

*Мамаев Т.М., д.м.н., профессор, Муйдинов Ф.Ф., к.м.н., доцент,
Гайназарова Р.Г., преподаватель,
Аринбаев Б.С., преподаватель, Абдыкарова А.С., преподаватель
Ошский государственный университет*

МЕДИКО-СОЦИАЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ОШГУ

ОШМУНУН МЕДИЦИНА ФАКУЛЬТЕТИНИН СТУДЕНТТЕРИНИН САЛАМАТТЫГЫНА ТААСИР ЭТҮҮЧҮ ФАКТОРЛОРДУ МЕДИЦИНАЛЫК- СОЦИАЛДЫК ЖАКТАН БААЛОО

MEDICAL AND SOCIAL ASSESSMENT OF FACTORS AFFECTING THE HEALTH OF STUDENTS OF THE MEDICAL FACULTY OF OSH STATE UNIVERSITY

***Аннотация:** В статье приведены результаты исследования, проведенного методом анкетирования студентов Ошского государственного университета по формированию здорового образа жизни. Анкетированием установлено, что студенты считают главным фактором, определяющим здоровье человека, образ жизни, а наименьшее влияние оказывает национальная система здравоохранения.*

***Аннотация:** Макалада ОшМУнун студенттерине сергек жашоо образын калыптандыруу боюнча анкета методу менен жүргүзүлгөн изилдөөнүн жыйынтыктары берилген. Анкетанын жыйынтыгы көрсөткөндөй, студенттер адамдын саламаттыгын аныктоочу башкы фактор катары жашоо образын эсептешет, ал эми саламаттык сактоонун улуттук системасы эң эле аз таасир көрсөтөт.*

***Abstract:** The article presents the results of a study conducted by the method of questioning students of Osh State University on the formation of a healthy lifestyle. Questioning found that students consider the main factor determining human health, lifestyle, and the least influenced by the national health care system.*

***Ключевые слова:** здоровье, здоровый образ жизни, национальная система здравоохранения.*

***Түйүндүү сөздөр:** саламаттык, сергек жашоо образы, саламаттыкты сактоонун улуттук системасы.*

***Key words:** health, healthy lifestyle, national health care system.*

Актуальность темы: Здоровый образ жизни в последние годы стал актуальной темой для обсуждения. Актуальность темы исследования связана с тем, что, с одной стороны, современное обучение на медицинском факультете предъявляет высокие требования к студентам, в том числе к состоянию их здоровья, а с другой - с возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического [1, 2].

Высшее учебное заведение как социальный институт призвано формировать компетентного специалиста, который должен иметь хорошее физическое и психическое здоровье. Специфика возраста и учебного процесса в медицинском вузе, смена привычного образа жизни отрицательно отражаются на здоровье и качестве жизни первокурсников и предъявляют повышенные требования ко всем системам организма [3, 4].

Следует отметить, что даже при самых благоприятных условиях адаптация к новой культуре, интеграция личности в новую коммуникативную и бытовую среду, как правило, сопровождается разного рода сложностями и проблемами, такими, как организация быта, питания, отдыха, медицинского обслуживания, адаптация к природно-климатическим условиям местности и др.

На сегодняшний день условия жизни, как местных, так и иностранных студентов не соответствуют современным требованиям и мировым стандартам. Соответственно, задача, которая должна быть поставлена перед администрациями вузов в этом направлении, — организовать социальную и бытовую среду проживания учащихся таким образом, чтобы связанные с ней возможные проблемы не отвлекали студентов от главной цели — получения профессионального образования.

Установлено, что причинами сложившейся ситуации являются нездоровый образ жизни, неблагоприятные социально-экономические, эколого- и санитарно-гигиенические условия обучения и жизнедеятельности (режим труда и отдыха, нерациональное питание, жилищные условия и т.д.), а также высокий уровень психического напряжения [5].

Все вышеперечисленное свидетельствует о целесообразности проведения медико-социального исследования состояния здоровья студентов-медиков, выявления явных и скрытых факторов риска развития заболеваний, их оценки и разработки комплекса мероприятий по улучшению состояния здоровья и профилактики заболеваний среди данной группы населения в период их обучения в ОшГУ.

Цель исследования: Провести медико-социальную оценку факторов, влияющих на здоровье студентов-медиков для разработки научно-обоснованной системы сохранения и улучшения их здоровье в современных социально-экономических условиях.

Для достижения цели поставлены следующие **задачи:**

1. Изучить условия обучения и быта студентов медицинского факультета.
2. Определить отношение студентов к соблюдению здорового образа жизни.
3. Разработать рекомендации профилактических мероприятий по охране здоровья и профилактике заболеваний среди студентов в период обучения в ОшГУ.

Методы и материалы исследования

Основным методом исследования в данной работе выбрана анкетная форма опроса.

Для социологического опроса была разработана специальная анкета.

Анкета включала 108 вопросов, которые были сгруппированы в следующие блоки:

- Основные составляющие здорового образа жизни (по мнению студентов).
- Оценка собственного здоровья и образа жизни.
- Функционирование системы здравоохранения в Кыргызской Республике.
- Предложения по формированию возможных путей улучшения здоровья населения Кыргызской Республики.

В исследовании приняли участие 140 студентов 5 курса по специальности «Стоматология» (115 студентов) и «Медико-профилактическое дело» (25 студентов). Социологический опрос проведен в свободное от учебного процесса время на базе кафедр «Общественное здравоохранение» и «Терапевтическая стоматология».

Результаты исследования и их обсуждения.

Оценка отношения студентов к здоровому образу жизни (ЗОЖ).

Известно, что одним из ведущих факторов состояния здоровья заключается в образе жизни: 50–52 % здоровья определяется здоровым образом жизни и только 10–15 % зависит от здравоохранения.

В последние годы активизировалось внимание к здоровому образу жизни студентов, это связано с озабоченностью общества по поводу здоровья специалистов, выпускаемых высшей школой, роста заболеваемости в процессе профессиональной подготовки, последующим снижением работоспособности.

Здоровый образ жизни создает для личности такую социокультурную среду, в условиях которой возникают реальные предпосылки для высокой творческой самоотдачи, работоспособности, трудовой и общественной активности, психологического комфорта, наиболее полно раскрывается психофизиологический потенциал личности, актуализируется процесс ее самосовершенствования. В условиях здорового образа жизни ответственность за здоровье формируется у студента как часть общекультурного развития, проявляющаяся в единстве стилевых особенностей поведения, способности построить себя как личность в соответствии с собственными представлениями о полноценной в духовном, нравственном и физическом отношении жизни.

На вопрос «Ваше личное отношение к здоровому образу жизни?» ответили: 74%- это здорово, 26%-можно обойтись и без него (рис.1.).

74% опрошенных студентов считает для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни в повседневной жизни. Из полученного результата можно сделать

вывод, что большинство (84%) опрошенных студентов считают, что здоровый образ жизни способствует успеху в других сферах человеческой деятельности.



Рис.1. Отношение студентов к здоровому образу жизни

Анкетирование показало, что у 52% студентов сформирован высокий уровень, 39 % достаточная осведомленность, у 6% - недостаточное представление о здоровье и здоровом образе жизни и низкий уровень показали 3% опрошенных (рис.2.).

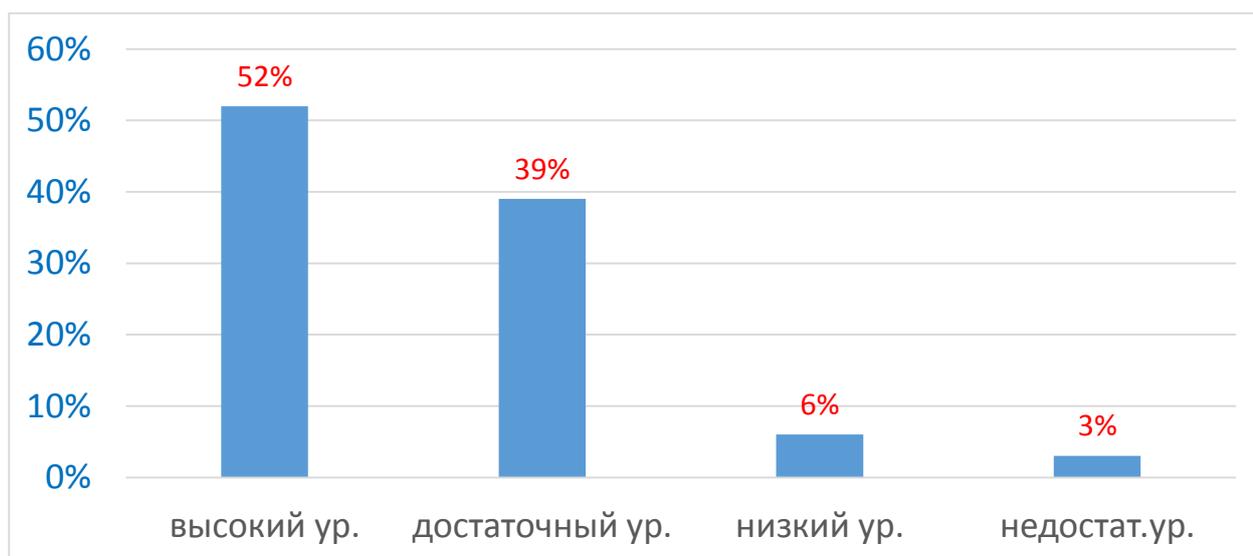


Рис.2. Осведомленность студентов о здоровье и здоровом образе жизни

Субъективная оценка здоровья показала его «хороший» и «отличный» уровень у 77,1 % студентов.

90% респондентов болеют простудными заболеваниями более двух раз в год или не более трех недель, остальные болеют два раза в год, но не более недели. Из числа опрошенных около 50% отмечали признаки заболевания желудочно-кишечного тракта, которое связывают с нарушением режима питания.

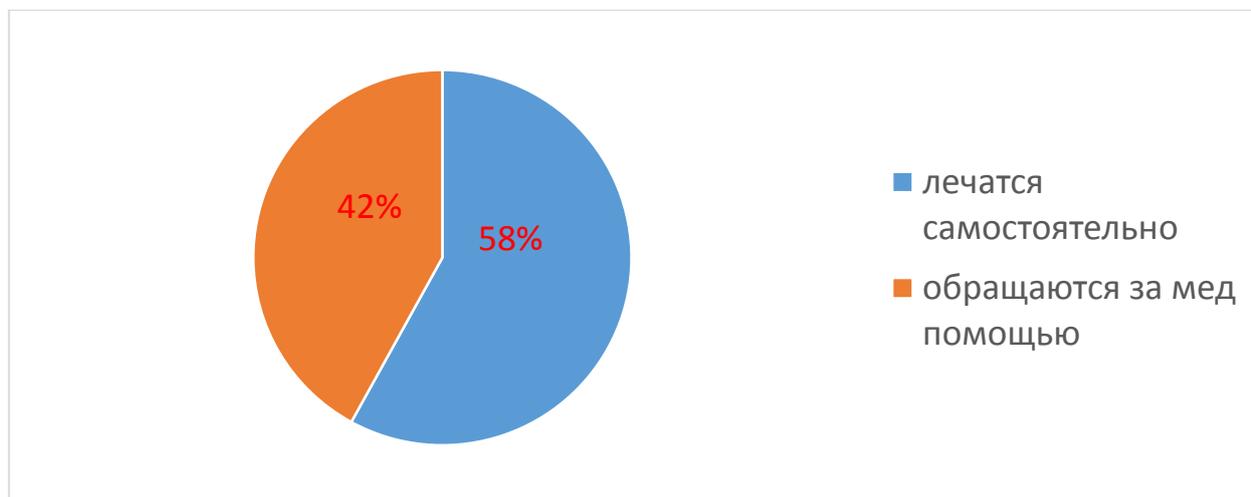


Рис.3. Обращаемость за медпомощью

При возникновении болезни 58 % лечатся самостоятельно, 42,0 % респондентов отмечают отсутствие ответственности за свое здоровье.

При заболевании 42 % студентов обращаются за медицинской помощью в местную поликлинику, 58 % лечатся самостоятельно либо по месту жительства (рис.3.). В качестве причин заболеваемости большинство студентов указывают на сложные условия образовательного процесса в вузе, характеризующиеся большой по объему учебной нагрузкой (61,5 % студентов).

На вопрос анкеты «в случае заболевания, когда обращаетесь к врачу?» 25,2 % студентов указали на факт обращения после неэффективного самолечения. Среди опрошенных 32,2 % респондентов указали, что вынуждены идти в поликлинику, когда болезнь не позволяет продолжать учебу в вузе.

Только 23,7 % студентов при заболевании сразу обращаются к врачу, а 18,9 % – только спустя некоторое время (рис.4).



Рис.4. Когда обращаются к врачу

Среди причин, не позволяющих обратиться в медицинское учреждение при возникновении болезни и побуждающих на самолечение, 27,3 % студентов указали на боязнь пропустить учебные занятия; 19,6 % – на неудобное, далекое расположение поликлиники; 16,1 % – сослались на недостаток времени; 14,7 % – на трудность попасть на прием к врачу; 12,6 % – занимались самолечением; 9,8 % студентов были уверены в самоизлечении болезни (рис.5).



Рис.5. Причины, почему не обращались к врачу

Лишь малая часть опрошенных не имеют вредных привычек. Среди опрошенных студентов 23,1 % имеют стаж курения 2–3 года. Указали факт употребления алкоголя 58,7 % студентов, при этом 52,9 % респондентов употребляют его 1–2 раза в месяц. (рис.6.).



Рис.6. Имеющие вредные привычки

Все проводят у телевизора более четырех часов в день. Чуть больше половины студентов проводят за компьютером от двух до четырех часов в день, а остальные все свободное время. При работе за компьютером мало кто делает эпизодическую паузу.

Большая часть студентов (70%) не занимаются спортом, а те, кто занимается спортом, в основном занимаются легкой атлетикой, плаванием, боевыми искусствами, фитнесом.

Больше половины студентов знают неблагоприятные воздействия вредных привычек, поэтому сознательно ведут здоровый образ жизни, остальные знают, но не могут или не хотят от них отказываться. На вопрос «Что может вас заставить отказаться от вредных привычек?» участники опроса ответили так: 10% переключение на спорт, 15% условие партнера и желание иметь семью, 15% желание иметь здоровых детей, 5% условие работодателя, 10% красивая внешность, 20% угроза заболеваний, 5% кодирование, 15% полная изоляция от раздражителя и 5% помощь близких.

На вопрос «Что для сохранения здоровья наиболее важно» ответили:

Из ответов следует, что понимание роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья на достаточном уровне (рис.7).



Рис.7. Что важно для сохранения здоровья

В результате проведенного социологического исследования получены следующие результаты. Оказалось, что большинство опрошенных студентов имеют вредные привычки, в основном это курение и прием насвая. Но, при этом среди юношей процент имеющих вредные привычки больше, чем среди девушек. Большинство опрошенных студентов предпочитают проводить свободное время за компьютером или у телевизора. Но самым печальным является то, что женская часть опрошенных не изъявляет желания заниматься спортом. Это говорит о том, что девушки и юноши имеют разные предпочтения в проведении свободного времени. Студенты не уделяют должного внимания правильному питанию, что приводит к нарушениям желудочно-кишечного тракта. Большинство опрошенных студентов занимались различными видами спорта. Так же, нашлись и такие, которые не занимались спортом вообще. Большинство опрошенных студентов считают, что здоровый образ жизни способствует успеху в других сферах человеческой деятельности. Студенты гораздо реже студенток задумываются о правильности своего образа жизни. Большинство студентов считают, что здоровый образ жизни - это здорово. Большинство считает, что для поднятия жизненного тонуса необходимы: соблюдение режима дня, занятие спортом и постоянные прогулки на природе.

Выводы:

По результатам исследования установлено, что студенты считают главным фактором, определяющим здоровье человека, образ жизни, а наименьшее влияние оказывает национальная система здравоохранения.

Самыми важными аспектами здорового образа жизни, по мнению студентов, являются оптимальная двигательная активность, что свидетельствует о высокой оценке важности физической культуры и отказ от вредных привычек. Оказалось, что большинство опрошенных студентов имеют вредные привычки, в основном это курение и прием насвая. Но, при этом среди юношей процент имеющих вредные привычки больше чем среди девушек. Большинство опрошенных студентов предпочитают проводить свободное время за компьютером или у телевизора. Но самым печальным является то, что женская часть опрошенных не изъявляет желания заниматься спортом.

Литература:

1. Абросимова, М. Ю. Состояние здоровья и самосохранительное поведение молодежи (комплексное медико-социальное исследование по материалам Республики Татарстан): автореф. дис. ... докт. мед. наук: 14.00.03 / Абросимова Марина Юрьевна – Казань, 2005. – С.46.

2. Батрымбетова, С. А. Медико-социальные факторы здоровья студентов/ С. А. Батрымбетова // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2008. – № 5. – С. 9–11.
3. Блинова, Е. Г. Основы социально-гигиенического мониторинга условий обучения студентов высших учебных заведений / Е. Г. Блинова, В. Р. Кучма // Гигиена и санитария. – 2012.– № 1. – С. 35–40.
4. Гребняк, Н. П. Здоровье и образ жизни студентов / Н. П. Гребняк, В. П. Гребняк, В. В. Машинистов // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2007. – № 4. – С. 33–37.
5. Ивахненко, Г.А. Здоровьесберегающие технологии в системе вузовского образования: социологический анализ / Г. А. Ивахненко // Социология медицины. – 2010. – № 1. – С. 30–33.