количество эмоций, внимания и сочувствия в сторону пациента и, в том числе, найти силы и желание для предупреждения граждан о правилах поведения и этики, принимая их за само собой разумеющееся, данное.

Это и становится отправной точкой возникновения недовольства и жалоб со стороны посетителей, которые упрекают медицинских работников в равнодушии и бестактности, приводя к ответному формированию халатного и безнравственного поведения, которое, в свою очередь, тянет за собой цепочку последствий, представляющих собой нарушения собственного и чужого покоя, вплоть до осложнений у пациентов, проходящих лечение, либо обратившихся за помощью и консультацией. Всё вышеперечисленное играет значительную роль в рассматриваемой нами проблеме о несоблюдении гражданами правил, установленных на территории лечебно-профилактических учреждений.

***

1. Гусейнов А. А. Этика // Новая философская энциклопедия / Ин-т философии РАН; Нац. обществ.-науч. фонд; Предс. научно-ред. совета В. С. Стёпин, заместители предс.: А. А. Гусейнов, Г. Ю. Семигин, уч. секр. А. П. Огурцов. — 2-е изд., испр. и допол. — М.: Мысль, 2010. — ISBN 978-5-244-01115-9.)
2. Брико Н. И., Зуева Л. П., Покровский В. И. и др.: Эпидемиология: Учебник. Т.1. — М.: ООО «Издательство «Медицинское информационное агентство», 2013. — 832 с.
3. Ермолаева Е.В., Павлова Л.А. Медицинская профессия: требования современного общества // Общество и здоровье: современное состояние и тенденции развития. М., 2013. С. 369-375
4. Всемирная организация здравоохранения. Устав ВОЗ. Всемирная организация здравоохранения. Дата обращения: 23.05.2021.

Бачал Д.В., Бирюкова Н.В.

**Культура питания и гигиенического поведения среди подростков, их роль в
появлении акне**

*ФГАОУ ВО Первый МГМУ имени И.М. Сеченова Минздрава России (Сеченовский
Университет)
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-06-2021-02

Аннотация

В процессе изучения научной литературы и патентной документации была выявлена актуальная в настоящее время проблемы питания и гигиенического поведения среди подростков, являющееся приоритетной проблемой при возникновении распространенного заболевания – акне.

Ключевые слова: акне, угревая болезнь, диета.

Abstract

In the process of studying scientific literature and patent documentation, the global of the problem of nutrition and hygienic behavior among adolescents was revealed, on the basis of which a common disease arises - acne.

Keywords: acne, acne disease, diet.

Актуальность

Акне – это очень распространенное поражение кожи, которое влияет на качество жизни, даже легкие формы акне могут вызвать тяжелые психологические проблемы. Люди с угревой болезнью имеют чувство неполноценности, склонны к депрессиям и раздражительны; особенно ярко эти симптомы проявляются у детей в подростковом возрасте, когда отношение к своей внешности очень критично, поэтому проблема

данной болезни социально значима и распространена в обществе. Она встречается у 85% юношей и девушек в возрастной категории от 12 до 24 лет, у 10% сохраняется до 45 лет [1].

Данная проблема была актуальна и в прошлом, ещё древнегреческие врачи распознавали это заболевание. Аристотель и Гиппократ в своих трудах подробно описывают симптомы, не оставляя сомнений о распространенности акне. Со времен Римской империи появляются первые сообщения об использовании каких-либо лекарственных средств. Предполагалось, что, использовав серу, горячие ванны и минеральную воду можно очистить кожу. В Древнем Египте для лечебных и косметических целей широко использовались пилинги. На протяжении веков, как метод лечения, была распространена диета с исключением самых разных продуктов.

Целью данной работы является изучение научной литературы и патентной документации, позволяющей оценить роль питания и гигиены подростков в развитии акне.

Материалы и методы: для достижения поставленной цели использовался мониторинг научных статей, контент-анализ, структурно-логический, сравнительный и системный методы.

Результаты и обсуждения

На развитие угревой болезни влияет состояние ЖКТ (желудочно – кишечного тракта). У 50–70% пациентов с акне были выявлены клинические и гистологические признаки гастрита, у 60% — дисбактериоз, у 30% — патологические состояния слизистой оболочки тощей кишки. Была установлена зависимость локализации высыпаний от поражения желудочно-кишечного тракта [5]:

Как в России, так и за рубежом одного мнения у экспертов о влиянии диеты на состояние больных акне нет. Некоторые утверждают, что есть убедительные доказательства того, что диета может усугубить угревую сыпь, а для других исследователей это не так достоверно и доказательно. Эта область весьма противоречива. Есть эксперты, которые полагают, что три основных класса продуктов питания - углеводы, молоко и другие молочные продукты и насыщенные жиры, в том числе транс-жиры, а также дефицит полиненасыщенных омега-3 жирных кислот связаны с появлением и распространением прыщей [2]. Считают, что пациенты должны сбалансировать общее потребление калорий и ограничить молоко, молочные продукты, содержащие лейцин продукты, шоколад, легко усваиваемые углеводы, продукты с

высоким гликемическим индексом, насыщенные жиры и транс – жиры, белковые добавки. Они рекомендуют диету, обогащенную овощами и рыбой [3, 4].

Пациенты с акне чаще всего страдают еще и жирностью кожи, вследствие чего увлажнение, как правило, не требуется, но безмасляный солнцезащитный крем является обязательным требованием, потому что солнечный ожог может вызывать отек эпидермиса и распространение прыщей. Разрешен безмасляный макияж, однако чрезмерные объемы солнцезащитного крема и макияжа будут усугублять прыщи. Запрещено выдавливание прыщей, поскольку это приводит к разрыву фолликула и более сильному узловому воспалению угревой сыпи [6].

В результате исследования «Воронежского государственного медицинского университета им. Н.Н. Бурденко», в котором участвовали 250 учеников 7-11 классов в возрасте от 12 до 16 лет, было выявлено, что:

- 1) Примерно 25% исследуемых имели легкую степень тяжести заболевания, а среднюю и тяжелую степень составляли 65% учеников.
- 2) 85% испытуемых либо занимаются самолечением по рекомендации знакомых или фармацевтов в аптеке, многие используют информацию по лечению из рекламных роликов и сайтов в интернете, либо не проводят никакую терапию вообще.
- 3) 75% не считают высыпания на коже заболеванием, требующим медицинского вмешательства.
- 4) За профессиональной помощью обращались только 27% испытуемых, из которых: к дерматологу - 4%, к педиатру - 2%, к дипломированному врачу-косметологу - 9%, к косметологу в салонах красоты - 12%.
- 5) У 92% учащихся имеются комплексы из-за проблемных кожных покровов на лице, шее, спине; они испытывают психоэмоциональный дискомфорт в знакомстве и общении со сверстниками противоположного пола.
- 6) 98% исследуемых хотели бы получить профессиональную консультацию и 95% получить качественное лечение специалиста.
- 7) 95% учащихся в качестве профилактики рассматривали личную гигиену, использование косметических средств, правильное питание; 5% затруднились ответить [7].

Вывод

Анализ научной литературы показал, что проблема-акне является крайне актуальной, однако подростки мало осведомлены в данной теме. Необходимо проведение консультаций для ознакомления с болезнью, составления диеты правильного питания и соблюдения гигиены.

***

1. Бурцева Г. Н., Совершенствование терапии акне на основе клинко-микробиологического исследования. Диссертация, Москва. 2019 год.
2. Melnik B.C. Linking diet to acne metabolomics, inflammation and comedogenesis: Anupdate // Clin Cosmet Investig Dermatol. – 2015. – №8. – P. 371–388
3. Kucharska A, Szmurło A, Sińska B. Significance of diet in treated and untreated acne vulgaris // Postepy Dermatol Alergol. – 2016. – №33 (2). – P. 81–86
4. Альбанова В.И., Новое в диете и медикаментозном лечении акне.// Клиника «Спектра», Москва. Статья в журнале - материалы конференции. Номер: S3 Год: 2018 Стр. 6
5. Тажимова Л.Я., Мадрахимов Б.С., Современные методы терапии акне и его коррекция с учетом антибиотикорезистентности у больных с угревой болезнью, Ташкентская Медицинская Академия. 2019, № 30 – Стр. 3-8
6. Kurt Gebauer. Acne in adolescents // Australian family physician. – 2017. – №46 (12). – P. 892-895.
7. Голикова Л.О., Acne vulgaris: превентивные стратегии в России, Германии и других странах/ Л.О.Голикова, В.П. Косолапов, Д.А. Повалюхина// International Journal of Humanities and Natural Sciences, vol. 7-3 (46), 2020 DOI: 10.24411/2500-1000-2020-10805