

SCI-CONF.COM.UA

**SCIENTIFIC RESEARCH:
MODERN CHALLENGES
AND FUTURE PROSPECTS**



**PROCEEDINGS OF XI INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
JUNE 9-11, 2025**

**MUNICH
2025**

SCIENTIFIC RESEARCH: MODERN CHALLENGES AND FUTURE PROSPECTS

Proceedings of XI International Scientific and Practical Conference

Munich, Germany

9-11 June 2025

Munich, Germany

2025

UDC 001.1

The 11th International scientific and practical conference “Scientific research: modern challenges and future prospects” (June 9-11, 2025) MDPC Publishing, Munich, Germany. 2025. 729 p.

ISBN 978-3-954753-06-2

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Scientific research: modern challenges and future prospects. Proceedings of the 11th International scientific and practical conference. MDPC Publishing. Munich, Germany. 2025. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/xi-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-scientific-research-modern-challenges-and-future-prospects-9-11-06-2025-myunhen-nimechchina-arhiv/>.

Editor

Komarytskyy M.L.

Ph.D. in Economics, Associate Professor

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

e-mail: munich@sci-conf.com.ua

homepage: <https://sci-conf.com.ua>

©2025 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2025 MDPC Publishing ®

©2025 Authors of the articles

TABLE OF CONTENTS

AGRICULTURAL SCIENCES

1. *Бачинський О. В., Кузьменко О. І.* 15
ПРОДУКТИВНІСТЬ ГІБРИДІВ КУКУРУДЗИ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СИСТЕМИ УДОБРЕННЯ
2. *Ліскович В. А.* 19
ЕФЕКТИВНІСТЬ ГАЛУЗІ КІННОЗАВОДСТВА В УКРАЇНІ
3. *Овчарик С. В.* 23
ОГЛЯД СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ВИРОЩУВАННЯ САЛАТУ МЕТОДОМ ГІДРОПОНІКИ
4. *Яценко Н. В., Яценко В. В.* 29
ПРОДУКТИВНІСТЬ ПОМІДОРА ЗАЛЕЖНО ВІД ЕФЕКТИВНОСТІ БІОПРЕПАРАТІВ У ВЕСНЯНІЙ ТЕПЛИЦІ

BIOLOGICAL SCIENCES

5. *Головатюк Л. М., Сичов О. А., Ромасюк І. М., Старух А. Ю., Савчук І. М.* 36
ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ЗДОРОВ'Я ОТОЧУЮЧИХ
6. *Кірсанова В. В.* 41
ВПЛИВ ПЛАСТИКОВИХ ВІДХОДІВ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ
7. *Савицька К. В., Андрєєва О. А.* 46
МЕМБРАННИЙ БІОРЕАКТОР ЯК ПЕРЕДОВА ТЕХНОЛОГІЯ ОЧИЩЕННЯ СТИЧНИХ ВОД

MEDICAL SCIENCES

8. *Gunas M. M.* 53
BODY MASS INDEX IN UKRAINIAN MEN AND WOMEN WITH MULTIPLE SCLEROSIS
9. *Pavlovych O. V.* 56
THE PROBLEM OF DEPRESSIVE AND ANXIETY DISORDERS IN PATIENTS WITH IMPAIRED GLUCOSE TOLERANCE AND TYPE 2 DIABETES MELLITUS
10. *Valovina Yu. D., Golynskyy A. M., Valovina N. Yu., Halii Z. I., Smachylo S. M., Smahlii N. I.* 60
OSTEOPLASTY IN ASEPTIC NECROSIS OF THE FEMORAL HEAD
11. *Бабічева О. О., Самойлова А. В., Вороной І. В.* 62
МЕНЕДЖМЕНТ ТЕРМІЧНИХ ТА ВИБУХОВИХ ОПІКІВ У ВІЙСЬКОВО-ПОЛЬОВИХ УМОВАХ: СУЧАСНІ ПІДХОДИ ТА ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ
12. *Біляков А. М., Михайличенко Б. В., Зосіменко В. В., Личман Т. В.* 65
СИНДРОМ РАПТОВОЇ СМЕРТІ ГРУДНОЇ ДИТИНИ (SIDS) ТА РАПТОВА НЕЗРОЗУМІЛА СМЕРТЬ У ДИТИНСТВІ (SUDC) В СУДОВО-МЕДИЧНІЙ ПРАКТИЦІ

13.	Бодня І. П., Лосенко Н. В. ПОСТКОВІДНИЙ СИНДРОМ: МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ТА СУЧАСНІ ДІАГНОСТИЧНО-ЛІКУВАЛЬНІ СТРАТЕГІЇ	70
14.	Валішкевич Б. В., Різничук Ю. В. ОСОБЛИВОСТІ МЕТАБОЛІЗМУ ВІТАМІНУ D ПРИ ДІАБЕТИЧНОМУ УРАЖЕННІ НИРОК	77
15.	Веремієнко І. О., Подзіна А. С., Бабічева О. О. АНАЛІЗ МАТЕРІАЛІВ ЩОДО НОВІТНІХ ПЕРСПЕКТИВНИХ ПІДХОДІВ НЕЙРОПРОТЕКЦІЇ ПРИ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВІЙ ТРАВМИ У ВІЙСЬКОВО-ПОЛЬОВІЙ ТЕРАПІЇ	79
16.	Волошина Т. А., Сердюк К. А., Котелюх М. Ю. МУЛЬТИФАКТОРНИЙ ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПОШИРЕНІСТЬ ТА ПЕРЕБІГ АЛЕРГІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ СЕРЕД НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ	83
17.	Гайдаш І. С. ВИДОВИЙ СКЛАД ЗБУДНИКІВ ХРОНІЧНОГО ПЕРІОДОНТИТУ	90
18.	Ганжа Г. О., Гусейнова Фатіма Іл'яс кизи, Ннані Адаобі Меріан, Овчаренко С. С. МІНІМАЛЬНО ІНВАЗИВНА ХІРУРГІЯ В ПЕДІАТРІЇ: ТЕПЕРІШНІЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ	92
19.	Гнутова Л. В., Строев М. Ю. УЗАГАЛЬНЕННЯ СУЧАСНИХ МЕТОДІВ ТИМЧАСОВОЇ ЗУПИНКИ КРОВОТЕЧІ	102
20.	Гнутова Л. В., Тихонова Л. В. ТРІЙЧАСТИЙ НЕРВ І ЙОГО РОЛЬ У МОДУЛЯЦІЇ БОЛЮ ПРИ ХРОНІЧНИХ ГОЛОВНИХ БОЛЯХ	106
21.	Горова О. Ю., Расенко А. В. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ЗНЕБОЛЕННЯ В ПОЛОГАХ	110
22.	Горова О. Ю., Скорбач О. І. ВПЛИВ МІКРОБІОМУ ПІХВИ НА ЖІНОЧЕ РЕПРОДУКТИВНЕ ЗДОРОВ'Я	115
23.	Давиденко О. М., Федоряк С. О. ТУЛЯРЕМІЯ, КЛІНІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ФОРМ ЗАХВОРЮВАННЯ, ПАТОГЕНЕТИЧНІ АСПЕКТИ. НОВІТНІ ПІДХОДИ ДО ДІАГНОСТИКИ	121
24.	Євстаф'єва А. Д., Расенко А. В. МЕТОДИ МОНІТОРИНГУ ГЛИБИНИ ЗАГАЛЬНОЇ АНЕСТЕЗІЇ	127
25.	Завгородня Л. В., Бєлова І. О. СИМУЛЯЦІЇ ЯК МЕТОД ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ ВИМІРЮВАННЯ ТЕМПЕРАТУРИ: ПОМИЛКИ ТА ЇХ НАСЛІДКИ	134
26.	Іванців О. Р., Вашиків І. А. МОЖЛИВОСТІ ВІДНОВНИХ ЗМІН УЛЬТРАСТРУКТУРИ ПІДШЛУНКОВОЇ ЗАЛОЗИ НА ФОНІ МЕДИКАМЕНТОЗНОЇ КОРЕКЦІЇ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ЦУКРОВОГО ДІАБЕТУ	138

27.	Кречківська Л. М., Молоток В. В., Расенко А. В. РОЛЬ ЕНДОКАНАБІНОЇДІВ У ФІЗІОЛОГІЇ АНТИНОЦИЦЕПТИВНОЇ СИСТЕМИ ЛЮДИНИ	142
28.	Кривенко В. І., Герасименко Л. В., Федорова О. П., Качан І. С., Пахомова С. П., Шехунова І. О. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ТА КОГНІТИВНИХ ФУНКЦІЙ У ПАЦІЄНТІВ НА АРТЕРІАЛЬНУ ГІПЕРТЕНЗІЮ	146
29.	Ляхно О. В., Коннова Є. В. ПЕРСОНАЛІЗОВАНА ОНКОЛОГІЯ ТА РОЛЬ ТЕРАПЕВТИЧНИХ СТАЦІОНАРІВ У НАДАННІ ДОПОМОГИ ОНКОХВОРИМ. РЕАЛІЇ ВІЙСЬКОВОГО ЧАСУ	152
30.	Ляхно О. В., Цівенко О. І., Моспанюк В. В. ОСОБЛИВОСТІ ВЕДЕННЯ ПАЦІЄНТА З АКСІАЛЬНИМ СПОНДИЛОАРТРИТОМ НА ПРИКЛАДІ КЛІНІЧНОГО ВИПАДКУ	158
31.	Мазур О. О., Ковтун В. В. ОТИТИ: СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ДІАГНОСТИКИ ТА ЛІКУВАННЯ	162
32.	Мокрякова М. І., Касілова М. О., Нефедова А. Р. ВИКОРИСТАННЯ ЙОДОВАНИХ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ЙОДОДЕФІЦИТНИХ СТАНІВ	168
33.	Москалюк О. П., Шкварковський І. В., Козловська І. М., Туницька А. О., Гарабазів Р. Я. ПОСТХОЛЕЦИСТЕКТОМІЧНИЙ СИНДРОМ ТА ІНШІ ПІЗНІ УСКЛАДНЕННЯ ХОЛЕЦИСТЕКТОМІЇ: СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ	173
34.	Москалюк О. П., Шкварковський І. В., Федоряк С. О., Андрійчук А. О. ЛІКУВАННЯ ГОСТРОГО МЕЗЕНТЕРІАЛЬНОГО ВЕНОЗНОГО ТРОМБОЗУ	181
35.	Наумець Є. О., Войтенко О. А., Клименко Т. А. ОСТЕОПАТИЧНІ ТЕХНІКИ І ПРОГРАМА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ З ГОСТРИМ МІОФАСЦІАЛЬНИМ БОЛЬОВИМ СИНДРОМОМ (ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА)	186
36.	Патяник С., Сиротинська І. Д. ВПЛИВ НІКОТИНУ НА СЕРЦЕВО-СУДИННУ СИСТЕМУ: МЕХАНІЗМИ ТОКСИЧНОСТІ ТА КЛІНІЧНІ НАСЛІДКИ	201
37.	Поліщук С. С., Поліщук О. С. ЕРГОТЕРАПЕВТИЧНІ МЕТОДИ У РОБОТІ З ПАЦІЄНТАМИ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ	204
38.	Прокопчик Д. М., Марченко І. А. ІМУНОРЕГУЛЯТОРНА РОЛЬ NLA-G ПРИ АЛЕРГІЇ	211
39.	Расенко А. В., Маляренко В. Р., Грицьков В. А. СУЧАСНІ ТРЕНДИ У ЗАСТОСУВАННІ ТОТАЛЬНОЇ ВНУТРІШНЬОВЕННОЇ АНЕСТЕЗІЇ (TIVA): АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ТА БЕЗПЕКИ	215

40.	<i>Рибка О. С., Вороной І. В.</i>	218
	ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ: ОЦІНКА БАТЬКАМИ ТА ВЧИТЕЛЯМИ	
41.	<i>Сиротинська І. Д., Халус В. В.</i>	221
	ВАЖКІ МЕТАЛИ В ПИТНІЙ ВОДІ: ВПЛИВ НА МЕТАБОЛІЗМ ЛЮДИНИ	
42.	<i>Сова В. С., Бабічева О. О.</i>	224
	АНАЛІЗ МЕТОДІВ ЛІКУВАННЯ ХРОНІЧНОГО БОЛЮ У ВІЙСЬКОВИХ У ПОЛЬОВИХ УМОВАХ	
43.	<i>Тіщенко О. М., Чуніховська Е. С., Степанова К. С.</i>	227
	ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ СТРЕСОВИМИ ФАКТОРАМИ ТА ЦУКРОВИМ ДІАБЕТОМ У ВАГІТНИХ	
44.	<i>Хухліна О. С., Антощук В. В.</i>	230
	ЧАСТОТА КОМОРБІДНОЇ ПАТОЛОГІЇ ГЕПАТО-БІЛІАРНОЇ СИСТЕМИ У ХВОРИХ НА ІШЕМІЧНУ ХВОРОБУ СЕРЦЯ	
45.	<i>Хухліна О. С., Білоус Н. В.</i>	232
	КОМОРБІДНІСТЬ БРОНХІАЛЬНОЇ АСТМИ З ОЖИРІННЯМ ТА СТЕАТОТИЧНОЮ ХВОРОБОЮ ПЕЧІНКИ, АСОЦІЙОВАНОЮ З МЕТАБОЛІЧНОЮ ДИСФУНКЦІЄЮ	
46.	<i>Шкурашівська С. В., Вашиків І. А.</i>	234
	ХВОРОБА АЛЬЦГЕЙМЕРА ЯК НЕЙРОДЕГЕНЕРАТИВНЕ ЗАХВОРЮВАННЯ: БІОХІМІЧНІ МЕХАНІЗМИ АМІЛІОЇДНОГО КАСКАДУ ТА РОЛЬ ТАУ-БІЛКІВ	
47.	<i>Шкурашівська С. В., Малахівський Ю. Ю., Шешурак С. Ю.</i>	238
	ПОДАГРА СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ПОШИРЕННЯ, ЕТІОЛОГІЮ ТА ДІАГНОСТИКУ	
48.	<i>Шуйська Л. І., Мисан Р. Р., Чернуха О. В.</i>	245
	НЕТВОРКІНГ У МЕДИЦИНІ	
TECHNICAL SCIENCES		
49.	<i>Bezvesilna O., Nechai S., Tolochko T.</i>	249
	EXPERIMENTAL STUDIES OF BALLISTIC GRAVIMETER	
50.	<i>Drozd O., Boiko L.</i>	256
	SAMPLE PREPARATION AND TECHNICAL EXAMINATION OF DESTROYED GLASS FRAGMENTS	
51.	<i>Firsov P. M.</i>	261
	DETERMINATION OF THE TECHNICAL CONDITION OF AN OFF-PROJECT BRICK OUTBUILDING	
52.	<i>Khokimov Abdulaziz Ergashali ugli, Eminov Ashraf Mamurovich</i>	265
	INTEGRATED MICROSTRUCTURAL ANALYSIS OF BENTONITE CLAY (SHURSUV-4) BY MODERN ANALYTICAL METHODS	
53.	<i>Lytvyn Yu. A.</i>	269
	COMPARATIVE ANALYSIS OF KAN AND MLP NEURAL NETWORK ARCHITECTURES	

ВИКОРИСТАННЯ ЙОДОВАНИХ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ЙОДОДЕФІЦИТНИХ СТАНІВ

Мокрякова Марина Іванівна
асистент кафедри гігієни та екології

Касілова Марія Олегівна,
Нефедова Аліна Рагіфівна

Студенти

Харківський національний медичний університет
м. Харків, Україна

Анотація: Йод – один із найважливіших мікроелементів для організму людини, необхідний для нормального функціонування щитоподібної залози та регуляції обміну речовин, термогенезу, процесів росту та розвитку. За даними ВООЗ, понад мільярд людей мають захворювання, пов'язані з йододефіцитними станами. Йод міститься у різноманітних продуктах харчування, однак раціон забезпечує лише близько 50 % добової потреби дорослих у цьому мікроелементі, що є недостатнім для нормального функціонування організму. Основним засобом масової профілактики йододефіциту є використання йодованої солі. Проте при наявності деяких захворювань, які потребують особливої дієти, застосування лише йодованої солі може бути недостатнім, тому рекомендується додаткова підтримка у вигляді вітамінних комплексів або біологічно активних добавок з йодом.

Ключові слова: Йод, щитоподібна залоза, йододефіцит, профілактика, харчування, йодована сіль.

Вступ: Йод є ключовим мікроелементом, що забезпечує нормальне функціонування щитоподібної залози, яка синтезує тиреоїдні гормони – тетраїодтиронін (Т4) та трийодтиронін (Т3). Ці гормони беруть участь у регуляції обміну речовин, термогенезу, процесах росту, а також впливають на роботу репродуктивної, серцево-судинної та нервової систем.

За даними ВООЗ, йододефіцитні захворювання (ЙДЗ), включаючи

ендемичний зоб, гіпотиреоз, нейропсихічні порушення, розлади репродуктивної системи та різний ступінь порушень росту та розвитку, вражають понад мільярд людей у всьому світі [1, с. 4]. Особливо небезпечним йододефіцит є для таких вразливих категорій населення як вагітні жінки, діти та підлітки, оскільки саме в ці періоди відбувається інтенсивний розвиток багатьох систем організму.

Проблема профілактики йододефіцитних станів залишається суттєвою в межах України, адже більша частина території нашої країни належить до йододефіцитних регіонів, а вміст йоду в ґрунті, воді та сільськогосподарській продукції є недостатнім [2, с. 208]. Ситуацію ускладнює недостатній рівень поінформованості населення щодо різних видів профілактики цих станів, зокрема щодо регулярного використання йодованої солі та інших збагачених йодом продуктів. Саме тому дослідження щодо використання йодованих продуктів для профілактики йододефіцитів є надзвичайно важливим.

Ціль роботи: метою даного дослідження є аналіз рівня споживання йоду у щоденному раціоні населення та визначення рівня обізнаності щодо ролі йоду у підтримці нормального функціонування щитоподібної залози та профілактики йододефіцитних станів у віковому діапазоні від 18 до 58 років.

Матеріали та методи: дослідження проведено за допомогою двох основних підходів: огляду наукової літератури за 2022-2023 роки та анонімного опитування 35 респондентів різної вікової категорії (від 18 до 58 років) та статі на платформі Google Forms. Анкетування складалося з 20 запитань, що охоплювали різні секції, такі як: соціально-демографічні дані (вік, стать), рівень проінформованості щодо ролі та джерел йоду у раціоні, харчові звички, а також поширеність симптомів йододефіцитних станів.

Результати та обговорення: Здорове харчування у регіонах із тривалим природним дефіцитом йоду забезпечує лише близько 50% добової потреби дорослих у йоді, чого недостатньо для забезпечення належного постачання цього мікроелементу. Основним засобом масової профілактики йододефіциту є використання йодованої солі. Йодована сіль значно знизилася поширеність йододефіцитних станів у багатьох країнах світу [1, с. 4]. Проте при наявності

захворювань, які потребують особливої дієти, однієї лише солі може бути недостатньо - тоді рекомендується додаткова йодна підтримка за допомогою вітамінних комплексів або біологічно активних добавок йоду.

За результатами анкетування, 51,6% респондентів мають загальне уявлення про роль йоду в організмі, тоді як 22,6% зазначили, що мають лише поверхневі знання з цього питання. Добре обізнаними вважають себе 22,6% учасників, тоді як 3,2% зізналися, що взагалі не володіють жодною інформацією щодо функцій йоду. Загалом 71,4% опитаних знають про існування йододефіцитних станів та їх потенційні наслідки для здоров'я. Проблема йододефіциту не сприймається достатньо серйозно значною частиною населення. Лише кожен четвертий респондент вважає її реальною загрозою, ще 41,9% вважають, що проблема є певною мірою актуальною. Тоді як майже третина – або не бачать у ній проблеми, або взагалі не мають достатньої інформації.

Регулярне вживання продуктів, багатих на йод, залишається недостатнім серед більшості опитаних. Всього лише 7% респондентів щоденно споживають продукти, багаті на йод (морська риба, морепродукти, морські водорості або капуста, яйця, молочні продукти, горіхи, тощо). Водночас 42,9% включають такі продукти у раціон від 3 до 5 разів на тиждень, 9% - 1-2 рази на тиждень, тоді як 11,4% роблять це рідше ніж 1 раз на тиждень. Йодовану сіль як один із профілактичних засобів на постійній основі використовують лише 11,4% опитаних. Ще 28,6% зазначили, що використовують її час від часу, а 60% – не вживають зовсім. Біологічно активні добавки або вітамінні комплекси, що містять йод, регулярно приймають лише 17,1% респондентів, 14,3% повідомили, що вживали їх раніше, але наразі припинили, ще 2% роблять це періодично, тоді як 61% – ніколи не використовували йодовмісні добавки.

Симптоми, які можуть бути пов'язані з йододефіцитними станами, виявлено у значної частки респондентів: 80% відзначили постійну втому та слабкість, 51,4% – мерзлякуватість або холодні кінцівки, 48,6% – сухість шкіри, ламкість нігтів чи випадіння волосся. Крім того, 31,4% скаржились на відчуття

серцебиття або збої ритму, 25,7% – на набір маси тіла без зміни дієти, а 8,6% – на порушення менструального циклу. Лише 5,7% не спостерігали у себе жодного з вказаних симптомів. За останній місяць утруднення ковтання або візуальне збільшення передньої частини ший зазначили 5,7%, ще 14,3% не змогли дати чіткої відповіді, а 80% – не спостерігали таких змін. Набряки в ділянці обличчя або гомілок неодноразово спостерігали 11,4% респондентів, 28,6% – іноді, і 60% – не спостерігали. Когнітивні порушення, зокрема зниження інтелектуальної працездатності: складнощі з мисленням, запам'ятовуванням інформації або концентрацією уваги, спостерігали у себе 22,9% респондентів досить часто, ще 28,6% – епізодично, 28,6% – рідко, тоді як лише 20% – не помічали зовсім. Емоційні прояви у вигляді змін настрою або тривожності без очевидних причин зазначили 88,6% респондентів: серед них 37,1% зазначили, що спостерігали рідко, 31,4% – іноді, 20% – часто.

Проблема недостатньої медичної обізнаності та доступності обстеження щитоподібної залози проявляється в тому, що лише 28,6% респондентів регулярно звертаються до лікаря за обстеженнями, 22,9% роблять це час від часу, а майже половина: 45,7% - взагалі не проходили перевірку. При цьому понад третина: 34,3% мають вже встановлений діагноз патології щитоподібної залози.

Висновки: Йододефіцит і надалі залишається серйозною проблемою громадського здоров'я, особливо в регіонах із низьким природним вмістом йоду. Результати анкетування свідчать про недостатній рівень споживання продуктів, багатих на йод, а також низьку поширеність використання ефективних профілактичних засобів, таких як йодована сіль та йодовмісні добавки. Водночас майже половина опитаних ніколи не проходили обстеження щитоподібної залози, що створює ризик несвоєчасного виявлення патологій. Отримані дані підкреслюють необхідність широкої просвітницької роботи та впровадження доступних профілактичних заходів на рівні всього населення.

Рекомендації: Для зниження поширеності йододефіцитних станів доцільно насамперед забезпечити регулярне використання йодованої солі в

щоденному раціоні, а також підвищити частоту споживання натуральних джерел йод. Важливу роль у профілактиці відіграє цілеспрямоване інформування населення щодо наслідків йодного дефіциту, функцій йоду в організмі та доступних засобів профілактики. Окрему увагу слід приділити формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я, зокрема – регулярне відвідування лікаря, особливо за наявності неспецифічних симптомів (швидка втомлюваність, холодні кінцівки, утруднення ковтання, перепади настрою, зміни маси тіла), є важливим кроком для своєчасного виявлення порушень, пов'язаних з йододефіцитом.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Lisco, G.; De Tullio, A.; Triggiani, D.; Zupo, R.; Giagulli, V.A.; De Pergola, G.; Piazzolla, G.; Guastamacchia, E.; Sabbà, C.; Triggiani, V. Iodine Deficiency and Iodine Prophylaxis: An Overview and Update. *Nutrients* 2023, 15, 1004. <https://doi.org/10.3390/nu15041004>

2. Tronko, M., Kravchenko, V., & Bondar, T. (2022). Дослідження йодної забезпеченості населення України в межах проєкту Steps «Вивчення поширеності факторів ризику неінфекційних захворювань» Всесвітньої організації охорони здоров'я. *Ендокринологія | Endokrynologia*, 27(3), 203-213. <https://doi.org/10.31793/1680-1466.2022.27-3.203>