

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ И СРЕДНИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МЕДИЦИНСКОГО ПРОФИЛЯ

Данилова М.В.¹, Угапьева Т.Г.², Егорова Т.С.³

¹Данилова Марина Вадимовна – ассистент,
кафедры общественного здоровья и здравоохранения, общей гигиены и биоэтики;

²Угапьева Тамара Георгиевна – студент;

³Егорова Туйаара Сергеевна – студент,
отделение лечебного дела,
Медицинский институт

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова,
г. Якутск

Аннотация: образ жизни - одна из важнейших социологических категорий, интегрирующая представления об определенном типе жизнедеятельности людей характерном для исторически конкретных социальных отношений [1].

Специфика группы молодежи заключается в том, что именно в молодом возрасте закладывается фундамент нравственных позиций, трудовых отношений, формируются ценностные ориентации. В течение этого периода происходит формирование семьи, рождение детей, что также требует качественной перестройки всего уклада жизни [2].

Основными аспектами здорового образа жизни молодежи являются двигательная активность, личная гигиена, режим труда и отдыха, неприятие вредных привычек, рациональное питание, сексуальная культура, экологически грамотное поведение, профилактическое мышление и др. Для изучения данного вопроса было исследовано 100 студентов медицинского профиля [3].

Ключевые слова: здоровье, образ жизни, молодежь, студент.

УДК: 378.172:613.6.01

Введение. Здоровый образ жизни – это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.

Молодёжь — это особая социально-возрастная группа, отличающаяся возрастными рамками и своим статусом в обществе: переход от детства и юности к социальной ответственности. Наиболее однородной и по возрасту, и по социальным характеристикам частью молодежи являются студенты, основным видом деятельности которых, определяющим все существующие черты их образа жизни, является учеба, подготовка к будущей трудовой жизни.

Студенческий возраст (17–25 лет) – важнейший период в становлении человека как личности и активного члена общества. Студенческая молодежь является основой социального развития, а также воспроизводственным потенциалом нации.

Актуальность. Изучение проблемы здорового образа жизни студенческой молодежи в широком социокультурном аспекте обусловлено спецификой этой социально-профессиональной, социально-демографической группы, особенностями ее формирования, положения и роли в обществе. Исследование в этой области необходимо для улучшения статистической картины при анализе заболеваемости данной группы, для выявления факторов риска, этиологии болезней [1].

Цель исследования. Целью исследования является изучение отношения к здоровому образу жизни студентов медицинского института и медицинского колледжа, и их сравнительный анализ.

Материалы и методы исследования. Было исследовано 100 студентов: 50 студентов медицинского института, 50 – медицинского колледжа. Исследование проводилось методом анонимного анкетирования.

Результаты исследования.

Студенты медицинского института всего приняло участие в анкетировании 50 студентов, из них 23 юноши и 27 девушек. Возраст от 18 – 23 лет.

Студенты медицинского института осведомлены о ЗОЖ на 100%, из них ЗОЖ на 70% придерживаются.

Причины несоблюдения ЗОЖ : нехватка времени 65%, материальные трудности 80%, отсутствие воли, стойкости 11%, отсутствие удобства 27%. Оценили состояние своего здоровья 76% на хорошее, 20% -удовлетворительное и 4 % студентов слабое. Оказывается из 50 респондентов -100 % проходят ежегодный медосмотр и 83% посещают врача 2-3 раза в год. 77% пытаются придерживаться здорового питания и режима питания, 21% не придерживаются, а 2% не осведомлены об этом. На вопрос «употребляете ли вы спиртные напитки и курите ли вы?» студенты медицинского института ответили, что из них курят и пьют 23%, 56% бросили и 21% категорически ответили «нет». Самыми распространенные

заболевания среди студентов респондентов являются : заболевания ЖКТ – 48%, ССС – 29% , ДС – 13% и 10% другие заболевания.

Из студентов медицинского колледжа приняло участие в анкетировании 50 студентов в возрасте от 18 – 21 года, из которых 18 юношей и 32 девушки.

Студенты медицинского колледжа осведомлены о ЗОЖ на 100%, из них ЗОЖ на 68% придерживаются.

Причины несоблюдения ЗОЖ: -нехватка времени 55%, - материальные трудности 96%, - отсутствие воли, стойкости -33%, - отсутствие удобства 29%. Оценили состояние своего здоровья 89% на хорошее, 9% -удовлетворительное и 2% студентов слабое. Оказывается из 50 респондентов -100 % проходят ежегодный медосмотр: из них 54% посещают врача 2-3 раза в год. 54% пытаются придерживаться здорового питания и режима питания, 43% не придерживаются, а 3% не осведомлены об этом. О вредных привычках признались 46%, 33% употребляли и курили, но бросили и 21% воздержались ответить. Самыми распространенные заболевания среди студентов респондентов являются : заболевания ЖКТ – 51%, ССС – 19% , ДС – 17% и 13% другие заболевания.

Выводы. Сравнительная оценка отношения к ЗОЖ среди студентов высших и средних учебных заведений медицинского профиля показало, что из 100 опрошенных студентов 100 % осведомлены о ЗОЖ. В итоге рассчитали средние показатели обоих учебных заведений:

- 69% придерживаются ЗОЖ.
- Причины несоблюдения ЗОЖ: нехватка времени 60%, материальные трудности 88%, отсутствие необходимого упорства, воли и настойчивости 22%, отсутствие условий 28%.
- Вредные привычки имеют 34,5%, отказались 44,5% и не имеют 21%.
- Состояние здоровья: хорошее – 82,5%, удовлетворительное – 14,5% и слабое – 3%.
- Мед.осмотр ежегодно проходят 100%, 2-3 раза в год посещают врача 68,5%.
- Придерживаются здорового рациона и режима питания 65,5%, не придерживаются 32% и не осведомлены 2,5%.
- Распространенные заболевания: ЖКТ 49,5%, ССС 24%, ДС 15%, другие заболевания 11,5%.

Список литературы

1. *Дружилов С.А.* Здоровый образ жизни как целесообразная активность человека // Современные научные исследования и инновации, 2016. № 4. С. 648-649.
2. *Шухатович В.Р.* Здоровый образ жизни // Энциклопедия социологии. Мн.: Книжный Дом, 2003.
3. *Луков В.А.* Теории молодёжи: Междисциплинарный анализ. М.: «Канон+» РООИ «Реабилитация», 2012. 528 с. 800 экз. ISB 978-5-88373-264-4.