацієнтів з ожирінням.

В Україні не менше 30% працездатного населення має надмірну масу тіла і 25% – ожиріння, при цьому аліментарно-конституційне складає майже 95% [2].

Мета даної роботи – визначити роль раціонального харчування вагітних жінок з ожирінням як складового компонента здорового способу життя у попередженні негативних наслідків ожиріння.

Надлишкова маса тіла (НМТ) є одним з найважливіших факторів ризику серцево-

судинних захворювань та порушень функції репродуктивної системи. НМТ поєднана з порушенням ліпідного і вуглеводного обміну, артеріальною гіпертензією, що може несприятливо впливати на організм матері і плоду.

Важливим компонентом здорового способу життя є характер харчування. Найбільш відповідальними чинниками розвитку НМТ та ожиріння є нераціональне харчування та знижена фізична активність (гіподинамія). Більшість населення споживають підвищену кількість тваринних жирів, рафінованих вуглеводів (солодоці) та недостатньо споживають овочів і фруктів. До того ж в харчовому раціоні переважають продукти харчування промислового виробництва. Споживання висококалорійних і мало поживних продуктів та напоїв («їжа-сміття») і є головними чинниками ризику НМТ та ожиріння.

Раціональне харчування, адаптоване до особливостей патогенезу, клінічного перебігу, рівня і характеру метаболічних порушень, є важливим лікувальним фактором, що володіє