

УДК 378.09

DOI: 10.26140/knz4-2019-0803-0010

САМООЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНКЕТИРОВАНИЯ

© 2019

Летяго Анна Владимировна, кандидат медицинских наук,
доцент кафедры педиатрии

Чернуский Вячеслав Григорьевич, доктор медицинских наук, профессор,
зав. кафедрой педиатрии

Говаленкова Ольга Львовна, кандидат медицинских наук,
доцент кафедры педиатрии

Харьковский национальный университет им. В. Н. Каразина
(61022, Украина, Харьков, площадь Свободы, 4, e-mail: peditrics@karazin.ua)

Матвиенко Елена Витальевна, кандидат медицинских наук,
ассистент кафедры педиатрии

Курский государственный медицинский университет
(305041, Россия, Курск, ул. К. Маркса, д.3., e-mail: kurskmed@mail.ru)

Аннотация. Статья посвящена оценке здоровьесберегающего поведения студентов 5-6 курсов, обучающихся по специальности «Медицина». Полученные данные указывают на наличие нарушений в здоровье студенческой молодежи, несмотря на высокую самооценку о состоянии своего здоровья. Данные отклонения развиваются в результате ряда факторов, таких как академическая нагрузка, индивидуальные особенности отношения к своему здоровью, самолечение, поведенческие риски (курение, алкоголь), нерациональное питание. Проведенное исследование показало, что существует потребность в совершенствовании существующих медико-социальных мероприятий по сохранению здоровья студенческой молодежи - потенциала нашего общества.

Ключевые слова: студенты, здоровье, самооценка здоровья, поведенческие риски.

SELF-ASSESSMENT OF HEALTH STATUS OF STUDENTS-MEDICIANS BY THE RESULTS OF THE APPLICATION

© 2019

Letyago Anna Vladimirovanna, Candidate of Medical Sciences, Associate Professor
of the Department of Pediatrics

Chernusky Vyacheslav Grigorievich, Doctor of Medical Sciences, Professor,
Head Department of Pediatrics

Govalenko Olga Lvovna, Candidate of Medical Sciences, Associate Professor
of the Department of Pediatrics

Kharkiv National University. V.N. Karazina
(61022, Ukraine, Kharkov, Svoboda Square, 4, e-mail: peditrics@karazin.ua)

Matvienko Elena Vitalevna, candidate of Medicine, Associate Professor,
School of Medicine

Kursk State Medical University
(305041, Russia, Kursk, K. Marx str., 3, e-mail: kurskmed@mail.ru)

Abstract. The article is devoted to assessing the health-saving behavior of students of 5-6 years studying in the specialty "Medicine". The obtained data indicate the presence of violations in the health of student youth, despite the high self-esteem about the state of their health. These deviations develop as a result of a number of factors, such as academic stress, individual characteristics of attitudes toward one's health, self-medication, behavioral risks (smoking, alcohol), irrational nutrition. The study showed that there is a need to improve existing medical and social measures to preserve the health of student youth - the potential of our society.

Keywords: students, health, self-esteem, behavioral risks.

АКТУАЛЬНОСТЬ. На сегодняшний день на фоне растущей значимости высшей школы отмечается пропорциональное увеличение и числа ее проблем. И одна из самых острых - здоровье молодых людей [1,3,22].

Тенденции в этой сфере за последние десятилетия свидетельствуют не просто о снижении некоторых показателей, а о системных ухудшениях, связанных как с организацией охраны здоровья студентов, так и с изменениями в их образе жизни, что негативно влияет на вопрос профессиональной направленности, а также профессиональной пригодности [2-18]. Многочисленные исследования показывают, что самые низкие показатели здоровья определяются у студентов медицинских вузов в результате особенностей организации обучения в медицинских учреждениях образования, значительной аудиторной и внеаудиторной нагрузки, что ухудшает состояние здоровья будущих врачей, что также снижает их профессиональные возможности [19-21].

Цель исследования – на примере студентов-медиков оценить особенности здоровьесберегающего поведения и самооценки их здоровья.

Материалы и методы. Исследование выполнялось в рамках научно-исследовательской работы «Разработать медико-социальные мероприятия по профилактике производственно-обусловленных заболеваний и про-

фессиональной непригодности учащейся молодежи». Проводили анкетирование, которое включало как альтернативные, так и ранжированные по степени проявлений вопросы относительно вредных привычек, питания, самооценки состояния собственного здоровья. В анкетировании приняли участие 242 студента 5-6 курсов, обучающихся по специальности «Медицина». Опрошенные распределялись по полу (девушки 39,6%, юноши 60,4%), а также выделена группа отечественных студентов (41,7%) и иностранных (58,3%). Статистическая обработка данных проводилась с вычетом относительной величины (Р) и ее погрешности, достоверность полученных значений вычисляли по критерию Фишера.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе проведенного исследования установлено, что 60,5% студентов считают себя полностью здоровыми, 35,0% - скорее здоровыми, а 4,5% - скорее больными. При этом 66,7% учащихся отметили, в основном, удовлетворительное самочувствие, 30,0% - усталость, а 3,3% - жалобы различного характера. Наличие усталости 34,8% опрошенных связывают с академическим нагрузкой, нехваткой свободного времени и отдыха. О том, что студенты хорошо знают определенные социальные нормы относительно заботы о здоровье свидетельствует

то, что подавляющее большинство студентов-медиков (50,9%) считает, что на достаточноном уровне беспокоятся о состоянии собственного здоровья; 39,3% опрошенных подошли к этому вопросу более критично и отметили, что уровень их заботы посредственный.

В первую очередь искренность волнения за здоровье проявляется в частоте вредных привычек. Так, 22,9% студентов-медиков регулярно, хотя и разным количеством, курят, еще 7,9% - курят «от случая к случаю». Также показано, что с определенной периодичностью студенческой молодежью используются алкогольные напитки разной степени крепости. Так, как минимум раз в неделю - пиво (11,8%), вино (10,4%), водка, коньяк - (6,4%). В ходе анализа пищевого поведения студентов установлено, что в одной трети опрошенных присутствуют еженедельно в рационе рыба и продукты из рыбы, у половины - сыр, 1/6 часть студентов употребляет мясо реже одного раза в неделю, а треть - изредка молоко и молочные продукты, свежие овощи и фрукты.

Значительное количество студентов отметило, что достаточно часто имеют ухудшение самочувствия и в половине случаев (46,1%) это было связано с наличием патологического состояния. Довольно часто (33,5%) опрашиваемые указывали о влиянии на их самочувствие особенностей учебного процесса (неудовлетворительные оценки - 18,2%, выполнение контрольных заданий - 17,1% и т.д.). Определенная часть респондентов (24,9%) хуже себя чувствуют в результате семейных конфликтов. На вопрос «Как меняется Ваше поведение при неудовлетворительном самочувствии?» половина респондентов (48,3%) ответили, что не считают нужным афишировать свое состояние, почти треть (37,6%) нуждаются в заботе и внимании со стороны близких, а у 16,9% наблюдаются эмоциональные всплески с элементами агрессии.

Следующим шагом нашего исследования было определение наиболее частых жалоб, которые имеют место у студентов-медиков [6]. Определено, что 62,7% студентов до начала обучения в высшем медицинском учебном заведении не определяли наличия существенных нарушений в состоянии здоровья, 17,9% жаловались на периодическую головную боль, боль в спине и шее (10,9%), снижение зрения (9,6%), боль в сердце (3,3%). На протяжении обучения произошли существенные изменения в частоте определенных симптомов. Так, отмечается существенное снижение доли студентов, которые не имели тех или иных жалоб (28,6%, $p < 0,05$), возросла частота студентов, периодически испытывают головные боли (42,9%, $p < 0,05$); слабость, разбитость (28,6%, $p < 0,05$), чувство тревоги (23,9%, $p < 0,05$), нарушения зрения (19,3%, $p < 0,05$), боль в спине и шеи (21,0%, $p < 0,05$). Необходимо отметить определенные гендерные особенности прогрессирования жалоб. Так, 52,1% лиц женского пола жалуются на головную боль, 33,3% - чувство страха, тревоги, 41,7% - слабость, разбитость, четверть девушек отмечает ухудшение зрения, боли в шее и спине, причем данные симптомы встречаются значительно чаще, чем у юношей ($p < 0,05$). За годы учебы у лиц мужского пола существенно возросла частота головной боли ($p < 0,05$), 38,1% старшекурсников определяют данный симптом. Среди иностранных студентов за годы обучения наблюдается достаточно стабильная динамика относительно соматических проявлений. Так, наиболее частой жалобой являются цефалгии (56,5%) как среди девушек, так и среди юношей. Другие жалобы диагностировались в редких случаях. Очевидно, на данный показатель существенно влияют культурологические особенности с различными принципами организации питания, отдыха, низкой частотой вредных привычек и тому подобное. К сожалению только 46,5% студентов, в случае ухудшения самочувствия, обращаются в лечебные учреждения, почти половина опрошенных (43,5%) предпочитает самолечение, 16,2% пользуются советами фармацевтов-провизоров. Подобная тенденция среди

студентов-медиков может быть связана именно с профилем обучения, а в ряде случаев «обманчивой» уверенностью в своих силах при преодолении определенных проблем со здоровьем как соматического, так и психологического характера.

Среди иностранных граждан, за квалифицированной медицинской помощью обращается 39,7%. Необходимо отметить, что существенное количество студентов-медиков отмечает, что они обратятся к врачу только в случае крайней необходимости (55,8%). Однако, если уж студенты обращаются за медицинской помощью, то большинство из них будут четко выполнять все рекомендации докторов (69,5%). Определенная часть опрошенных указала, что будет выполнять рекомендации только в течение длительности плохого самочувствия (15,1%). Почему студенты-медики, которые постоянно общаются с больными с различными патологическими состояниями, достаточно поверхностно относятся к своему собственному здоровью? Так, Химион Л.В. и соавт. (2013) показали, что у врачей и других работников медицинской сферы сохраняется высокий риск развития ряда психически / психологически обусловленных патологических состояний: поведенческих расстройств, депрессии, синдрома профессионального выгорания, кроме того, среди врачей, как и среди студентов, распространена проблема самолечения [4]. Причиной такой ситуации, по мнению ряда исследователей, является конкурентоспособность и нацеленность на высокие жизненные достижения, что делает невозможным признание собственной слабости и обращения за посторонней помощью. Однако, среди студенчества в формировании данной проблемы может играть роль и низкий уровень воспитания в вопросах здоровья (только 22,3% отметили, что именно данная составляющая является ведущей в заботе о себе), на которое накладывается значительные академические нагрузки, жесткая система отработки, нехватка времени на себя, способствующие самолечению или даже игнорированию проблем со здоровьем. Так, студенты-медики в преобладающем большинстве (59,3%) несмотря на болезнь или ухудшение самочувствия все равно идут на занятия, а пятая их часть (20,3%) даже если не смогут прийти продолжают обучение в домашних условиях. Только 22,4% студентов будут придерживаться принципов рационального лечения с организацией отдыха, соответствующего питания, покоя и тому подобное.

Что может в первую очередь заставить студента-медика проявить заботу о собственном здоровье? На этот вопрос уже пытались дать ответы [4]. Как показал наш опрос (разницы по полу обнаружено не было) стремление к физическому здоровью является наиболее частым стимулом (35,2%). 24,3% студентов отмечают, что, все же, обучение медицине накладывает свой отпечаток и на самооценку здоровья, за счет постоянного поступления профессиональной медицинской информации. Однако, только 16,9% опрошенных указали, что именно наличие отклонений в состоянии здоровья является стимулом для внедрения комплекса мероприятий по его улучшению.

Таким образом, проведенное исследование показало, что в основной массе студенты-медики считают себя здоровыми. Кроме того, детальный анализ поведенческих рисков показал, что по мнению студенческой молодежи они достаточно беспокоятся о своем здоровье, но эта забота скорее иллюзорная, так как среди студенчества распространенные факторы, не имеющие здоровьесберегающих целей, такие как вредные привычки, нарушения в рационе питания, безусловно способствуют формированию условий для плохого самочувствия. Негативной тенденцией следует считать тот факт, что за медицинской помощью молодые люди обращаются в основном в случае чрезвычайной ситуации, забывая, что «лучше провести профилактику, чем лечить болезнь». Именно для этого и нужны обязательные регулярные

профилактические осмотры, целью которых является раннее выявление отклонений в здоровье или оценка текущего состояния с соответствующими рекомендациями. Отдельного внимания заслуживает факт роста частоты жалоб на нарушение зрения, цефалгии, боль в спине и шее именно в процессе обучения, в дальнейшем может привести к определенным профессиональным ограничениям и такие студенты являются группой риска по профессиональной непригодности со временем, что является перспективным в дальнейших исследованиях.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Аникеев Д. М. Проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи // Д. М. Аникеев // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2009. № 2. С. 6-9.
2. Можейко Л. Ф. Медико-социальные аспекты репродуктивного здоровья девочек-подростков / Л. Ф. Можейко, М. В. Буйко // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. 2005. № 4. С. 50-52.
3. Чернявская Л. И. Состояние здоровья студентов, проблемы и пути их решения // Л. И. Чернявская, И. Я. Криницкая, О. П. Малюк // Медсестринство. 2017. - № 1. С. 24-27.
4. Фадеева Т. В. Адаптационное поведение студенческой молодежи с разным уровнем здоровья в социальном пространстве вуза // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2015. № 1 (10). С. 98-100.
5. Мухина С. А., Зими́на И. С. Здоровье в системе ценностных ориентаций студентов // Вестник Марийского государственного университета. 2014. № 3 (15). С. 38-41.
6. Фомин М. С. Понимание психологии врачом: личное восхождение к предельным вызовам профессии и возможность их разрешения // Балтийский гуманитарный журнал. 2018. Т. 7. № 4 (25). С. 321-326.
7. Швечи́хина Ю. В., Кавеленова Л. М., Рытов Г. Л. Эколого-социальные факторы риска в формировании здорового образа жизни и их значимость для студенческой молодежи // Самарский научный вестник. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 133-138.
8. Старовойтова С. Ю. Отношение к здоровью молодых специалистов на первом этапе осуществления профессиональной деятельности // Балтийский гуманитарный журнал. 2014. № 1 (6). С. 68-71.
9. Келина Н. Ю., Куликова О. А., Чичкин С. Н., Мамелина Т. Ю. Современное состояние изучения оценки уровня здоровья // XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего плюс. 2014. № 1 (17). С. 190-193.
10. Теплякова И. В. Формирование стрессоустойчивости как актуальная проблема студентов-первокурсников вуза // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 1 (22). С. 216-219.
11. Демичева О. А., Кондратенко Е. В. Категориальный анализ понятия «готовность к здоровому образу жизни» в современной психолого-педагогической литературе // Вестник Марийского государственного университета. 2018. Т. 12. № 2 (30). С. 17-24.
12. Осипова В. Е. Формирование педагогической установки на целомудрие личности в программе воспитательно-образовательной работы // Балтийский гуманитарный журнал. 2016. Т. 5. № 3 (16). С. 148-152.
13. Айварова Н. Г., Наумова М. В. Актуальные вопросы психологического здоровья современной студенческой молодежи // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. Т. 6. № 4 (21). С. 266-269.
14. Зими́на И. С., Мухина С. А. Сущность, содержание и структура здоровьесберегающей образовательной среды вуза // Вестник Марийского государственного университета. 2016. № 4 (24). С. 16-21.
15. Бекова М. И. Безопасная образовательная среда как фактор успешной познавательной деятельности студентов // Балтийский гуманитарный журнал. 2017. Т. 6. № 4 (21). С. 259-261.
16. Шеметова Е. В., Фоминых И. П. Рациональное питание и учеба в вузе: как сохранить здоровье студентов? (на примере структуры питания студентов ВГУЭС) // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 315-318.
17. Чапала Т. В. Категории, нормы и методы исследования в психологии здоровья // Научен вектор на Балканите. 2017. № 1. С. 35-38.
18. Кутепов М. М., Ваганова О. И., Трутанова А. В. Возможности здоровьесберегающих технологий в формировании здорового образа жизни // Балтийский гуманитарный журнал. 2017. Т. 6. № 3 (20). С. 210-213.
19. Здоровье студентов: социологический анализ / Отв. ред. И. В. Журавлева; Институт социологии РАН. - М., 2012.
20. Павелко И. И. Забота о здоровье личности – современное направление превентивной педагогической идеи // И. И. Павелко, К. О. Талалаев, М. В. Твезовский // Modern Methodology of Science and Education. 2017. № 4. С. 68-72.
21. Химион Л. В. Профессиональный стресс и состояние здоровья врачей общей практики – семейной медицины (пилотное исследование) // Л. В. Химион, О. Б. Яценко, С. В. Данилюк [и др.] // Семейная медицина. 2013. № 4. - С. 96-99.
22. Футорный С. О. Характеристика состояния здоровья студентов высших учебных заведений // О. С. Футорный, О. В. Рудницкий // Теория и методика физического воспитания и спорта. 2013. № 2 С. 99-105.

Статья поступила в редакцию 18.07.2019

Статья принята к публикации 27.08.2019