

Агаларова Л.С., Адигузелов Ф.Б., Гамзаева М.А., Ильясова У.Г., Абдулкеримова Д.Р.

Изучение и оценка состояния здоровья студентов

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный медицинский университет», г. Махачкала

Agalarova L. S., Adiguzelov F. B., Gamzaeva A. M., Ilyasova Y. G., Abdulkirimova D. R.

Study and evaluation of the health status of students

Резюме

Целью исследования явилось изучение состояния здоровья и отношение к нему студентов и разработка рекомендаций по совершенствованию охраны и укреплению их здоровья. Настоящее исследование проводилось в Дагестанском государственном медицинском университете (ДГМУ) в 2015-2016 гг. Объектом исследования явились студенты ДГМУ - 457 человек. Внедрены методические рекомендации, где представлены различные пути улучшения здоровья студентов через внедрение новых технологий обучения в образовательный процесс, рациональную организацию режима умственной и физической деятельности, гигиеническое воспитание.

Ключевые слова: здоровье студентов, заболеваемость, здоровый образ жизни

Summary

The aim of the study was to investigate health status and attitude of students and development of recommendations for improving protection and strengthening of their health. The present study was carried out in the Dagestan state medical University (DGMO) in 2015-2016, the Object of the study was the students DGMU - 457. Implemented guidelines, where various ways of improving the health of students through the introduction of new learning technologies in the educational process, the rational organization of the regime of mental and physical activities, health education.

Key words: students' health, morbidity, healthy life

Введение

Молодежь наиболее активно, чем остальная часть населения реагирует на процессы, происходящие в обществе. В условиях снижения качества жизни, изменения нравственных ценностей, неуверенности в своем будущем от молодых людей требуется значительная мобилизация сил для адаптации к новым условиям проживания, обучения, формирования межличностных отношений, к высокой умственной и физической нагрузке. Без оптимального уровня здоровья, которое имеет огромное значение для успешного обучения, работы и т.д. нет будущего [3,4].

Здоровье молодежи имеет решающее значение для здоровья будущих поколений, развития общества в целом. Оно в большой степени зависит от собственных действий индивида и выбора им своего поведения.

Вопросам формирования здоровья учащейся молодежи посвящено значительное число публикаций [1-4]. В них убедительно показана тесная взаимосвязь социально-гигиенических, медико-биологических факторов с уровнем здоровья и определена роль в возникновении, развитии и прогрессировании заболеваний.

Цель исследования – изучить состояние здоровья и отношения к нему студентов медицинских учебных заведений и разработать рекомендации по совершенствованию охраны и укреплению их здоровья.

Материал и методы

Настоящее исследование проводилось в Дагестанском государственном медицинском университете (ДГМУ) в 2015-2016 гг. Объектом исследования явились студенты ДГМУ - 457 человек. Методом анкетирования изучили отношение студентов к собственному здоровью, а так же заболеваемость по данным карт амбулаторных пациентов. В работе использованы следующие методы исследования: социологический, анкетирования, выкопировки данных из первичной документации, статистический.

Результаты и обсуждение

Важное значение в изучении заболеваемости, а также в оценке состояния здоровья и профилактики заболеваний у студентов принадлежит медицинским осмотрам, на долю которых приходится до 34% всего объема деятельности студенческой поликлиники. Основной целью медицинских осмотров является углубленное изучение заболеваемости студентов, выявление и диспансеризация хронических больных.

Нами изучена структура обращаемости молодежи в студенческую поликлинику. Причинами обращений, в основном, являлись острые заболевания, травмы или обострения хронической патологии. Уровень показателя

заболеваемости по обращаемости в целом составил 135,4 на 1000 человек. В структуре заболеваемости по обращаемости на первом месте стоят болезни органов дыхания (64,7%), на втором – болезни органов пищеварения (15,3%), на третьем – болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (9,4%), на четвертом – травмы, отравления и другие последствия воздействия внешних причин (5,9%) и на пятом – уха и сосцевидного отростка (4,7%).

В структуре заболеваемости болезнями органов дыхания: первое место занимают острые респираторно-вирусные инфекции (57,3%), за ними следовали острый назофарингит и синусит (по 9,3%), бронхит (7,5%) и грипп (6%).

Важное значение в изучении заболеваемости, оценке состояния здоровья и профилактики заболеваний у студентов принадлежит медицинским осмотрам, на долю которых приходится до 19% всего объема деятельности студенческой поликлиники.

Основной целью медицинских осмотров являлось углубленное изучение заболеваемости студентов, выявление и диспансеризация хронических больных.

В структуре заболеваемости по данным медицинских осмотров среди студентов чаще всего выявлялись болезни органов пищеварения (25,1%), на втором месте - болезни мочеполовой системы (17,8%), в основном обусловленные заболеваниями женской половой сферы, на третьем - болезни глаза и его придаточного аппарата (13,9%).

Большая часть факторов риска, способствующая возникновению хронических заболеваний, относится к субъективным, зависящим от поведения самого человека.

Результаты анкетирования показали, что 34% студентов не бывают на свежем воздухе: 16,2% гуляют только по выходным, 12,3% - реже 1 раза в неделю, а у 5,7% участников опроса прогулки заменяет дорога до места учебы и обратно.

Большую часть времени студенты посвящают подготовке к занятиям. Наше исследование показало, что каждый 5 респондент тратит на самостоятельную работу дома 7 и более часов.

На старших курсах время, затрачиваемое, на занятия уменьшается, так как объем домашних заданий наиболее большой только на начальных курсах обучения. Если в 16-17 лет свое свободное время на подготовку к занятиям тратят $47,5\% \pm 3,1$, то в 20 лет и старше $24,2\% \pm 2,1$ ($p < 0,001$).

Около половины респондентов указали на неудовлетворительное состояние здоровья как фактор, препятствующий успешному обучению: причем 21,3% считают, что здоровье повлияло на их успеваемость в большей степени. У значительной части опрошенных (47,1%) можно констатировать длительные перерывы между приемами пищи. Каждый третий питался всухомятку. Юноши достоверно чаще питаются в кафе, чем девушки ($33,4\% \pm 2,1$ против $18,3\% \pm 1,7$, $p < 0,05$) и дома ($14,9\% \pm 2,3$ против $8,5\% \pm 1,2$, $p < 0,05$). С возрастом повышается доля студентов, питающихся в кафе (с $47,5\% \pm 3,1$ до $75,2\% \pm 2,8$, $p < 0,05$) и дома (с $1,9\% \pm 0,8$ до $28,7\% \pm 3,2$, $p < 0,001$).

Заключение

Приведенные в данном разделе работы результаты исследования свидетельствуют: в структуре заболеваемости по обращаемости на первом месте стоят болезней органов дыхания, на втором - болезни органов пищеварения, третьем и четвертом - болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни кожи и подкожной клетчатки; юноши обращаются в студенческую поликлинику чаще, чем девушки; интенсивность обращений самая высокая на втором курсе.

Нами внедрены методические рекомендации, где представлены различные пути улучшения здоровья студентов через внедрение новых технологий обучения в образовательный процесс, рациональную организацию режима умственной и физической деятельности, гигиеническое воспитание. ■

Агаларова Л.С., Адигузелов Ф.Б., Гамзаева М.А., Ильясова У.Г., Абдулкеримова Д.Р., ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный медицинский университет» Кафедра общественного здоровья и здравоохранения, Махачкала. Автор, ответственный за переписку - Луиза Агаларова <luiza_agalarova@mail.ru

Литература:

1. Васильева О.Л. Заболеваемость, образ жизни и пути совершенствования медицинского обслуживания студентов высших учебных заведений // Автореф. дис.... канд. мед. наук. - Иваново, 2001. - 22 с.
2. Максименко Л.Л., Курьянов А.К. Изучение мнения населения о проблемах здоровья и здравоохранения // Здравоохранение Российской Федерации. - 2003. - № 1. - С. 20-22.
3. Максимова Т.М. Состояние здоровья и ценностные ориентации современной молодежи // Здравоохранение Российской Федерации. - 2002. - № 2. - С. 40-43.
4. Медик В.А., Осипов А.М. Университетское студенчество: образ жизни и здоровье. - М.: Логос, 2003. - 200 с.