

Вестник Дагестанской государственной медицинской академии. – 2022. – Т. 45, №4. – С. 3-22.

3. Сочивко, Д.В. Повседневная и аффективная интернет-зависимости: отношение к экзистенциальному развитию личности / Д.В. Сочивко, Т.А. Симакова // Прикладная юридическая психология. – 2021. – №1. – С. 13-18.

4. Лысак, И.В. Компьютерная и Интернет-зависимость: эволюция подходов к исследованию проблемы / И.В. Лысак // Мир науки, культуры, образования. – 2017. – Т. 65, №4. – С. 206-209.

5. Топильская, О.А. Оценка уровня интернет-аддикции у студенческой молодежи: диагностический инструментарий / О.А. Топильская // Гуадеамус. – 2021. – Т. 20, №1. – С. 52-60.

6. Уровень зависимости от устройств, обеспечивающих удаленный сетевой доступ, и факторы на него влияющие: исследование студентов медицинских вузов России / С.И. Богданов, Ю.К. Гладышева, С.И. Кузнецов [и др.] // Вестник Дагестанской государственной медицинской академии. – 2022. – № 4 (45) – С. 3-22.

Сведения об авторах

Ю.Ш. Тагоев – студент

Е.И. Широкова* – студент.

С.И. Богданов – доктор медицинских наук, доцент

Information about the authors

Yu.Sh. Tagoev – student

E.I. Shirokova* – student

S.I. Bogdanov – Doctor of Science (Medicine), Associate Professor

***Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):**

eugenias2000@mail.ru

УДК 616.89

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Александра Александровна Штанова, Дарья Артемовна Степина, Егор

Александрович Макаров, Екатерина Ивановна Бабушкина

Кафедра психиатрии, психотерапии и наркологии

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения РФ

Екатеринбург, Россия

Аннотация

Введение. Воздействие неблагоприятных факторов образовательного процесса приводит к ухудшению адаптационных возможностей, возникновению функциональных расстройств и хронической патологии у студентов; это проблемы, с которыми студенты не хотят и не умеют справляться. В связи с этим, повышается значимость формирования знаний о сохранении собственного здоровья у студентов. **Цель исследования** - выявить значимость ценности здоровья для студентов, а также факторы, влияющие на их здоровье.

Материал и методы. Одномоментное исследование проводилось с помощью метода анонимного анкетирования, составленного сотрудниками Центра мониторинга вредных привычек среди детей и подростков ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Министерства здравоохранения РФ (г. Москва). В нем участвовали студенты 4-5 курсов педиатрического, лечебно-профилактического и медико-профилактического факультетов ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» при помощи Google forms.

Результаты. Из 160 участвовавших респондентов большинство оценило свое здоровье как «отличное» и «хорошее». Алкогольные напитки употребляют 81 % студентов, 41% респондентов курят, 44 % студентов страдают заболеваниями желудочно-кишечного тракта, 24 % - заболеваниями сердечно-сосудистой системы, у 38 % - встречается патология опорно-двигательного аппарата, 20% - страдают неврозом, нервными тиками и головной болью напряжения. 68 % респондентов болели COVID-19, в связи с этим у 44% студентов ухудшилось состояние здоровья. **Выводы.** Основными факторами ухудшения здоровья студентов являются: аддиктивное поведение, низкая двигательная активность студентов, нарушение режима питания, несоблюдение режима труда и отдыха, перенесенная коронавирусная инфекция COVID-19. Использование полученной информации повысит компетентности студентов в вопросах здоровьесбережения и формирования устойчивой мотивации на здоровье.

Ключевые слова: здоровье, ценность здоровья, отношение к здоровью, основные факторы, влияющие на культуру здоровья студентов.

MAIN FACTORS AFFECTING STUDENTS' HEALTH

Alexandra A. Shtanova, Daria A. Stepina, Ekaterina I. Babushkina, Egor A. Makarov

Department of Psychiatry, Psychotherapy and Narcology

Ural state medical university

Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. The difficulty of the educational process in medical university leads to a decrease in adaptive capabilities, new functional disorders and chronic illnesses in students' population; these are the problems that students are unwilling and unable to deal with. In connection with this, it is important to share knowledge about the preservation of their own health with students. **The purpose of the study** is to identify the significance of the value of health for students, as well as factors affecting their health. **Material and methods.** A cross-sectional study was conducted using the anonymous questionnaire method, compiled by the staff of the Center for Monitoring Bad Habits among Children and Adolescents of the Federal State Budgetary Institution of the Ministry of Health of Russia (Moscow). It was attended by students of 4-5 courses of the pediatric, general medicine and medical-preventive faculties of Ural State Medical University by Google forms. **Results** Of the 160 respondents, the majority rated their health as "excellent" or "good". According to our study, alcoholic beverages are consumed by 81% of students, 41% of respondents smoke, 44% of students suffer from diseases of the gastrointestinal tract, 24% - from diseases of the cardiovascular system, 38% -from pathology of the musculoskeletal

system, 20% - suffer from neurosis, nervous tics and tension headache. 68% of respondents were ill with COVID-19, and 44% of students had a connect with it the worsening of their health. **Conclusions.** The main factors in the deterioration of students' health are smoking and drinking, low physical activity, violation of the diet, non-compliance with the regime of work and rest, the coronavirus infection. Use of the information received in this research will increase the competence of students in matters of health and the formation of sustainable motivation to lead a better life.

Keywords: health, value of health, attitude to health, main factors influencing the culture of students' health.

ВВЕДЕНИЕ

Современный образовательный процесс ориентирован на способность студента, на его личностные особенности, а также на уровень состояния здоровья. В связи с этим одной из приоритетных задач образования является формирование у студента особого отношения к своему здоровью, как социальной ценности и субъективной значимости, которые определяют развитие личности в реализации своих жизненных задач [1].

Среди факторов, определяющих эффективность формирования культуры здоровья, большая роль принадлежит культурологическим факторам, обуславливающих отношение человека к здоровью и формированию здорового образа жизни [1].

Так, воздействие неблагоприятных факторов образовательного процесса (интенсивность, загруженность и т.д.) приводит к ухудшению адаптационных возможностей, возникновению функциональных расстройств и хронической патологии у студентов [2]. Результаты многочисленных исследований свидетельствуют о низкой компетентности студентов в вопросах формирования здоровья и их низкой готовности заниматься собственным здоровьем [2].

В связи с этим, повышается значимость проблемы сохранения здоровья студентов и актуальности в формировании системы здоровьесберегающих знаний и убеждений у будущих специалистов.

Цель исследования – выявить значимость ценности здоровья для студентов, а также факторы, влияющие на их здоровье.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Одномоментное исследование проводилось с помощью метода анонимного анкетирования студентов 4-5 курсов педиатрического, лечебно-профилактического и медико-профилактического факультетов ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» при помощи Google forms. Анкеты были составлены сотрудниками Центра мониторинга вредных привычек среди детей и подростков ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Министерства здравоохранения РФ (г. Москва). Критерия включения в исследование: возраст старше 18 лет, обучение в высшем учебном заведении, добровольное согласие студента на участие в анкетировании. Анкета содержит 37 вопросов: анамнестические данные (возраст, пол, семейное положение), отношение студентов к курению и алкогольным напиткам, наличие соматической патологии, отношение к диспансеризации и принципам ЗОЖ. Свод материалов,

формирование баз данных и их статистическая разработка проводилась в Microsoft Excel 2010, значения $p < 0,05$ считались статистически значимыми.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В анкетировании участвовало 160 студентов 4-5 курсов Уральского государственного медицинского университета: 131 девушек (82%), 29 юношей (18%). Средний возраст участников составил $22,99 \pm 0,97$ лет.

При изучении отношения студентов к своему здоровью были выявлены следующие особенности: 62% респондентов оценили свое здоровье как «отличное» и «хорошее»; 35% - как «удовлетворительное» и 3% - как «плохое». Из вредных привычек у студентов выявлено, что алкогольные напитки употребляют 81 % студентов: из них 37% респондентов употребляют алкоголь 2-3 раза в месяц; 34% респондентов – только по праздникам; 29% студентов алкоголь употребляют редко – до 5 раз в год. Курят 41% респондентов, из них: 8 % курят обычные сигареты; 26 % - курят электронные сигареты; 7 % - курят кальян.

Также было выявлено, что 44 % студентов страдают заболеваниями желудочно-кишечного тракта, 24 % - заболеваниями сердечно-сосудистой системы, у 38 % - встречается патология опорно-двигательного аппарата, 20% - страдают неврозом, нервными тиками и головной болью напряжения.

Кроме того, было выявлено, что 68 % респондентов болели COVID-19, в связи с этим у 44% студентов ухудшилось состояние здоровья. Так при диспансеризации дополнительно у 32% учащихся впервые была выявлена соматическая патология.

ОБСУЖДЕНИЕ

На уровень здоровья влияет аддиктивный образ жизни, особенно такая форма зависимого поведения как употребление алкоголя и курение. По данным анкетирования 81% студентов употребляют алкоголь: 58% студентов употребляют алкоголь 2-3 раза в месяц и по праздникам. Лишь 29% студентов редко употребляют алкоголь (до 5 раз в год), что ниже в 2 раза числа студентов, употребляющих чаще алкоголь (2-3 раза в месяц или по праздникам). Курят 41% студентов: простые сигареты курят 8 % студентов; электронные сигареты – 26%; курят кальян – 7%. Ежедневно курят: 5% респондентов обычные сигареты; 22% - электронные сигареты и 0,6% курят кальян. Несколько раз в неделю: 0,7% студентов курят- обычные сигареты, 2,5% - электронные и 0,7% - кальян. Так 2-3 раз в месяц 1,5% респондентов курят электронные сигареты и кальян. Таким образом, большая часть курящих подростков (26%) предпочитают курить электронные сигареты, причем 22% - курят ежедневно. Большим риском появления проблем со здоровьем служит склонность подростков к экспериментам как со спиртными напитками, так и курением, особенно с электронными носителями. Поэтому, возникает необходимость регулярного проведения мероприятий по первичной профилактике алкоголизма и табакокурения.

На здоровье оказывает влияние и физическая активность студентов. Так по данным анкетирования, помимо занятий физкультурой в рамках учебной программы, занимаются в спортивных секциях и посещают бассейн 28%

студентов. Но при этом 37% студентов на занятиях по физической культуре занимаются в подготовительной и специальной группах по состоянию здоровья. В связи с этим, повышение уровня двигательной активности является необходимым условием улучшения качества жизни студентов [3].

Состояние здоровья зависит и от наличия у студентов соматических заболеваний. Так при анкетировании было выявлено, что 44% студентов страдают заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Из них: 6% - патология печени; 32% - гастрит, язвенная болезнь 12 перстной кишки; 3% – заболевание поджелудочной железы. Эти данные свидетельствуют о необходимости усиления профилактической работы по пропаганде здорового питания и соблюдения режима питания студентами.

Также было выявлено, что 24% респондентов страдают заболеваниями сердечно-сосудистой системы, что повышает значимость диспансерного наблюдения и регулярного проведения профилактического лечения. Кроме того, у 38% студентов встречается патология опорно-двигательного аппарата: 11% - остеохондроз, спондилит; 27% - сколиоз, что требует активного вовлечения студентов к занятию физкультурой и спортом.

Необходимо отметить, что 68% респондентов переболели COVID-19 и у 44% из них наблюдается ухудшение здоровья. Так, 12% студентов отмечали жалобы на быструю утомляемость; 4% - нарушения сна; 3% - стали чаще болеть простудными заболеваниями. Так при диспансеризации у 32% обучающихся дополнительно была выявлена соматическая патология: у 6% - заболевания сердечно-сосудистой системы; у 7% - патология желудочно-кишечного тракта; у 18% - ухудшение зрения; у 1% - патология суставов. Наличие негативных изменений со стороны здоровья, свидетельствует о необходимости проведения ежегодной диспансеризации студентов.

Таким образом, учитывая введение аддитивного образа жизни, наличие соматической патологии и низкой физической активности студентов возникает необходимость повышения компетентности студентов в вопросах здоровьесбережения и формирования у них устойчивой мотивации на здоровье [2]. С целью повышения компетенции студентов в вопросах формирования ЗОЖ и готовности их заниматься своим здоровьем, возникает необходимость обучения здоровому образу жизни и активному вовлечению студентов в процесс разработки индивидуальных оздоровительных программ, с целью формирования у них заинтересованного отношения к здоровью и приверженности к здоровому образу жизни [4].

ВЫВОДЫ

1. Основными факторами ухудшения здоровья студентов являются: * аддиктивное поведение (58% респондентов употребляют алкоголь 2-3 раза в месяц; 22% - ежедневно курят электронные сигареты); * низкая двигательная активность студентов (38% студентов страдают патологией опорно-двигательного аппарата); * нарушение режима питания (44% - страдают заболеваниями желудочно-кишечного тракта); * не соблюдение режима труда и отдыха (24% - заболевание сердечно-сосудистой системы), * а также

перенесенная коронавирусная инфекция COVID-19 (у 32% студентов была выявлена соматическая патология).

2. Использование информации о факторах ухудшающих здоровье при разработке программ комплексной профилактики аддитивного поведения, формирования мотивации и закрепление у студентов привычек по введению здорового образа жизни, повысит компетентности студентов в вопросах здоровьесбережения и формирования устойчивой мотивации на здоровье.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Березовская, Р.А. Исследования отношения к здоровью: современное состояние проблемы в отечественной психологии // Вестник СПбГУ. – 2011. – № 1. – С. 221-226.

2. Хорошева, Т.А. Концептуальные основы здоровьесбережения как важный фактор повышения качества образования // Молодой ученый. – 2017. – №13 – С. 619-621.

3. Двигательная активность как фактор формирования здорового образа жизни студенческой молодежи / Л.Г. Климацкая, А.И. Шпаков, С. Ласкене [и др.] // Сибирское медицинское обозрение. – 2011. – №1. – С. 61– 67.

4. Популо, Г.М. Педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов в зависимости от характерологических свойств личности: специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования»: автореферат дис. канд. пед. наук/ Популо Гельшиган Миргазовна; Самарский государственный педагогический университет. – Самара, 2006. – 24 с. – Место защиты: Самарский гос. пед. университет.

Сведения об авторах:

А.А. Штанова*– студент

Д.А. Степина – студент

Е.А. Макаров – студент

Е.И. Бабушкина- кандидат медицинских наук, доцент

Information about the authors

A.A. Shtanova*- student

D.A. Stepina – student

E.A. Makarov– student

E.I. Babushkina - Candidate of Science (Medicine), Associate Professor

***Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):**
alekshtanova@gmail.com

УДК 392 (620)+615.86

ВЛИЯНИЕ ЭТНОКУЛЬТУРАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЕГИПТЯН НА ОТНОШЕНИЕ К ПСИХИАТРИИ И ОКАЗАНИЮ ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Мохамед Бахдади Ибрахим Эльсахаби, Рана Мохамед Абделхабир Фуда Салем, Людмила Тимофеевна Баранская

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения РФ