

Date: 17th July-2026

**ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ ПРИНЦИПАМ ПИТАНИЯ ПРИ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ С ПРИМЕНЕНИЕМ
ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Махмудова Марямжон Хаитовна

PhD, доцент

Ташкентский государственный медицинский университет,

Ташкент, Республика Узбекистан

E-mail: mahmudovam037@gmail.com

Актуальность. Сердечно-сосудистые заболевания остаются ведущей причиной смертности и инвалидности во всём мире. Одним из важнейших направлений их профилактики является формирование навыков рационального питания. В современных условиях цифровизации образования особую актуальность приобретает внедрение информационных технологий в процесс обучения студентов медицинских вузов. Использование компьютерных симуляторов, мобильных приложений и образовательных онлайн-платформ позволяет повысить качество усвоения теоретического материала, сформировать практические навыки составления рационов питания и повысить мотивацию к соблюдению принципов здорового образа жизни.

Цель

исследования.

Оценить эффективность использования информационных технологий при обучении студентов медицинских вузов принципам гигиены питания при сердечно-сосудистых заболеваниях.

Материалы и методы. Проведено педагогическое исследование с использованием аналитического, сравнительного и социологического методов. Выполнен анализ научной литературы и международных рекомендаций. Среди студентов медицинского университета проведено анкетирование по вопросам знаний в области рационального питания и использования цифровых образовательных ресурсов. В образовательном процессе применялись компьютерные симуляторы, мобильные приложения, интерактивные презентации, виртуальные обучающие программы и онлайн-тестирование. Полученные результаты сопоставлялись с традиционными методами обучения.

Основные результаты. Установлено, что применение информационных технологий значительно повышает эффективность образовательного процесса. Студенты быстрее осваивали принципы лечебного питания при сердечно-сосудистых заболеваниях, приобретали практические навыки расчёта пищевой ценности продуктов, составления рационов и контроля потребления соли, жиров и холестерина. По результатам анкетирования 82% обучающихся положительно оценили использование мобильных приложений и интерактивных образовательных технологий. Использование цифровых платформ способствовало повышению



Date: 17th July-2026

самостоятельности студентов, улучшению качества усвоения учебного материала и формированию устойчивой мотивации к профилактической деятельности.

Выводы. Использование современных информационных технологий является эффективным инструментом обучения студентов медицинских вузов вопросам гигиены питания при сердечно-сосудистых заболеваниях. Интерактивные образовательные технологии способствуют более прочному усвоению теоретических знаний, развитию практических компетенций и формированию навыков профилактической медицины. Включение цифровых образовательных ресурсов в учебный процесс целесообразно рассматривать как одно из перспективных направлений совершенствования подготовки будущих медицинских специалистов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. World Health Organization. Nutrition and cardiovascular diseases. Geneva, 2022.
2. UNESCO. Digital tools in health education. Paris, 2021.
3. Smith J. Interactive learning in medical education // Journal of Health Education. – 2019.
4. Brown A. Mobile apps for nutrition and cardiovascular health // International Journal of e-Learning. – 2020.
5. Шайхова Г.И., Эрматов Н.Ж. Нутрициология: учебник. – Ташкент: Издательство «Tibbiyot», 2023. – 512 с.
6. Худайбергганов А.С. Гигиена питания. Учебное пособие. – Ташкент: Издательство «Tibbiyot», 2019. – 280 с.