



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVII KONFERENCIJA

**2025
VILNIUS**



Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVII KONFERENCIJA



Vilnius, 2025 m. gegužės 16 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė VU MF Mokslo ir inovacijų
skyriaus Studentų mokslinės veiklos
koordinatore Urtė ŽAKARYTĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2025

Mokslo komitetas:

doc. dr. Valdemaras Jotautas
doc. dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Violeta Kvedarienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
Jaun. m. d. Laura Lukavičiūtė-Navickienė
asist. dr. Agnė Abraitienė
gyd. rez. Domas Grigoravičius
doc. dr. Indrė Trečiokienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
lekt. gyd. Andrius Apšega
lekt. gyd. Karolina Žvirblytė-Skrebutėnienė

prof. dr. Pranas Šerpytis
lekt. Artūras Mackevičius
dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
dr. Audra Brazauskaitė
asist. dr. Diana Sukackienė
asist. dr. Žilvinas Chomanskis
doc. dr. Kristina Ryliškienė
dr. Rokas Borusevičius
doc. dr. Saulius Galgauskas
jaun. asist. Andrius Žučėnka
Doc. dr. Birutė Brasiūnienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas

doc. dr. Rima Viliūnienė
prof. dr. (HP) Edvardas Danila
prof. dr. Nomeda Rima Valevičienė
asist. dr. Tomas Aukštikalnis
doc. dr. Vytautas Tutkus
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
dr. Andrius Bleizgys
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstininė
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
Asist. dr. Arnas Bakavičius
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigitas Lesinskienė
asist. dr. Jelena Stanislavovienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Ugnė Šilinskaitė
Austėja Zubauskaitė
Aida Kuznecovaitė
Milda Kančytė
Milvydė Marija Tamutytė
Renatas Kedikas
Fausta Timinskaitė
Antanas Simonas Garuolis
Gailė Mikalauskaitė
Gabrielius Leščinskas
Damian Luka Mialkowskyj
Radvilas Jančiauskas
Maksim Čistov
Ugnė Mickutė
Lina Bludžiutė
Augustė Melaikaitė

Mindaugas Smetaninas
Rafal Sinkevič
Raminta Kasteckaitė
Ernestas Gulbickis
Edgaras Zaboras
Benas Matuzevičius
Sylvia Rogoža
Rūta Valiukevičiūtė
Agnė Vasiulytė
Agata Bruzgul
Valentinas Kūgis
Gabrielė Bielinytė
Vėjas Vytautas Jokubynas
Matas Kuncė
Gintė Grubliauskaitė
Milda Černytė

Julija Grigaitytė
Dovydas Stankevičius
Patricija Griškaitė
Povilas Jurgutavičius
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabija Marčiulaitytė
Augustinas Stasiūnas
Alicija Šavareikaitė
Odeta Aliukonytė
Milda Eleonora Gričiūtė
Robertas Basijokas
Elvin Francišk Bogdzevič
Rokas Dastikas

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2025

© Vilniaus universitetas, 2025

VYRESNIŲ NEI 65 METŲ ŽMONIŲ MITYBOS ĮPROČIŲ ĮVERTINIMAS

Autorius. Justas NARBUTAITIS, IV kursas

Vadovas. Asist. dr. Agnė JAKAVONYTĖ-AKSTINIENĖ, VU MF Sveikatos mokslų institutas, Slaugos katedra.

Tikslas. Įvertinti vyresnių nei 65 metų žmonių mitybos įpročius.

Metodai. Atliktas kokybinis tyrimas 2025 m. sausio–kovo mėnesiais. Tyrimo instrumentas yra pusiau struktūruotas interviu planas, kurį sudarė dvi dalys: 1) Socio-demografiniai klausimai; 2) Klausimai apie mitybos įpročius, kuriuos lemia respondentų fizinė sveikata. Tyrimui vykdyti buvo gautas Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Mokslinių tyrimų etikos komiteto pritarimas 2024 m. lapkričio 26 d. (Nr.(1.7 E) 150000-KT-427).

Rezultatai. Tyrime dalyvavo 20 respondentų, iš kurių buvo dvylika moterų ir aštuoni vyrai. Tyrimo dalyviai buvo 65 metų ir vyresni. Analizuojant mitybos įpročius, susijusius su fiziologiniais veiksniais, nustatyta, kad aštuoni tyrimo dalyviai (S5, S8, S9, S13, S16, S17, S18, S19) įvardijo, kad turi sveikatos problemų, susijusių su aukštu arteriniu kraujo spaudimu. Respondentai pabrėžė sergantys hipertenzija „*Turiu aukštą kraujospūdį <...>*“ (S17), „*Tik kraujo spaudimas aukštas <...>*“ (S8) ir „*Turiu hipertenziją <...>*“ (S13) bei kiti. Jie riboja druskos vartojimą, kad sumažintų kraujo spaudimą, taip keisdami savo mitybos pasirinkimus „*...<...> todėl stengiuosi vengti druskos <...>*“ (S13), „*<...> ir riboti druską.*“ (S18) ir t.t. Visgi didelė dalis dalyvių patyrė stresą „*Stresas vargina dažnai <...>*“ (S5) bei kt. (S6, S7, S8, S14, S16, S17, S18, S20), o kai kurie respondentai išskyrė specifinius stresą keliančius veiksnius: „*<...> draugas labai susirgo...*, „*<...> dukros katiną reikėjo užmigdyti <...>*“ (S7), tuo tarpu du respondentai nurodė, kad stresas dažnai kildavo dėl savikritiškumo ir dietų laikymosi „*<...> taikau protarpinį badavimą <...>*“ (S5) ir „*<...> žadu laikytis dietos, tvarkytis, bet vis tiek persivalgau. Tada vėl nervinuosi ir gaunasi nesibaigiantis ratas.*“ (S6). Taip pat buvo pastebėta, kad pora dalyvių patiria stresą dėl kasdieninių veiklų ir didelio užimtumo „*Turiu mažesnę apetitą, kai esu labai užsiėmus ir patiriu stresą <...>*“ (S14) ir „*<...> kai būnu užimta su namų ruošos darbais, kartais pamirštu pavalgyti ir tada stresuoju.*“ (S18).

Išvados. Vyresnių nei 65 metų žmonių mitybos įpročius reikšmingai veikia su amžiumi susiję fiziologiniai pokyčiai, kurie lemia tiek maisto pasirinkimą, tiek suvartojamą jo kiekį. Dažnai šie pokyčiai tampa nepakankamos mitybos ar tam tikrų maistinių medžiagų trūkumo priežastimi.

Raktažodžiai. Mityba; vyresnis amžius; fizinė sveikata; įpročiai.