

Список литературы:

1. Гитман Т.А. Интерактивные инструменты и соревновательный подход как способ повышения мотивации студентов к участию в научно-исследовательской деятельности / Т.А. Гитман, П.Г. Гавриков, Д.Л. Зорников // Сборник материалов VII всероссийской научно-практической конференции «От качества медицинского образования – к качеству медицинской помощи». – 2018. – С. 95 – 100

2. Григорьева Ю.В. Мониторинг удовлетворенности студентов качеством тренировочных тестовых заданий для подготовки к сдаче рубежных компьютерных контролей на кафедре микробиологии, вирусологии и иммунологии / Ю.В. Григорьева, Д.Л. Зорников // Сборник материалов V всероссийской научно-практической конференции «От качества медицинского образования – к качеству медицинской помощи». – 2016. – С. 112 – 117

3. Кирьянова Е.А. Формирование системы менеджмента качества классического университета: пути и перспективы / Е.А. Кирьянова // Инновации. – 2010. - №8. – С. 92-95

4. Копосова О.В. Оценка эффективности лекционного курса и методологического сопровождения на кафедре микробиологии, вирусологии и иммунологии по итогам анкетирования студентов 2 курса / О.В. Копосова, Ю.В. Григорьева, Д.Л. Зорников // Сборник статей IV Международной (74 Всероссийской) научно-практической конференции «Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения» Екатеринбург. – 2019. – С. 713-716

5. Ларионова А.О. Оценка удовлетворенности потребителей образовательных услуг как элемент системы менеджмента качества учебного заведения / А.О. Ларионова // Вестник бурятского государственного университета. – 2012. – №15. – С. 52-56

УДК 616-021.2

**Грачёва В.А., Миннегалиева Э.Р., Исакова Д.А., Усынин И.Г., Чуринов Ю.А.
Ножкина Н.В.**

**ОЦЕНКА ОСВЕДОМЛЕННОСТИ ЛИЦ СТАРШЕЙ ВОЗРАСТНОЙ
ГРУППЫ О ФАКТОРАХ РИСКА АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ,
ОСЛОЖНЕНИЯХ И МЕРАХ ПРОФИЛАКТИКИ**

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

**Gracheva V.A., Minnegalieva E.R., Isakova D.A. Usynin I.G., Churin Y.A.,
Nozhkina N.V.**

ASSESSMENT OF THE AWARENESS OF PERSONS OF THE OLDER AGE GROUP ON RISK FACTORS OF ARTERIAL HYPERTENSION, COMPLICATIONS AND PREVENTIVE MEASURES

Department of public health and health care
Ural state medical university
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: ivan.usynin@yandex.ru

Аннотация. В статье представлены данные оценки результативности «Школ здоровья и активного долголетия», организованных студентами – волонтерами Уральского государственного медицинского университета, с целью информирования пациентов пожилого возраста о профилактике, факторах риска и последствиях артериальной гипертонии.

Annotation. The article presents the evaluation of the effectiveness of "Schools of health and active longevity", organized by students – volunteers of the Ural state medical University, in order to inform elderly patients about the prevention, risk factors and consequences of arterial hypertension.

Ключевые слова: артериальная гипертензия, пожилой возраст, школа здоровья, факторы риска, самоконтроль, комплаенс.

Key words: hypertension, old age, school of health, risk factors, self-control, compliance.

Введение

Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) являются главной причиной смерти в мире. Артериальная гипертония (АГ) — одно из наиболее распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы, приводящее к тяжелым осложнениям: инсульту, инфаркту миокарда и др. [1, 2]. Актуальной проблемой является недостаточная осведомленность граждан о факторах риска и профилактике артериальной гипертонии, особенно среди лиц пожилого возраста – той группы населения, которая чаще всего подвержена данному заболеванию. Получая результаты опросов пациентов об элементарных знаниях на данную тему, появляется возможность выделить основные проблемы и предпринимать шаги, направленные на профилактику развития патологий сердечно-сосудистой системы, тем самым снижая случаи развития и осложнения заболевания. Профилактика АГ является простым и доступным способом поддержания здоровья, поэтому была разработана программа занятий «Школы здоровья и активного долголетия» [3, 4], целью которой является предупреждение сердечно-сосудистых осложнений, формирование принципов правильного питания и физической активности в пожилом возрасте.

Цель исследования – оценка результативности проведения занятий «Школы здоровья и активного долголетия» по тематике профилактики, факторам риска и последствиям артериальной гипертонии для людей пожилого возраста.

Материалы и методы исследования

Исследование выполнено в рамках проведения «Школы здоровья и активного долголетия» (далее - «школа») по тематике профилактики артериальной гипертензии, предназначенной для пациентов старших возрастных групп. Школу проводили волонтеры - студенты старших курсов лечебно-профилактического факультета Уральского государственного медицинского университета (УГМУ), которые прошли обучение под руководством доцента кафедры семейной медицины УГМУ к.м.н. Андрияновой О.В. на базе Свердловского областного центра медицинской профилактики. Было проведено 5 школ в период октябрь-декабрь 2019 г. на базе ЦГКБ №6 г.Екатеринбурга; поликлиники №2 ГКБ №40 г.Екатеринбурга; Верхнепышминской школы-интерната имени С.А. Мартиросяна. Общее количество слушателей - 52 человека, возраст слушателей - старше 50 лет. Программа школы включала 3 занятия по темам: «Как сохранить свое сердце здоровым?», «Основы правильного питания», «Физическая активность и ЛФК». Общая продолжительность занятий - 9 часов. Методы исследования - социологический, статистический. На первом занятии с участниками проводился опрос с использованием специально разработанной анкеты для оценки исходного уровня знаний и субъективной позиции по следующим 3 блокам информации: понимание риска артериальной гипертензии (3 вопроса), организации рационального питания (5 вопросов), отношение к физической активности (4 вопроса), всего 12 вопросов. По окончании цикла занятий проводился повторный опрос для оценки изменений в ответах на вышеуказанные вопросы, а также в анкету был дополнительно включен 4-й блок из 10 вопросов для оценки удовлетворенности участников организацией обучения в школе. Статистическая обработка данных анкетирования выполнена в программе Microsoftoffice Excel 2019. Рассчитаны показатели эффективности полученных знаний и проведена оценка достоверности различий показателей по критерию Стьюдента t .

Результаты исследования и их обсуждение

Первый срез анкетирования слушателей школы позволил выявить исходное отношение респондентов по ряду ключевых вопросов, касающихся профилактики артериальной гипертензии и ее осложнений. Результаты ответов по 1 блоку (вопросы 1-3) показали:

1. 59,6% опрошенных считают, что «существуют тяжелые болезни, развитие которых можно предотвратить»;
2. 96,1% указали, что «повышенным считается уровень артериального давления 140/90 мм рт. ст. и выше»;
3. 53,8% считают, что «если гипертензия хорошо переносится, то она требует лечения».

Полученные результаты ответов по данному блоку вопросов подтверждали необходимость освещения темы важности мониторинга уровня артериального давления (АД) для профилактики опасных последствий

высокого давления. На первом занятии слушатели узнали о первых симптомах приступов стенокардии, инсульта, инфаркта миокарда и были обучены первой доврачебной помощи и необходимому алгоритму действий при возникновении неблагоприятных симптомов. Разъяснялись ожидаемые улучшения прогнозов на жизнь и работоспособность пациентов благодаря своевременной госпитализации в специализированный стационар. Продолжительность занятия составила 3 ч.

Анализ исходного анкетирования по блоку 2 (вопросы 4-8) показал следующее:

4. 73% респондентов полагали, что «потребность в энергии, поступающей с пищей, одинакова у мужчин и женщин одного возраста»;

5. 40,3% считали, что «если утром не хочется есть – завтрак можно пропустить»;

6. 46,1% указали, что «людям старшей возрастной группы требуется уменьшить количество белка, поступающего с пищей»;

7. 94,2% - «ежедневно рекомендуется употребление 100 - 200 граммов овощей и фруктов»;

8. 69,2% полагают, что «ежедневное употребление небольших доз алкоголя полезно для здоровья».

В связи с этим на втором занятии обсуждалось формирование приверженности принципам здорового питания для коррекции индивидуального и ежедневного рациона, дополнительно в рамках беседы обсуждались вопросы диеты при артериальной гипертензии, сахарном диабете, ожирении.

Ответы респондентов при первом срезе анкетирования по блоку 3 (вопросы 9-12) по физической активности представлены следующим образом:

9. 42,3% считают, что «при ведении малоподвижного образа жизни опасно для здоровья начинать повышать физическую активность в пожилом возрасте»;

10. 100% полагают, что «нужно выбирать такой вид физической активности, который приносит удовольствие»;

11. 100% - «для улучшения здоровья необходимо ходить пешком в умеренном темпе (с ускорением) не менее 30 минут в день»;

12. 42,3% - «для людей старшей возрастной группы полезны упражнения с задержкой дыхания, наклонами».

Для обсуждения данного блока вопросов на занятии 3 рассматривались темы выносливости и тренированности организма, влияние этих факторов на здоровье и сопутствующие заболевания, важность физической активности в пожилом возрасте и профилактики заболеваний при составлении повседневных комплексов упражнений.

Анализ результативности занятий школы показал, что при 2 срезе анкетирования (после проведенных занятий) информированность слушателей существенно повысилась. Так, доля правильных ответов по вопросам 1-3

увеличилась на 45,8%, изначально недостаточная осведомленность о правильном питании в пожилом возрасте (вопросы 4-9) после занятий повысилась в среднем на 74%, информированность об особенностях физической нагрузки для лиц старше 50 уровне (вопросы 10-12), после проведенных занятий повысилась на 43%.

Сравнение результатов 1-го и 2-го среза анкетирования по вопросам 1-12 представлено на рисунке 1.

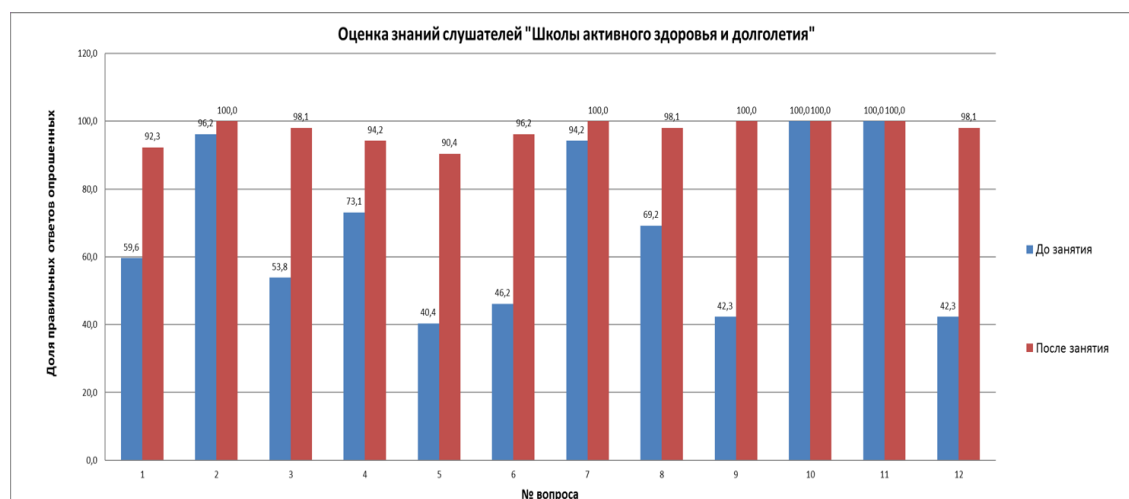


Рис.1. Результаты 1-го и 2-го срезов анкетирования по оценке информированности слушателей «Школы здоровья и активного долголетия» (% правильных ответов)

Для анализа удовлетворенности слушателям школы предлагалось представить свои оценки по пятибалльной системе по следующим вопросам анкеты: 1. Организация обучения в Школе в целом, 2. Численность группы, 3. Время проведения занятий, 4. Продолжительность занятий, 5. Частота занятий, 6. «Было много новой информации?», 7. «Обучение в Школе было для Вас полезным?», 8. «Вы удовлетворены обучением в целом?», 9. «Заниматься было интересно?», 10. «Советы, полученные в Школе, выполнимы для Вас?».

Результаты показали, что высшая оценка удовлетворенности организацией обучения составила 4,93 балла, что говорит об отличной подготовленности волонтеров и содержания материала, использованного на занятиях. Наиболее высокая оценка 4,91 балла получена по критериям 7 и 8, что говорит об актуальности и практической значимости информации, которая была представлена на «Школе здоровья и активного долголетия». Наименьшую оценку показал критерий 10 - 4,78, что говорит о недостаточно полном практическом применении советов, которые были даны в ходе лекции в связи с возникающими материальными сложностями.

Выводы:

1. Старшее поколение (50+ лет) недостаточно осведомлено знаниями по вопросам артериальной гипертензии, осложнениях, связанных непосредственно с повышенным артериальным давлением (инсульт, инфаркт миокарда, гипертоническая болезнь). Пациенты редко проводят элементарную оценку

своего здоровья (например, измерение артериального давления в домашних условиях и ведение дневников контроля АД).

2. Входной опрос показал, что слушатели школы наименее информированы по вопросам правильного питания, но после занятия доля правильных ответов увеличилась в среднем на 74%.

3. Осведомленность аудитории об интенсивности физической нагрузки и индивидуальной оценке здоровья возросла после занятий в школе на 43%.

4. Получена высокая оценка удовлетворенности пациентов занятиями в «Школе здоровья и активного долголетия», заинтересованность слушателей в посещении занятий и получении новой актуальной информации.

Список литературы:

1. Всемирная организация здравоохранения // Региональное совещание высокого уровня. Системы здравоохранения в борьбе с неинфекционными заболеваниями, опыт Европейского региона. Итоговое заявление/ Ситжес, Испания, 16-18 апреля 2018 г. - 8 с.

2. Иванова К.Ю. Актуальность школ артериальной гипертензии / К.Ю. Иванова, В.А. Вазап, А.Д. Сидореня, А.С. Кавецкий // Молодой ученый. - 2018. - №14. – С. 124-125

3. Постановление Правительства Свердловской области от 20 мая 2009 года N 557-ПП «О концепции формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Свердловской области на период до 2020 года»

4. Приказ Минздрава России от 30.09.2015 №683н «Об утверждении Порядка организации и осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях».

УДК 614.8

Зарубина А.А., Фоминых П.Э.

АНАЛИЗ ДЕМОГРАФИЧЕСКОЙ ПРОБЛЕМЫ СМЕРТНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ, СВЯЗАННОЙ С УПОТРЕБЛЕНИЕМ АЛКОГОЛЯ, В УРАЛЬСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ ОКРУГЕ

Кафедра эпидемиологии, социальной гигиены и организации
госсанэпидслужбы

Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

Zarubina A.A., Fominykh P.E.

THE ANALYSIS OF THE DEMOGRAPHIC PROBLEM OF MORTALITY RELATED TO ALCOHOL CONSUMPTION IN THE POPULATION OF THE URAL FEDERAL DISTRICT

Department of Epidemiology, Social Hygiene and Organization of the Sanitary and
Epidemiologic Service