



ОЮУТАН ЗАЛУУСЫН ХООЛ ТЭЖЭЭЛИЙН БАЙДЛЫГ СУДЛАХ НЬ

ИЛТГЭГЧ: Б.Туул /Хүнс судлалын ухааны Магистр, Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төвийн Хоол судлалын албаны ЭША/

Б.Сосорбурам /Боловсролын удирдлагын докторант, Этүгэн их сургуулийн багш/

Ж.Баясгалан /Анагаах ухааны Магистр, Хоол зүйн ухааны Доктор, Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төвийн Хоол судлалын албаны ЭША /

ОРШИЛ ҮНДЭСЛЭЛ:

Монгол улс хүн амын хувьд хурдацтай өсөж байгаа хүүхэд залуучуудын орон билээ. Тиймээс үе үеийн засгийн газраас хүн амын эрүүл мэнд, амьдралын зөв дадал, эрүүл зөв хооллолтын талаар төрөөс баримтлах бодлогоо эрчимжүүлж байгаа билээ.

Монгол улсын засгийн газрын 2015 оны 447 тоот тогтоолоор “Хүн амын хоол тэжээл” үндэсний хөтөлбөрийг баталсан. Үндэсний хөтөлбөрийн гол зорилго нь Хоол тэжээлийн талаарх хүн амын эрүүл мэндийн боловсролыг дээшлүүлэх замаар иргэдийг эрүүл, аюулгүй хүнсээр хангаж, хоол тэжээлээс хамааралтай өвчин, эмгэгийг бууруулахад оршино (1).

Монгол улсын засгийн газраас 2017 оныг Нийгмийн эрүүл мэндийг дэмжих жил болгон зарласантай холбогдуулан хүн амын эрүүл мэндийн боловсрол, эрүүл аж төрөх дадал, эрүүл хооллолтын талаар судалгаа шижилгээг эрчимтэй хийж Судалгаанд суурилсан эрүүл аж төрөх, эрүүл зөв хооллох, хорт зуршлаас сэргийлэх ажлуудыг харилцан уялдаатай хамтын хүчээр шийдвэрлэхээр зорин ажиллаж байна.

Монгол улсын нийт хүн амын тоо 2016 оны жилийн эцсийн байдлаар 3.119.935 болсон. Үүнээс өсвөр үе залуучууд буюу 15-39 насныхан 1.078.081 буюу нийт хүн амын 34.5 хувийг эзэлж байна (2).

2016-2017 оны хичээлийн жилд манай улсад дээд боловсролын 95 байгууллага үйл ажиллагаа явуулж байгаа бөгөөд эдгээр сургуульд 157.138 оюутан суралцаж байна. Дээд боловсролын байгууллагын 31 нь Их сургууль, 57 нь Дээд сургууль, 3 нь коллеж, 4 гадаадын салбар сургууль байна. Эдгээр сургуулийн 87 буюу 91 хувь нь нийслэл Улаанбаатар хотод үйл ажиллагаа явуулж байна. Суралцагчдыг хүйсийн байдлаар авч үзвэл 91.552 буюу 58.2% нь эмэгтэй, 65.616 буюу 41.8% нь эрэгтэй оюутан суралцаж байна (3).

2012 онд Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Хүрээлэн, Эрүүл Мэндийн Шинжлэх Ухааны Их Сургуулийн хамтарсан “Зөв зохистой хооллолтын талаар оюутны мэдлэг, хандлагын байдал” судалгааг хийж үндсэн 6 алдааг гаргаж дэвшүүлсэн. Үүнд: 1. Нийт судалгаанд хамрагдсан оюутны 50 гаруй хувь нь өглөөний цай уудаггүй. 2. Хүнсний бүтээгдэхүүний шошго уншдаггүй, тухайн бүтээгдэхүүнд байх

илчлэг, шимт бодис, амин дэм, эрдсийн хэмжээг сонирхдоггүй. 3. Жимс ногоо, сүү цагаан идээний хэрэглээ бага. 4. Хооллолтын болон амьдралын буруу дадал хэвшилтэй. 5. Шингэний хэрэглээ бага. 6. Архи тамхи хорт зуршлын хэрэглээ ихтэй байсан байна (4).

Бидний биед үүсч байгаа олон төрлийн өвчний 90 орчим хувь нь буруу хооллосноос үүдэлтэй байдаг. Хувь хүний зөв зохистой хооллох мэдлэг боловсрол, соёл, буруу хооллосноос үүсэх өвчин, түүнээс сэргийлэх талаарх мэдлэг онцгой үүрэгтэй бөгөөд хувь хүн энэ талаар мэдлэгтэй байвал төр засгийн бодлого, хөтөлбөр, импортлогчид, үйлдвэрлэгч, борлуулагчдын үйл ажиллагаанд ч нөлөөлж болох бөгөөд буруу хандлага дадал хэвшлээ ч өөрчлөх хүчийг олж авч чадна (5)

Дээрх баримтуудаас үзэхэд манай улсын хүн амын дийлэнх хэсэг (34.5%) болох 15-39 насны оюутан залуусын амьдралын хэв маяг, хооллолтын байдлыг судлах залшгүй шаарлагатай болж байна. Уг судалгааг хийснээр шинжлэх ухааны үндэслэлтэй баримтад тулгуурласан бодит шийдвэр гаргахад хэрэгтэй байна.

Монгол улсын ирээдүйн хөгжлийг манлайлан авч явах оюутан залуусаа амьдралын зөв дадал хэвшилтэй, эрүүл зөв хооллолттой болгон төлөвшүүлэх, улмаар хоол хүнс, дадал хэвшлээс үүдэх аливаа өвчин эмгэгээс урьдчилан сэргийлж, эрүүл урт удаан амьдарч улс эх орондоо ихийг хийж бүтээхэд нь тус дэм болох нь манай судалгааны ажлын үндэслэл болж байна.

ЗОРИЛГО

Оюутан залуусын хооллолтын дадал, хэвшлийг үнэлэх, эрүүл ба эрүүл бус хүнсний хэрэглээг судлах

СУДАЛГААНЫ АРГА ЗҮЙ:

Судалгаанд ШУТИС, МУБИС, Этүгэн сургуулийн нийт 617 оюутан хамруулж асуумжийн аргаар мэдээлэл цуглуулж STATA-12 статистик программаар дескрептив дүн шинжилгээ хийсэн.

СУДАЛГААНЫ ҮР ДҮН:

Хүйсийн хувьд 154 буюу 24.9% нь эрэгтэй, 463 буюу 75.1% нь эмэгтэй оюутан байв.

ОЮУТАН ЗАЛУУСЫН ЭРҮҮЛ ХҮНСНИЙ ХЭРЭГЛЭЭ:

Сүү цагаан идээний хэрэглээ

Хүснэгт 1

Давтамж	Нийт	
	Тоо	Хувь
Өдөрт 1 ээс дээш удаа	39	6.34
Өдөрт нэг удаа	70.5	11.4
7 хоногт 2-6 удаа	119.5	19.36
7 хоногт 1 удаа	198	32.11
Огт хэрэглээгүй	190	30.8
Нийт	617	100

Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 69.2% (427) нь ямар нэг хэмжээгээр сүү, тараг хэрэглэсэн байна. Харин 30.8% (190) нь нэг долоо хоногт сүү, тараг огт хэрэглээгүй байна.

Буудайн II гурил, хөх тариа, II гурилаар хийсэн талх, гурилан бүтээгдэхүүний хэрэглээ

Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын II гурил болон түүгээр хийсэн талх, гурилан бүтээгдэхүүний хэрэглээг судлахад нийт оюутны 39.4% (243) нь огт хэрэглээгүй гэсэн хариултыг өгсөн байна.

Оюутнуудын хүнсний ногооны хэрэглээ

Шар болон улбар шар өнгийн ногооны хэрэглээг судлахад өдөрт 1-ээс олон удаа хэрэглэдэг нь 12.8 хувь, огт хэрэглээгүй гэсэн хариулт өгсөн нь 18.3 хувьтай байна. Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 53.3 хувь нь брокколи, бууцай гэх мэт гүн ногоон өнгийн ногоог огт хэрэглээгүй байна.

Оюутнуудын жимсний хэрэглээ

Хүснэгт 2

Давтамж	Нийт	
	Тоо	Хувь
Өдөрт 1 ээс дээш удаа	27	4.35
Өдөрт нэг удаа	51	8.3
7 хоногт 2-6 удаа	102	16.45
7 хоногт 1 удаа	195	31.5
Огт хэрэглээгүй	242	39.2

Жимсний хэрэглээг харахад долоо хоногт нэг удаа хэрэглэдэг гэсэн хариултыг судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 31.5% (195) нь, огт хэрэглээгүй гэсэн хариултыг 39.2% (242) нь өгсөн байна.

ОЮУТАН ЗАЛУУСЫН ЭРҮҮЛ БУС ХҮНСНИЙ ХЭРЭГЛЭЭ:

Оюутнуудын бэлэн гоймонгийн хэрэглээ

Судалгаанд хамрагдсан нийт оюутнуудын 10.4 хувь нь долоо хоногт 2-6 удаа бэлэн гоймон хэрэглэдэг, 35.5 хувь нь долоо хоногт 1 удаа бэлэн гоймон хэрэглэдэг гэсэн хариулт өгсөн байна.

Хуушуур, пирожкины хэрэглээ

Хүснэгт 3

Д/Д	Давтамж	Нийт	
		тоо	хувь
1	Өдөрт 1-ээс олон удаа	49	7.94
2	Өдөрт 1 удаа	102	16.5
3	7 хоногт 2-6 удаа	197	31.9
4	7 хоногт 1 удаа	161	26.0
5	Огт хэрэглээгүй	108	17.5
	Бүгд	617	100

Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 16.5% (102) нь өдөрт нэг удаа, 31.9% (197) нь долоо хоногт 2-6 удаа, 26% (161) нь долоо хоногт 1 удаа хуушуур, пирожки хэрэглэдэг байна.

Чихэрлэг амттан, хийжүүлсэн ундааны хэрэглээ

Чихэрлэг амттан, хийжүүлсэн ундааны хэрэглээ ерөнхийдөө ойролцоо өндөр байгаа бөгөөд судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 28.4 хувь нь долоо хоногт 1 удаа аль алийг нь хэрэглэдэг, 30.3 хувь нь хийжүүлсэн ундааг, 34.2 хувь нь чихэрлэг амттаныг долоо хоногт 2-6 удаа тус тус хэрэглэж байна.

Архи, согтууруулах ундааны хэрэглээ

Архи согтууруулах ундааны хэрэглээг судлахад сүүлийн долоо хоногт судалгаанд хамрагдсан нийт оюутнуудын 84.4% (521) нь огт хэрэглээгүй гэсэн хариултыг өгсөн бол 15.6% (96) нь тодорхой хэмжээгээр хэрэглэсэн байна.

ХООЛЛОЛТЫН ДАДАЛ:

Оюутнуудын өглөөний цай уух дадал

Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 12.2 хувь нь өглөөний цай ууж хэвшээгүй, 44.7 хувь нь заримдаа уудаг гэсэн хариулт өгсөн байна.

Оюутнуудын өдрийн хоол идэх дадал

Оюутнуудын 9.08 хувь нь өдөр хоол иддэггүй гэсэн хариултыг өгсөн бол 35 хувь нь заримдаа хоол иддэг гэсэн хариултыг өгсөн байна.

Оюутнуудын оройн хоол иддэг цаг

Судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 6 хувь нь хэдийд ч хамаагүй оройн хоол иддэг, 3.73 хувь нь 21-22 цагийн хооронд оройн хоол идэж байна. Харин дийлэнх буюу 41.3 хувь нь оройн хоолоо 19-20 цагт иддэг байна.

Оюутнуудын ус уух дадал

Оюутнуудын 35 хувь нь өдөрт 2-3 аяга, 29.5 хувь нь өдөрт 4-5 аяга ус уудаг гэсэн бол 13.9 хувь нь өдөрт 1 аяга ус уудаг байна.

Оюутнуудын өглөө өлөн элгэн дээрээ буцалсан ус уух дадлыг судалхад судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 15.4 хувь нь ус уудаггүй, 37 хувь нь заримдаа уудаг гэсэн байна.

Зөв хооллох тал дээр анхаарах байдал

Зөв хооллолтонд анхаардаг уу? гэсэн асуултанд судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 48.5 хувь нь заримдаа гэсэн хариултыг өгсөн бол 17.5 хувь нь үгүй гэж хариулсан байна.

ДҮГНЭЛТ:

- Оюутнуудын 30.8 хувь нь сүү, таргийг огт хэрэглээгүй, 39.4 хувь нь II гурил болон гурилан бүтээгдэхүүнийг огт хэрэглээгүй, 53.3 хувь нь гүн ногоон өнгийн ногоо огт хэрэглээгүй, жимсийг долоо хоногт 1 удаа хэрэглэсэн нь 31.5 хувь, огт хэрэглээгүй 39.2 хувь байгаа нь оюутнуудын эрүүл хүнсний хэрэглээ хангалтгүй байгааг илтгэж байна.
- Оюутнууд бэлэн гоймонг (долоо хоногт 1 удаа хэрэглэдэг 35.5 хувь, 2-6 удаа хэрэглэдэг нь 10.4 хувь), хуушуур, пирожкиг (өдөр бүр хэрэглэдэг нь 16.5 хувь, долоо хоногт 2-6 удаа хэрэглэдэг нь 31.9 хувь), чихэрлэг амттан, хийжүүлсэн ундаа (долоо хоногт 2-6 удаа хэрэглэдэг нь 30.3 хувь, 34.2 хувь) хэрэглэж байгаа нь эрүүл бус хүнсний хэрэглээ өндөр байгааг харуулж байна.
- Оюутнуудын 12.2 хувь нь өглөөний цай ууж хэвшээгүй, 44.7 хувь нь заримдаа уудаг, 35 хувь нь өдрийн хоол заримдаа иддэг, 6 хувь нь хэдийд хамаагүй оройн хоол иддэг, 13.9 хувь нь өдөрт нэг аяга ус (шингэн зүйл) уудаг, 17.5 хувь нь зөв хооллох тал дээр анхаардаггүй, 48.5 хувь нь хааяа анхаардаг гэж хариулсан нь оюутнууд хооллолтын зөв дадалд хэвшээгүй байгааг харуулж байна.

САНАЛ ЗӨВЛӨМЖ:

- Оюутан залуус эрүүл хооллолт, амьдралын зөв дадал хэвшлийн талаарх ойлголт тун хангалтгүй байна. Иймд Эрүүл хүнс, эрүүл зөв хооллолтын талаар сургалт сурталчилгааны ажлыг чанартай хүртээмжтэй явуулах шаардлагатай байна.
- Эрүүл бус хоол хүнсний хэрэглээ өндөр, архи, тамхи хорт зуршлын хэрэглээг хязгаарлах. Тэдгээрийн хор уршгийг сайтар таниулах

- Оюутан залуус, өсвөр үеийн хоол тэжээлийн талаар судалгааг өргөн цар хүрээтэйгээр төрийн захиргааны болон олон улсын байгууллагуудын дэмжлэгтэйгээр явуулах. Үр дүнгийн тайланг хэвлүүлж шийдвэр гаргах түвшинд танилцуулж асуудлыг хэлэлцэн шинжлэх ухааны үндэслэлтэй дүгнэлт шийдвэр гаргуулах.
- Судалгааны асуумжийг олон улсад хэрэглэдэг стандарт асуумжийг монгол улсын онцлогтой холбон боловсруулах
- Ялангуяа сургууль орчмын оюутны хоолны газрын эрүүл бус хүнсний худалдааг хязгаарлах

НОМ ЗҮЙ:

1. “Хүн амын хоол тэжээл” үндэсний хөтөлбөр. Монгол улсын засгийн газрын 2015 оны 447 дугаар тогтоол
2. Үндэсний статистикийн хорооны цахим тайлан
3. Дээд боловсролын 2016-2017 оны хичээлийн жилийн статистик мэдээний тайлан
4. “Зөв зохистой хоололтын талаар оюутны мэдлэг, хандлагын байдал” 2012 оны Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Хүрээлэн, Эрүүл Мэндийн Шинжлэх Ухааны Их Сургуулийн хамтарсан судалгаа
5. М.Оюунбилэг. Насанд хүрэгчдийн хооллолт. УБ, 2014 он