

*Назаркина М.Г., Блинов Д.С., Ванькова Л.В.,
Скоробогатова Л.Н., Чекашкина Е.Е.*

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ К ПРОБЛЕМАМ ЗДОРОВЬЯ СРЕДИ СТУДЕНТОК НА РЕГИОНАЛЬНОМ УРОВНЕ¹⁵

*ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарева»,
Саранск, bmgmasjanja@mail.ru*

Введение: Несмотря на положительную динамику в снижении смертности от болезней системы кровообращения, остается высокая распространенность факторов риска (ФР) развития и прогрессирования сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) и низкая информированность о них у населения Республики Мордовия, особенно среди женской популяции [1,2,5].

А факторы риска развития ССЗ у молодых менее выражены, чем у людей старшего возраста. В свою очередь отсутствие анамнеза и клинических симптомов заболеваний у них уменьшает настороженность врачей в отношении этой группы населения [3].

Материалы и методы исследования: Было проведено анонимное анкетирование 102 студенток Мордовского государственного университета в возрасте от 20 до 23 лет (средний возраст $21 \pm 1,2$ года). Анкета была составлена сотрудниками кафедры госпитальной терапии медицинского института ФГБОУ ВПО «Мордовского государственного университета им. Н.П. Огарева».

Участникам анкетирования предлагалось ответить на вопросы, касающиеся их отношения к проблемам здоровья и информированности о роли факторов риска в развитии ССЗ. Вопросы анкеты были разделены на две части. В первой части участникам предлагалось ответить на вопросы, определяющие отношение к проблемам здоровья и продолжительности жизни в нашей стране. Во второй части – на вопросы, касающиеся факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний (отягощенная наследственность, курение, злоупотребление алкоголем, двигательная активность, показатели артериального давления, уровни сахара крови и общего холестерина).

Результаты представлены в виде средних арифметических и их

¹⁵ Nazarkina M.G., Blinov D.S., Vankova L.V., Skorobogatova L.N., Chekashkina E.E. Definition Of The Relation To Health Problems Among Students At The Regional Level. The Mordovian N.P. Ogarev State University, Saransk, Russia.

стандартных ошибок. Полученные результаты обработаны с помощью пакета статистических программ Microsoft Office 2007 и программы «Statistica» [4].

Результаты: Анализ, полученных результатов показал, достаточно высокую осведомленность большинства студенток о продолжительности жизни как мужчин (55-59 лет), так и женщин (65-69 лет) в нашей стране.

Исследования показали, что большинство респондентов (62%) ведущей причиной смерти населения России определяет ССЗ, на втором месте (20%) - онкологические заболевания, 10% - инфекционные (в том числе гепатиты и СПИД) и 8% - другие хронические заболевания, что в целом отражает реальную структуру смертности в нашей стране (рис. 1).

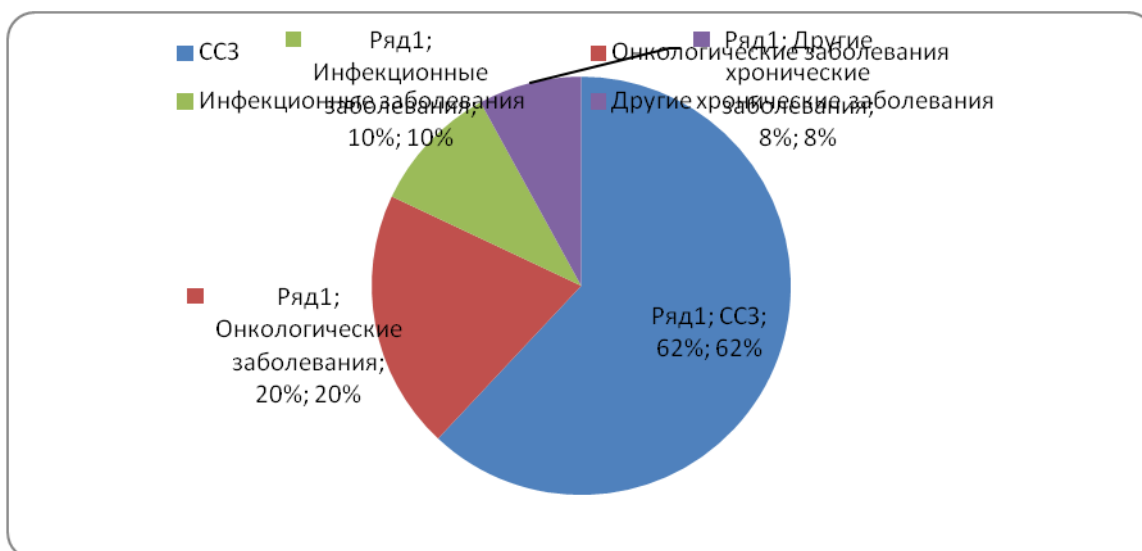


Рисунок 1. Причины смертности населения России по мнению студенток.

Среди факторов, оказывающих наибольшее влияние на продолжительность жизни, 37% студентов выделяют вредные привычки (курение, гиподинамия, переедание, злоупотребление алкоголем), 23% опрошенных - экологический фактор, 20% на первый план выносят качество оказания медицинской помощи, 17% – социально-экономический фактор и лишь 3% связывают с влиянием наследственности (рис. 2).

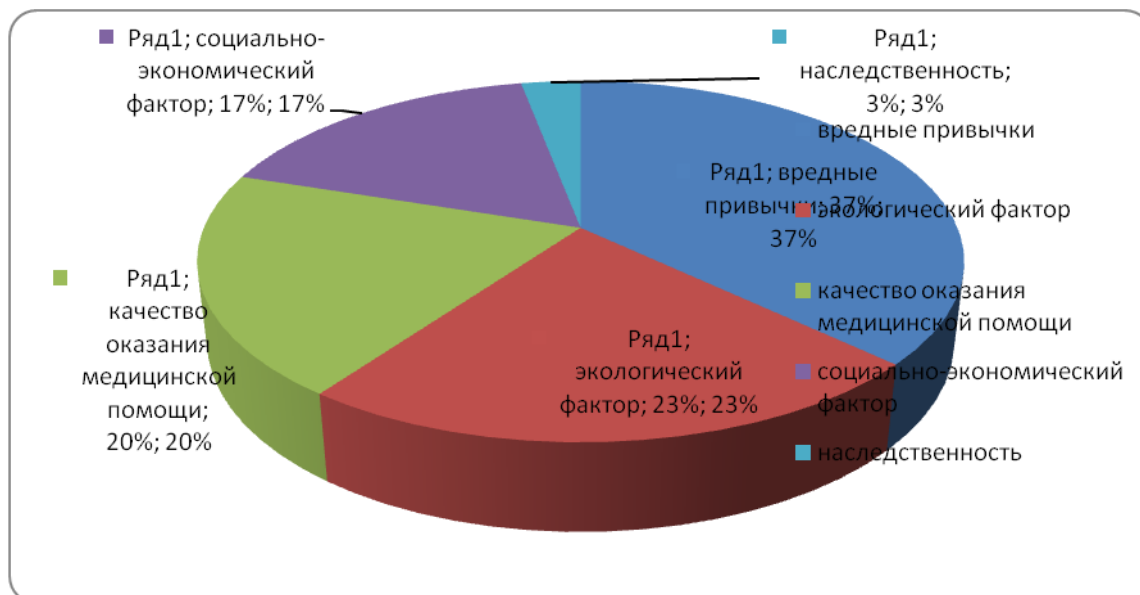


Рисунок 2. Факторы, оказывающие влияние на продолжительность жизни, по мнению студенток.

Абсолютное большинство студенток (88%) уверены, что на продолжительность жизни можно повлиять, практикуя правильный образ жизни, отрицательного ответа не дал никто и только 12% затруднились ответить на поставленный вопрос.

При оценке состояния своего здоровья 78% опрошенных считают себя практически здоровыми, 8% – абсолютно здоровыми, 7% студенток часто болеют, также 7% – имеют хронические заболевания (рис. 3).

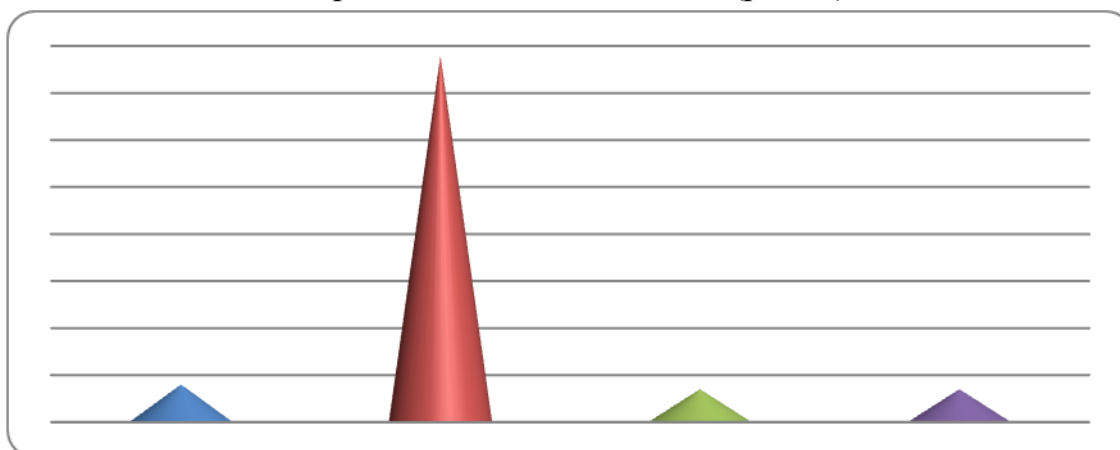


Рисунок 3. Оценка состояния своего здоровья студентками

Результаты опроса показали, что большинство студенток не уделяют должного внимания своему здоровью. 67% респонденток отмечают, что обращают внимание на здоровье только когда заболеют, а 17% вообще

стараются не думать о своих болезнях. Регулярно проходят профилактические осмотры лишь 8% студентов. Крайне внимательно относятся к своему здоровью и часто обращаются к врачу за консультациями 8% респондентов (рис. 4).



Рисунок 4. Отношение студенток к своему здоровью.

При развитии различных заболеваний своевременно обращаются к врачу 25% опрошенных, остальные объясняют несвоевременность обращения отсутствием времени (37%), отсутствием доверия к врачу (22%), затруднительным доступом к врачу (15%). Строго следуют рекомендациям врача 25% респонденток; 67% частично придерживаются данных рекомендаций; 7% обычно не следуют им и предпочитают самолечение; 2% больше доверяют народным способам лечения.

При анализе оценки студентками профессионализма врачей своей поликлиники выявлена определенная доля недоверия к медицинским работникам. Так, 20% опрошенных склоняются к неудовлетворительной оценке; 53% - удовлетворительной; 23% - хорошей и только 3% - отличной. Это во многом определяет недостаточную приверженность к лечению и периодический отказ от выбора препаратов, рекомендованных врачом, половины опрошенных (49%).

Среди факторов риска у 47% студентов имеется отягощенная наследственность по ССЗ. Индекс массы тела повышен у 15% респондентов. Стараются придерживаться нормальных показателей массы тела 23% студентов; периодически пытаются снизить массу тела до нормы 32%; не следят за ее параметрами – 45% респондентов.

Отмечается широкое распространение курения среди студентов. Курят 18% опрошенных в среднем около 10 сигарет в день. 8% студентов курили ранее, но бросили по каким-либо причинам (рис. 5).

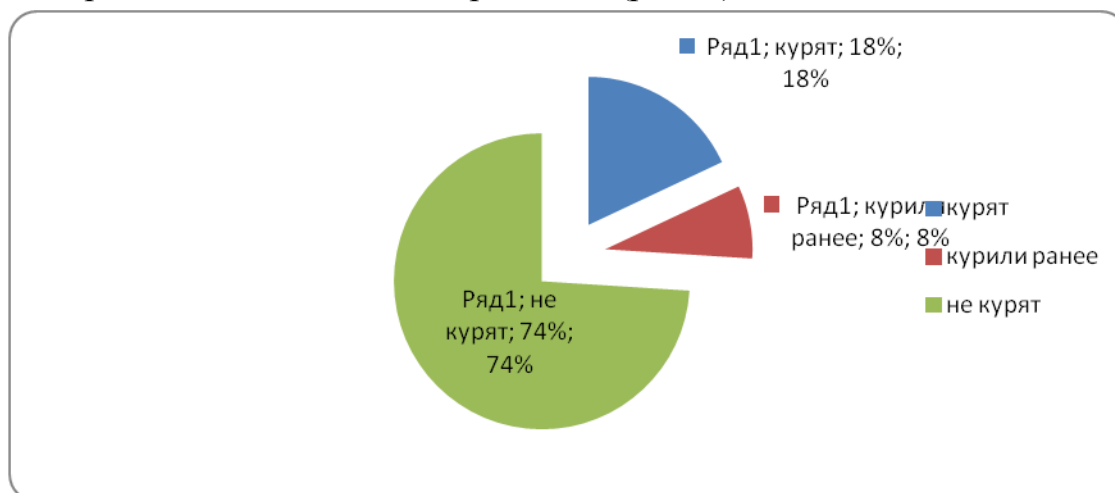


Рисунок 5. Распространенность курения среди студентов.

Частота употребления алкогольных напитков: 55% студентов отметили вариант - крайне редко, 32% - несколько раз в месяц; 13% - несколько раз в неделю (рис. 6).

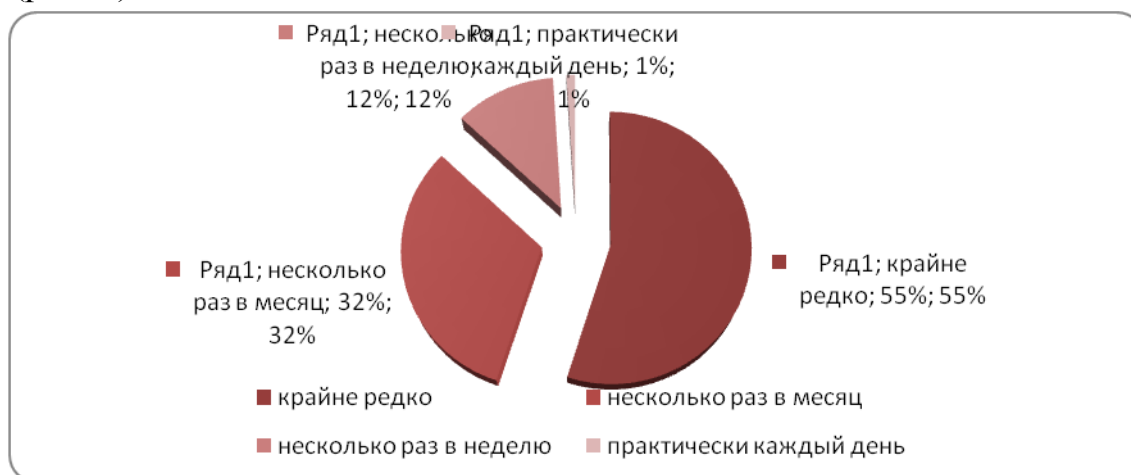


Рисунок 6. Употребление алкоголя среди студентов.

36% опрошенных стараются вести активный образ жизни и занимаются какими-либо видами спорта. Половина респондентов ведет малоподвижный образ жизни. Показатели своего артериального давления знают 83% респондентов. Обращает внимание, что, несмотря на молодой возраст, у 8% оно чаще повышено, у 22% - чаще пониженное (рис. 7). Исследование показало, что 70% студентов не знают свой уровень сахара крови и 90% - уровень общего холестерина крови.

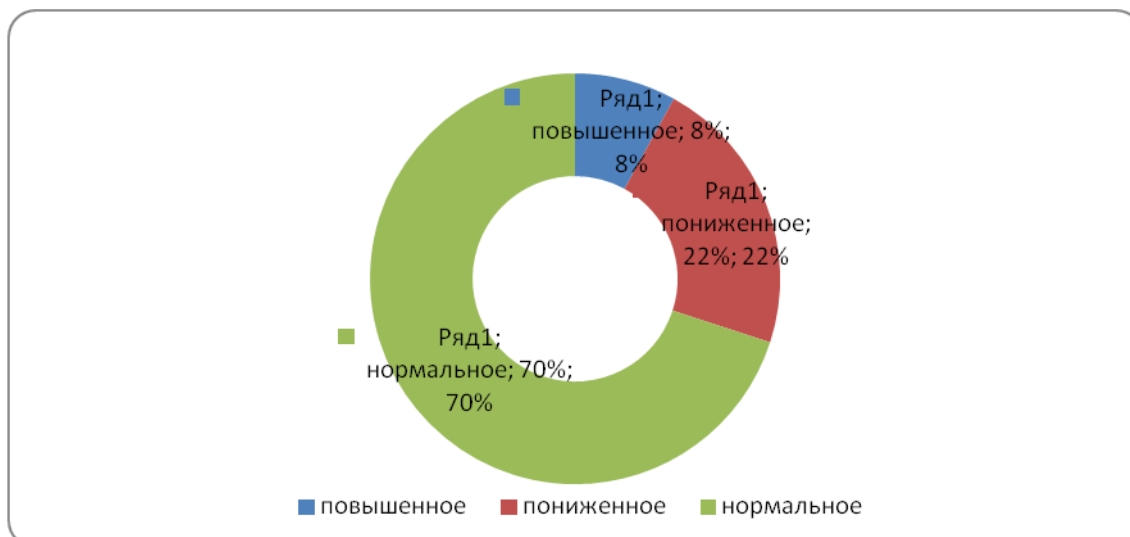


Рисунок 7. Уровень АД у студенток.

Обсуждение полученных результатов:

Таким образом, в опрошенной группе студенток наблюдается недооценка значимости наследственности как ведущего фактора риска ССЗ. Неблагоприятной тенденцией является широкая распространенность курения. Невнимательное отношение к своему здоровью проявляется обращением большинства респондентов к врачу лишь при ухудшении состояния и, как следствие, отсутствием информации о таких важных показателях как общий холестерин и сахар крови.

Литература:

1. Заболеваемость населения России в 2007 году. Статистические материалы, Москва, 2008.
2. Зволинская Е.Ю., Александров А.А. Оценка риска развития и сердечно-сосудистых заболеваний у лиц молодого возраста. Кардиология 2010; 50 (8): 37-47.
3. *Кимициди М.Г., Зволинская Е.Ю.* Изучение распространенности основных факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний среди студенческой молодежи. URL: http://medpro.ru/article/izuchenie_rasprostranennosti_osnovnykh_faktorov_riska_serdechno_sosudistykh_zabolevanii_sr (дата обращения 10.09.2014).
4. Трухачева Н.В. Математическая статистика в медико-биологических исследованиях с применением пакета Statistica. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 384 с.
5. Bertuccio P, Levi F, Lucchini F, et al. Coronary heartdisease and

cerebrovascular disease mortality in young adults: recent trends in Europe // European Journal of Cardiovascular Prevention&Rehabilitation August 2011 18: 627-634.

Ключевые слова: профилактика, сердечно-сосудистые заболевания, факторы риска, женская популяция.

Key words: prevention, cardiovascular diseases, risk factors, female population.

Осипов А.Ю.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ У СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ¹⁶

*Красноярский государственный медицинский университет
им. проф. В.Ф.Войно-Ясенецкого, кафедра физической культуры,
Красноярск, Россия, Ale44132272@ya.ru*

Сегодня, по мнению авторитетных ученых, наблюдается существенный недостаток действенных программ здоровьесбережения учащихся образовательных учреждений Российской Федерации, в том числе и студентов высших учебных заведений [1]. На момент прохождения обязательного медицинского осмотра около 70% процентов молодых людей имеют одно или несколько различных заболеваний. Известно, что на старших курсах обучения количество подобных студентов достигает 80% от всего контингента обучающихся [3]. Исправить сложившуюся негативную ситуацию должны, по мнению специалистов, качественно сформированные, за время обучения в вузе, здоровьесберегающие компетенции молодых людей.

Однако до сих пор так и не удалось добиться значительного увеличения числа относительно здоровых студентов в высшей школе. Автор считает одной из причин этой неудачи то обстоятельство, что в многочисленных теориях и программах по формированию здоровьесберегающих компетенций у студентов не нашлось должного места таким важным компонентам, как физическое воспитание и ежедневная двигательная активность молодежи, что в корне неверно [5].

¹⁶ Osipov A. Yu. The Formation Of Health Competencies Of The Students In Physical Education. Krasnoyarsk State Medical University, Dept. of Physical Education, Krasnoyarsk.