https://doi.org/10.15388/SMVK.2026

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas

STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO *LXXVIII* KONFERENCIJA

Vilnius, 2026 m. gegužės 8 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė VU MF
mokslo specialistė Urtė ŽAKARYTĖ

VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2026

Mokslo komitetas:

dr. Mindaugas Kvietkauskas
doc. dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Lina Malinauskienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
dr. Laura Lukavičiūtė-Navickienė
asist. dr. Agnė Abraitienė
gyd. rez. Domas Grigoravičius
doc. dr. Indrė Trečiokienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
dokt. Ignas Karnas
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
lekt. gyd. Andrius Apšega
jaun. asist. dr. Andrius Žučenka
jaun. asist. Ieva Kubiliūtė
prof. dr. Pranas Šerpytis
lekt. Artūras Mackevičius
asist. dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
dr. Audra Brazauskaitė
asist. dr. Diana Sukackienė
asist. dr. Žilvinas Chomanskis
prof. dr. Kristina Ryliškienė
asist. dr. Rokas Borusevičius
doc. dr. Saulius Galgauskas
doc. dr. Birutė Brasiūnienė
gyd. rez. Kristina Lialytė
gyd. rez. Viktorija Mickevičiūtė
asist. dr. Dalia Krivaitienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas
prof. dr. (HP) Edvardas Danila
prof. dr. Nomeda Rima Valevičienė
asist. dr. Tomas Aukštikalnis
lekt. Mykolas Udrys
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
vyr. lekt. dr. Andrius Bleizgys
gyd. rez. Dominykas Budrys
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
dokt. gyd. rez. Ugnė Mickevičiūtė
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigita Lesinskienė
asist. dr. Jelena Stanislavovienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Austėja Zubauskaitė
Giedrė Zdanavičiūtė
Arshia Tabassum Abdul Rahman
Ieva Jankūnaitė
Gabija Balčiūnaitė
Gabrielė Gudelytė
Marija Šarnauskaitė
Antanas Simonas Garuolis
Gabrielė Jurytė
Kornelija Klinkaitė
Nursat Gazizov
Sofija Šestak
Mindaugas Smetaninas
Deimantė Šerniūtė
Eva Kriaučiūnaitė
Edas Leščinskis
Agata Bruzgul
Erika Vaitkutė
Ugnė Mickutė
Gabija Mūraitė
Augustė Melaikaitė
Artemij Morozov
Raminta Kastecakaitė
Gustė Šuliauskaitė
Karolina Karneckaitė
Eglė Žulpaitė
Sylvia Rogoža
Gabrielė Jonauskaitė
Agnė Vasiulytė
Rūta Uksaitė
Roman Blinov
Marija Sarafinaitė
Eglė Valčiukaitė
Paulė Kergytė
Milda Černytė
Julija Grigaitytė
Dovydas Stankevičius
Greta Ramonaitė
Silvija Černiauskaitė
Danial Heidar
Edgaras Zaboras
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabija Marčiulaitytė
Achila Kasandra Lunkė
Meda Petrylaitė
Ernestas Gulbickis
Radvilė Kadytė
Julija Šnipaitytė
Smiltė Vaišvilaitė
Evelina Dakševičiūtė
Alicija Šavareikaitė
Elinga Inčirauskaitė
Milda Eleonora Griciūtė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2026
© Vilniaus universitetas, 2026

ENERGINIŲ GĖRIMŲ VARTOJIMO PAPLITIMAS TARP JAUNŲ ŽMONIŲ, VARTOJIMO PRIEŽASTYS IR ŽINIOS APIE JŲ NEIGIAMĄ POVEIKĮ SVEIKATAI

Autorės. Urtė LOTUŽYTĖ, Viltė LIAUGMINAITĖ, II kursas.

Vadovas. Prof. dr. Rimantas STUKAS, Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų instituto Visuomenės sveikatos katedra.

Tikslas. Išsiaiškinti jaunų žmonių energinių gėrimų vartojimo įpročius, vartojimo priežastis bei žinias apie energinių gėrimų neigiamą poveikį žmogaus sveikatai.

Metodai. Atliktas kiekybinis tyrimas 2025 m. lapkričio mėnesį. Tyrimui atlikti pasirinkta anoniminė anketinė apklausa „Google Forms" platformoje. Tyrimo tikslinė grupė – jauni (14–29 m.) asmenys, kurie pasiekti pasitelkiant socialinių tinklų platformas („Facebook", „Instagram"). Apklausą sudarė 16 uždaro tipo klausimų.

Rezultatai. Tyrime dalyvavo 232 respondentai, didžiausią dalį sudarė 18–24 m. asmenys. 57,8% respondentų per parą miega 7–8 val., 29,3% – 6 val. ar mažiau. Pagrindiniai informacijos apie energinių gėrimų vartojimą šaltiniai – socialiniai tinklai ir artima aplinka. Jauni žmonės turi žinių apie energinių gėrimų sukeliamą neigiamą poveikį širdies veiklai, miego kokybei, dantų sveikatai, tačiau trūksta žinių apie neigiamus padarinius CNS, inkstų veiklai, didesnę vėžio riziką. Didžioji dalis respondentų žino apie energinių gėrimų sudėtyje esančius didelius kofeino, cukraus, taurino kiekius, tačiau trūksta informacijos apie ženšenį, guaraną, per didelius vitaminų kiekius. 24,1% respondentų energinius gėrimus vartoja kartą ar kelis kartus per mėnesį, 20,7% juos geria 1–2 kartus per savaitę, 9,9% – beveik kasdien, 21,5% respondentų energinių gėrimų nevartoja išvis. Dažniausiai energinius gėrimus vartoja mažinti nuovargiui arba kaip gaiviuosius gėrimus. Ketvirtadaliui respondentų, dažnai vartojantiems energinius gėrimus, pasireiškė sutrikęs širdies ritmas, hiperaktyvumas, padažnėjęs šlapinimasis. Didžioji dalis respondentų po energinių gėrimų vartojimo emocinės būsenos pokyčių nejaučia arba pokyčiai teigiami. 62,6% respondentų teigė, kad galėtų būti daugiau lengvai pasiekiamos informacijos apie energinių gėrimų neigiamą poveikį sveikatai. Respondentai kaip alternatyvą energiniams gėrimams energijai gauti vartoja kavą, sportuoja.

Išvados. Maždaug trečdalis respondentų energinius gėrimus vartoja kelis kartus per savaitę ar kasdien. Dažniausios vartojimo priežastys – nuovargio mažinimas ir vartojimas kaip gaiviojo gėrimo. Tyrime dalyvavę respondentai neturi pakankamai žinių apie visas energinių gėrimų sudėtyje esančias medžiagas bei jų neigiamą poveikį žmogaus organizmui.

Raktažodžiai. Energiniai gėrimai; jauni žmonės; vartojimas, žinios.