

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЧЕРКАСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ТЕХНОЛОГІЙ, БУДІВНИЦТВА ТА РАЦІОНАЛЬНОГО  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ  
КАФЕДРА ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Люблінської політехніка  
Словацький аграрний університет  
Ліонська ветеринарна школа  
Академія технічних наук України  
Інститут продовольчих ресурсів НААН  
Національний університет харчових технологій  
Тернопільський національний технічний університет ім. Івана Пулюя  
Таврійський державний агротехнологічний університет ім. Дмитра  
Моторного  
Національний університет біоресурсів та природокористування України

**МАТЕРІАЛИ  
ДЕВ'ЯТОЇ МІЖНАРОДНОЇ**

**НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
«ІНТЕГРАЦІЙНІ ТА ІННОВАЦІЙНІ  
НАПРЯМКИ РОЗВИТКУ ХАРЧОВОЇ ІНДУСТРІЇ»**

*18 – 19 листопада 2025 року, м. Черкаси*



Черкаси 2025

УДК  
664.013.22:330.341.1](063)  
ББК 65.304.25-4я431  
МЗ4

*Затверджено Вченою радою  
Черкаського державного  
технологічного університету,  
протокол № 7 від 15.12.2025 р.*

**Відповідальний за випуск:**  
Батраченко О. В.

<sup>МЗ4</sup> Матеріали дев'ятої міжнародної науково-практичної конференції «Інтеграційні та інноваційні напрямки розвитку харчової індустрії». 18-19 листопада 2025 р., м.Черкаси – Ч.:ЧДТУ, 2025 р. — 171 с.

Розглянуто актуальні економічні, екологічні, та історичні питання в напрямку розвитку харчової індустрії. Проаналізовано проблеми інтеграції України в світовий економічний простір, перспективи та тенденції розвитку харчової промисловості в Україні. Розкрито інноваційні шляхи розвитку в індустрії харчування України і світу, розвит функціонального харчування, як здорового способу життя, інноваційні методи контролю в технології харчових виробництв.

Для науковців, студентів, аспірантів та фахівців галузі.

УДК 664.013.22:330.341.1](063)  
ББК 65.304.25-4я431

© Авторські тексти, 2025

## ЗМІСТ

### СЕКЦІЯ 1 НОВІТНІ ПІДХОДИ ТА ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ХАРЧОВІЙ ІНДУСТРІЇ

*Koval M.G.*

PROPERTIES OF WATER FOR USE IN FOOD TECHNOLOGIES

..... 11

*Starynets O. A., Shestel O. G.*

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF THE SLOW FOOD MOVEMENT  
IN CHERKASY REGION .....

14

*Tkachenko O. V.*

EXPANSION OF THE RANGE OF SOUPS AND PURE SOUPS .....

16

*Батраченко О. В., Тодоров М. А., Грабова І. О.*

РОЗРОБКА НОВИХ КОВБАСНИХ ВИРОБІВ ЗІ ЗМЕНШЕНИМ ТЕРМІНОМ  
СУШІННЯ ІЗ УРАХУВАННЯМ ПОКАЗНИКІВ БЕЗПЕЧНОСТІ ТА  
ІНТЕРАКТИВНОГО ХАРЧОВОГО ДИЗАЙНУ .....

18

*Батраченко О. В., Орел В. В.*

В УЛЬТРАЗВУКОВЕ МАРИНУВАННЯ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ МЕТОД  
ІНТЕНСИФІКАЦІЇ ОБРОБКИ М'ЯСНОЇ СИРОВИНИ .....

19

*Бишовець Л. Г., Горденко А. Ю., Кравченко А. В.*

ВИКОРИСТАННЯ ТОПНАМБУРА В ТЕХНОЛОГІЇ РЕСТОРАННОЇ  
ПРОДУКЦІЇ .....

20

*Бишовець Л. Г., Оліферчук О. Г.*

ІННОВАЦІЙНІ СПОСОБИ УПАКУВАННЯ ХАРЧОВОЇ ПРОДУКЦІЇ .....

23

*Білецька О. С., Осипенкова І. І., Куриленко Ю. М.*

РОЗРОБЛЕННЯ МУЛЬТИНУТРИЄНТНИХ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ НАПОЇВ НА  
ОСНОВІ РОСЛИННИХ БІОКОМПЛЕКСІВ.....

26

*Бондар Б. С., Неміріч О. В., Кузьмін О. В., Дударев І. М., Литовченко О. М.*

ІННОВАЦІЙНІ СУХІ ПРОТЕЇНОВО-ВІТАМІННІ СУМІШІ ДЛЯ НАПОЇВ  
СПЕЦІАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ .....

28

<b><i>Вербицький С. Б., Пацера Н. М., Вербова О. В., Козаченко О.Б.</i></b> ПЕРСПЕКТИВИ УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ НОРМАТИВНИХ ДОКУМЕНТІВ НА ОБЛАДНАННЯ ХАРЧОВОЇ ГАЛУЗІ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЙОГО ВІДПОВІДНОСТІ НОРМАМ ЄС .....	31
<b><i>Вечірко Т. О., Осипенкова І. І.</i></b> РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ЛІКЕРО-ГОРІЛЧАНИХ НАПОЇВ НА ОСНОВІ ТРАДИЦІЙНИХ УКРАЇНСЬКИХ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН .....	34
<b><i>Герман І. В., Книш М.</i></b> ЗБАГАЧЕННЯ ХЛІБА БОРОШНОМ З НАСІННЯ ЛЬОНУ ЯК СПОСІБ ПІДВИЩЕННЯ ХАРЧОВОЇ ЦІННОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ПРОДУКТУ	36
<b><i>Грисюк В. І.</i></b> УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА КРАФТОВОГО РОЗСІЛЬНОГО СИРУ З РОСЛИННИМИ ІНГРЕДІЄНТАМИ .....	38
<b><i>Дейниченко Г. В., Дмитревський Д. В., Гончар Д. О.</i></b> ПЕРСПЕКТИВИ ЗАСТОСУВАННЯ МЕМБРАННИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСАХ ОЧИЩЕННЯ ТА КОНЦЕНТРУВАННЯ ФРУКТОВИХ СОКІВ.	40
<b><i>Дмитренко О. С.</i></b> УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА КРАФТОВОГО ПЕЧІНКОВОГО ПАШТЕТУ З ДОДАВАННЯМ КИСЛОМОЛОЧНОГО СИРУ .....	44
<b><i>Дорошко Д. Р.</i></b> НАУКОВЕ ОБГРУНТУВАННЯ ТА РОЗРОБЛЕННЯ ІННОВАЦІЙНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ВИГОТОВЛЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ ХАРЧУВАННЯ ПОРАНЕНИХ НА ЕТАПАХ ЇХ МЕДИЧНОЇ ЕВАКУАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ .....	47
<b><i>Драчук І. О.</i></b> ОБГРУНТУВАННЯ МЕТОДИКИ ЗАСТОСУВАННЯ УЛЬТРАЗВУКОВОЇ КАВІТАЦІЙНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ДЛЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЦЕСІВ ДИСПЕРГУВАННЯ ЕМУЛЬСІЇ.....	49

**Дужук М. О.**

РАЦІОНАЛЬНЕ ВИКОРИСТАННЯ ДИНИ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА ПРОДУКТІВ  
ТРИВАЛОГО ЗБЕРІГАННЯ В УКРАЇНІ ..... 52

**Єгорова О. В., Маценко Б. В.**

ОЦІНКА ВПЛИВУ ТЕХНОГЕННОГО ЗАБРУДНЕННЯ НА ЯКІСТЬ ТА  
БЕЗПЕКУ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ ..... 55

**Івашина Л. Л., Хандусь С. О.**

ВИКОРИСТАННЯ АКВАФАБИ У ТЕХНОЛОГІЇ РЕСТОРАННОЇ ПРОДУКЦІЇ  
..... 57

**Ісаєнко О. В., Чепурна О. Л.**

ВИНОГРАДНІ ВИЧАВКИ - ПОТЕНЦІЙНИЙ ІНГРЕДІЄНТ ХАРЧОВИХ  
ПРОДУКТІВ ..... 59

**Кікоть В. В., Андронович Г. М.**

ВПЛИВ КОМБІНОВАНОГО ВИКОРИСТАННЯ ЗЕЛЕНОГО ЧАЮ ТА  
ГУАРАНИ НА РІВЕНЬ КОФЕЇНУ ТА АНТИОКСИДАНТНУ АКТИВНІСТЬ  
ЕНЕРГЕТИЧНИХ НАПОЇВ НОВОГО ПОКОЛІННЯ ..... 61

**Ковальов О.О., Крестов В.Г., Тимчура А.О.**

АНАЛІЗ ЕКОНОМІЧНИХ ЗБИТКІВ ВІД РУЙНУВАННЯ ДАМБИ  
КАХОВСЬКОЇ ГЕС ..... 64

**Ковальов О.О., Паляничка Н.О., Марченко О.**

АНАЛІЗ ПРИКЛАДНИХ ЗАВДАНЬ, ЯКІ МОЖЛИВО ВИРІШИТИ ПРИ  
ВИКОРИСТАННІ ПОНОВЛЮВАНИХ ДЖЕРЕЛ ЕНЕРГІЇ НЕВЕЛИКОЇ  
ПОТУЖНОСТІ ..... 67

**Ковальов О.О., Паляничка Н.О.**

ВИКОРИСТАННЯ КОМБІНОВАНИХ МАТЕРІАЛІВ ЯК ПЕРСПЕКТИВНИЙ  
ТРЕНД У ПАКУВАЛЬНІЙ ТАРІ..... 69

**Козаченко А. В., Сухенко В. Ю., Чепурна О. Л.**

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВОГО ЕТАНОЛУ З  
ТОПНАМБУРА ЯК АЛЬТЕРНАТИВНОЇ СИРОВИНИ ..... 71

**Куракін О. Б.**

АКТУАЛЬНІ СПОСОБИ ПОЛІПШЕННЯ СПОЖИВЧИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ  
БОРОШНЯНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ..... 74

<b>Куракін О. Б., Кобелєва О. А.</b> ПОКРАЩЕННЯ СПОЖИВЧИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ БІСКВІТНИХ ВИРОБІВ .....	76
<b>Куренний А. М.</b> АНАЛІЗ СИРОВИННОЇ БАЗИ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА БЕЗГЛЮТЕНОВИХ ВАРЕНИКІВ .....	79
<b>Кучеренко О. С.</b> ПРИРОДНІ ПОЛІСАХАРИДИ У ЗБЕРЕЖЕННІ ЗЕРНОВИХ: РОЛЬ ХІТОЗАНУ У КОНТРОЛІ МІКОТОКСИГЕННИХ ГРИБІВ .....	81
<b>Ленець І. А., Осипенкова І. І.</b> РОЛЬ ЯКОСТІ ВОДИ У ФОРМУВАННІ СМАКУ ТА АРОМАТУ ЛІКЕРО- ГОРІЛЧАНИХ НАПОЇВ .....	83
<b>Моторний Б. Б.</b> БЕЗАЛКОГОЛЬНИЙ НАПІЙ З НУТУ .....	84
<b>Наконечний Н. І., Сай В. А.</b> АСОРТИМЕНТ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА ЯГІДНИХ СИРОПІВ.....	86
<b>Ніколайчук Р. О., Сай В. А.</b> РОСЛИННІ ДОБАВКИ ДЛЯ ХЛІБОБУЛОЧНИХ ВИРОБІВ .....	87
<b>Новгородський О. В.</b> ОЛЕОГЕЛІ У МОДИФІКАЦІЇ ЖИРОВОЇ ФАЗИ М'ЯСНИХ ПРОДУКТІВ ...	89
<b>Овчаренко В. А., Стукальська Н. М.</b> ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА ДЕСЕРТІВ .....	90
<b>Осипенкова І. І., Куриленко Ю. М.</b> СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ У ВИКОРИСТАННІ ПАКУВАЛЬНИХ МАТЕРІАЛІВ У МОЛОЧНІЙ ГАЛУЗІ .....	93
<b>Паляничка Н. О., Ковальов О. О., Червоткіна О. О.</b> ПЕРЕВАГИ ЗАСТОСУВАННЯ ГОМОГЕНІЗАЦІЇ У ВИРОБНИЦТВІ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ .....	95
<b>Панасюк С. Г., Маслош І. В.</b> ВПЛИВ ЯЄЧНИХ ПРОДУКТІВ НА ПОКАЗНИКИ ЯКОСТІ МАКАРОННИХ ВИРОБІВ .....	98

<b>Панасюк С. Г., Шаран Б. А.</b> ПОЛІПШЕННЯ ОРГАНОЛЕПТИЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ МАКАРОННИХ ВИРОБІВ НА ОСНОВІ ЦІЛЬНОЗЕРНОВОГО БОРОШНА .....	100
<b>Потайчук В. О.,</b> ВИКОРИСТАННЯ ОБЛАДНАННЯ HOP GUN У ВИРОБНИЦТВІ ПИВА .....	102
<b>Поштаренко Д. Г., Осипенкова І. І.</b> ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МОДИФІКОВАНИХ КРОХМАЛІВ НА ЯКІСТЬ ГОРІЛЧАНИХ ВИРОБІВ .....	103
<b>Ребенок Є. В., Андронович Г. М.</b> ПІДВИЩЕННЯ ХАРЧОВОЇ ЦІННОСТІ ХЛІБОБУЛОЧНИХ ВИРОБІВ ШЛЯХОМ ВВЕДЕННЯ НАСІННЯ ЧІА.....	105
<b>Сараненко О. С., Чепурна О. Л.</b> ВИКОРИСТАННЯ НАТУРАЛЬНИХ ПРЯНО-АРОМАТИЧНИХ ЕКСТРАКТІВ У СТВОРЕННІ НАПОЇВ НОВОГО ПОКОЛІННЯ.....	107
<b>Сіненко В. О.</b> УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ КРАФТОВИХ ГРИЛЬЯЖНИХ ЦУКЕРОК З НАСІННЯМ ОЛІЙНИХ КУЛЬТУР.....	110
<b>Солодовник Т. В.</b> ДЕЦЕНТРАЛІЗОВАНЕ ВОДОПОСТАЧАННЯ У МАЛОТОНАЖНИХ ХАРЧОВИХ ВИРОБНИЦТВАХ .....	112
<b>Сухенко Є. В., Авдєєва Л. Ю., Сухенко В. Ю.</b> ПРОПОЛІС - НАТУРАЛЬНИЙ КОНСЕРВАНТ ДЛЯ ПРОДОВЖЕННЯ СТРОКІВ ЗБЕРІГАННЯ КОВБАСНИХ ВИРОБІВ .....	113
<b>Теплоухова Н. К., Захаров В. В., Корецька І. Л.</b> ІННОВАЦІЙНІ ВЕГАНСЬКІ СОУСИ ДЛЯ СУЧАСНОЇ КУХНІ .....	115
<b>Труба А. А., Осипенкова І. І.</b> РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ХОЛОДНОГО КАВОВОГО НАПОЮ З ВИКОРИСТАННЯМ НЕТРАДИЦІЙНОЇ СИРОВИНИ.....	117
<b>Цісар О. В.</b> ВПЛИВ СПОСОБУ ЕКСТРАГУВАННЯ ТРАВ НА ЯКІСТЬ КРАФТОВИХ САЛАТНИХ ЗАПРАВОК.....	118

<b>Чепурна О. Л.</b> МОДИФІКОВАНІ КРОХМАЛИ В М'ЯСНИХ ВИРОБАХ .....	122
<b>Філіппова О. Ю., Волинець А. В., Корюкова К. В.</b> SMART-SNACKS: ПЕРЕКУСИ З КОНТРОЛЬОВАНИМ ВМІСТОМ КАЛОРІЙ І ВІТАМІНІВ.....	123
<b>Філіппова О. Ю., Деньгуб А. Д., Мулик К. В.</b> СНІДАНКИ МАЙБУТНЬОГО: БІЛКОВІ БАТОНЧИКИ, РОСЛИННІ ЙОГУРТИ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНІ СМУЗІ.....	126
<b>Філіппова О. Ю., Лебедь М. С., Кочерга М. Д.</b> СПИРУЛІНА ТА МОРСЬКІ ВИНОГРАДНІ ВОДОРОСТІ ЯК НОВИЙ СУПЕРФУД 2025 РОКУ .....	129
<b>Філіппова О. Ю., Яловий А. В., Борчан К. О.</b> ВПЛИВ НОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПОДАЧІ СТРАВ ДЛЯ СПРИЙНЯТТЯ СМАКУ ТА АПЕТИТУ .....	131
<b>Хоменко О. М., Єгорова О. В., Кізко Я. Р.</b> СУЧАСНІ МЕТОДИ ОЧИЩЕННЯ СТІЧНИХ ВОД М'ЯСОПЕРЕРОБНИХ ПІДПРИЄМСТВ .....	134
<b>Шемет В. Я., Кузьмінський М. А.</b> РОСЛИННІ ДОБАВКИ У ТЕХНОЛОГІЇ М'ЯСНИХ ПРОДУКТІВ З ІНДИЧКИ .....	137

## СЕКЦІЯ 2 СУЧАСНІ АСПЕКТИ БЕЗПЕЧНОГО ТА ОЗДОРОВОЧОГО ХАРЧУВАННЯ

<b>Кандиба П. О.</b> ПЕРЕГЛЯД СТАРИХ І НОВИХ ПІДХОДІВ У СПОРТИВНОМУ ХАРЧУВАННІ: ВІД МАКРОНУТРІЄНТІВ ДО ТЕХНОЛОГІЙ МАЙБУТНЬОГО .....	141
<b>Кандиба П. О.</b> ТЕХНОЛОГІЇ «ОМІКС» ТА НОСИМІ ПРИСТРОЇ ЯК ІНСТРУМЕНТИ ЗБОРУ ДАНИХ І АДАПТАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ.....	142

<b>Матусевич А. М.</b> ВПЛИВ БІОЛОГІЧНИХ ДОБАВОК НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СПОРТСМЕНІВ .....	144
<b>Матусевич А. М.</b> ЗАБОРОНЕНІ СУБСТАНЦІЇ У СПОРТІ.....	146
<b>Онопрієнко О. В., Винник В. Д.</b> КОНЦЕПЦІЯ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ .....	149
<b>Онопрієнко О. В.</b> ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА.....	151
<b>Онопрієнко О. В.</b> ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ.....	154
<b>Субота В. В.</b> ВПЛИВ ІННОВАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ НА РОЗВИТОК СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ .....	157
<b>Субота В. В.</b> ВПЛИВ СПОРТИВНОГО ХАРЧУВАННЯ НА ДИНАМІКУ РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ-СПОРТСМЕНІВ .....	160
<b>Субота В. В.</b> КОНТРОЛЬ ЯКОСТІ ТА БЕЗПЕКИ СПОРТИВНОГО ХАРЧУВАННЯ.....	162
<b>Субота В. В.</b> ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧУВАННЯ СПОРТСМЕНА У ВІДНОВЛЮВАЛЬНИЙ ПЕРІОД.....	164
<b>Субота В. В.</b> СПЕЦІАЛІЗОВАНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОДУКТІВ СУЧАСНОГО СПОРТИВНОГО ХАРЧУВАННЯ.....	167

3. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Спортивне харчування / О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко // Матеріали восьмої міжнародної науково-практичної конференції «Інтеграційні та інноваційні напрями розвитку харчової індустрії». — вид. ФОП Гордієнко Є.І., Черкаси, 2024. – С. 92-95.

4. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Різновиди та функції харчування у процесі життєдіяльності людини / Матеріали сьомої міжнародної науково-практичної конференції «Інтеграційні та інноваційні напрями розвитку харчової індустрії». 2-3 листопада 2023 р., м. Черкаси – Ч.:ЧДТУ, С.82-85.

5. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Харчові продукти, які на використовуються в дієтотерапії / Матеріали сьомої міжнародної науково-практичної конференції «Інтеграційні та інноваційні напрями розвитку харчової індустрії». 2-3 листопада 2023 р., м. Черкаси – Ч.:ЧДТУ, С.93-96.

6. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Роздільне харчування / Матеріали сьомої міжнародної науково-практичної конференції «Інтеграційні та інноваційні напрями розвитку харчової індустрії». 2-3 листопада 2023 р., м. Черкаси – Ч.:ЧДТУ, С.104-107.

УДК 616.3

## ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА

*Онопрієнко О. В., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я людини Черкаський державний технологічний університет*

Харчові отруєння є однією з найпоширеніших проблем громадського здоров'я у світі. Вони становлять серйозну загрозу для життя та здоров'я людини, впливаючи як на окремих осіб, так і на суспільство в цілому. Актуальність проблеми зумовлена широким розповсюдженням випадків отруєнь, недостатнім рівнем харчової гігієни, а також появою нових факторів ризику, пов'язаних зі змінами технологій зберігання, транспортування і приготування їжі [2,3].

Харчовими отруєннями називають такі захворювання людини, що передаються переважно через їжу. Основною причиною їхнього виникнення є вживання в їжу продуктів, що володіють шкідливою дією чи в результаті розвитку в них шкідливих мікроорганізмів, чи внаслідок змісту там різних токсичних речовин. У більшості випадків ці захворювання характеризуються коротким інкубаційним періодом і бурхливим протіканням з явною перевагою симптомів гострого отруєння. Однак вони можуть протікати і по типу хронічної інтоксикації.

Необхідно відзначити, що харчові отруєння найчастіше виникають раптово, нерідко захоплюючи значний контингент осіб, і, як правило, досить швидко загасають. Разом з тим вони можуть зосереджуватися в мікрорайоні

обслуговування визначеного харчового підприємства. Раптовість виникнення даних захворювань і тривожна симптоматика ріднять харчові отруєння з нещасливими випадками і непередбаченими катастрофами. Звідси впливають деякі особливості медичних заходів, що полягають у мобілізації лікарської допомоги для обслуговування дуже великої кількості потерпілих.

*Метою статті* є розгляд основних причин харчових отруєнь, їх клінічних проявів, шляхів профілактики та підвищення рівня харчової безпеки населення [2,3].

Під харчовими отруєннями розуміють *гострі порушення здоров'я*, що виникають після вживання їжі, яка містить токсичні речовини мікробного або немікробного походження. Основними ознаками є нудота, блювання, біль у животі, діарея, підвищення температури, слабкість.

Харчові отруєння поділяють на дві великі групи:

1. Мікробні (бактеріальні) – спричинені токсинами, які виробляються мікроорганізмами (сальмонели, стафілококи, клостридії тощо).

2. Немікробні (хімічні, природні) – спричинені отруйними грибами, рослинами, важкими металами, нітратами, пестицидами, або продуктами розкладу білків і жирів.

Харчові отруєння, як правило, мають гострий перебіг, проявляються через короткий проміжок часу після споживання зараженої їжі та характеризуються схожими симптомами – нудотою, блюванням, болем у животі, діареєю, підвищенням температури, загальною слабкістю.

Науково доведено, що до 80 % випадків харчових отруєнь зумовлено порушенням технологічних або санітарно-гігієнічних правил під час приготування, зберігання чи транспортування їжі.

До основних причин належать:

1. Недотримання температурного режиму при зберіганні продуктів, що призводить до розмноження патогенних мікроорганізмів.

2. Вживання зіпсованих або прострочених продуктів, особливо м'яса, риби, молока, кондитерських виробів із кремом.

3. Недостатня термічна обробка їжі (особливо м'яса, яєць, риби), що не забезпечує знищення бактерій.

4. Використання забрудненої води або крижаного льоду з недоброякісних джерел.

5. Порушення правил особистої гігієни під час приготування їжі, особливо немиті руки чи кухонний посуд.

6. Перехресне забруднення – перенесення мікроорганізмів із сирих продуктів на готові страви.

Крім того, небезпеку становлять домашні консерви, які при неправильному зберіганні можуть містити ботулотоксин – один із найсильніших біологічних отрут [4,5].

Серед факторів ризику також виділяють низький рівень санітарної освіти населення, відсутність належного контролю за дотриманням норм на підприємствах харчової промисловості та закладах громадського харчування.

*Найпоширеніші види харчових отруєнь:*

1. Сальмонельоз – бактеріальне отруєння, яке виникає після вживання м'яса, яєць або молока, заражених сальмонелою. Симптоми: біль у животі, гарячка, діарея, нудота.

2. Ботулізм – важка форма отруєння, спричинена токсинами бактерій *Clostridium botulinum*, що містяться в домашніх консервах, ковбасах, грибах. Характеризується порушенням зору, ковтання, дихання, можливим паралічем.

3. Стафілококове отруєння – виникає при споживанні продуктів, у яких розмножились стафілококи (кондитерські вироби, салати, молоко). Симптоми з'являються вже через 2–6 годин.

4. Отруєння грибами – пов'язане зі споживанням отруйних або неправильно приготованих грибів. Особливо небезпечними є бліда поганка, мухомор, сатанинський гриб.

5. Хімічні отруєння – можуть бути спричинені залишками пестицидів, нітратів, миючих засобів, свинцю, ртуті тощо.

Профілактичні заходи мають першочергове значення у боротьбі з харчовими інтоксикаціями. Науковці наголошують, що понад 70 % випадків харчових отруєнь можна запобігти шляхом дотримання простих правил гігієни.

*Основні принципи профілактики:*

1. Дотримання чистоти: ретельне миття рук перед їжею, очищення кухонних поверхонь, ножів, дощок.

2. Свіжість продуктів: уважна перевірка термінів придатності, зовнішнього вигляду, запаху.

3. Температурний режим: зберігання сирих продуктів при +2...+6 °С, готових страв – не довше 24 годин.

4. Достатня термічна обробка: кип'ятіння молока, ретельне прожарювання м'яса та риби.

5. Роздільне зберігання сирих і готових продуктів.

6. Безпечне консервування: суворе дотримання рецептури, стерилізація банок, перевірка герметичності.

Кожна людина має усвідомлювати власну відповідальність за безпеку харчування. Слід уникати вживання їжі з невідомих джерел, особливо на стихійних ринках, не зберігати готові страви при кімнатній температурі, не куштувати сумнівні гриби чи домашні консерви.

Важливою складовою профілактики є санітарно-освітня робота серед населення. Особи, які працюють у сфері харчування, повинні проходити медичні огляди, навчання з гігієни праці, мати санітарні книжки.

Також державний контроль за якістю харчових продуктів має здійснюватися через систему сертифікації, лабораторного аналізу, перевірок на рівні підприємств і торговельних мереж.

Проведений аналіз дає підстави зробити висновок, що профілактика харчових отруєнь базується на суворому дотриманні правил гігієни, належному контролі якості продуктів та підвищенні санітарної культури населення. Лише поєднання індивідуальної відповідальності споживачів і ефективного

державного контролю за безпечністю харчових продуктів може забезпечити зниження рівня харчових отруєнь та охорону здоров'я людей.

### **Список використаної літератури:**

1. Гребняк М.П. Дієтологія у термінах, схемах, таблицях, тестах: Навчальний посібник // Гребняк М.П., Щудро С.А., Таранов В.В., Головкова Т. А., Федорченко Р.А., Григоренко Л.В. - Дніпро: Акцент ПП, 2017. - 248 с.

2. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Концепція здорового харчування // матеріали третьої міжнародної науково-практичної конференції «Інтеграційні та інноваційні напрями розвитку харчової індустрії» 1 листопада 2019 року, м. Черкаси, Том I, С.89-91.

3. Основи фізіології та гігієни харчування: навчальний посібник [Електронний ресурс] / упоряд.: О.В. Онопрієнко, О.М. Онопрієнко ; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. ун-т. – Черкаси : ЧДТУ, 2021. – 138 с. – режим доступу: <http://elib.chdtu.edu.ua/e-books/4289>

4. Харчові отруєння. Профілактика : навч. - метод. посіб. до практичних занять та самостійної роботи студентів II та III курсів медичних факультетів з навчальної дисципліни «Гігієна та екологія» для спеціальності 222 «Медицина» / А. І. Севальнев, М. П. Гребняк, Р. А. Федорченко, А. В. Куцак, О. В. Кірсанова, Л. П. Шаравара, І. А. Соколовська, Ю. В. Волкова. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. – 106 с.

5. Ципріян. В.І. Гігієна харчування з основами нутріціології. підручник; У 2 кн. - К.: Медицина, Кн.1. 2007. - 528с.

УДК 613.2–378.14

## **ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ**

*Онопрієнко О. В., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я людини Черкаський державний технологічний університет*

Харчування є одним із найважливіших чинників, що визначає рівень здоров'я, працездатності та успішності молодої людини. Студентський вік – це період активного формування організму, інтенсивної розумової діяльності та значних енергетичних витрат. Саме тому раціональне харчування студентів має не лише фізіологічне, а й соціально-психологічне значення [1,3].

Студенти відносяться до професійно-вибіркової групи населення певної категорії. Вона належить до I групи фізичної активності – осіб розумової праці.

Організму студентів властиві особливості, обумовлені віком, впливом умов навчання та побуту.