

Апанович А. В.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДИ БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Солтан М. М.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Неинфекционные заболевания (НИЗ) являются основной причиной заболеваемости, инвалидности и преждевременной смертности населения во всем мире. Наиболее эффективными мерами в отношении НИЗ являются мероприятия, позволяющие предупредить их развитие. Поэтому, одной из актуальных задач профилактической медицины на современном этапе является изучение распространенности основных факторов риска НИЗ среди всего населения, в том числе и среди будущих врачей.

Цель: выявить факторы риска неинфекционных заболеваний среди студентов.

Материалы и методы. Всего было обследовано 70 студентов медицинского ВУЗа. Из них лиц мужского пола - 15,7%, женского - 84,3%. Возраст респондентов 18 - 24 года. Для целей исследования изучались анамнез, образ жизни, показатели адаптационных резервов (адаптационный потенциал - АП), состояние основных жизнеобеспечивающих систем (уровень физического состояния - УФС), физическое развитие организма и уровень качества жизни. Данные были статистически обработаны в Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. Среди обследованных студентов 4,3% имеют повышенное артериальное давление (АД), у 67,1% страдают повышенным АД родственники. 4,3% человек страдают сахарным диабетом или имеют повышенный уровень глюкозы в крови. Аналогичные нарушения выявлены у родственников 37,1%. Онкологические заболевания имеют 1,4% респондентов, отягощенный наследственный анамнез по данной патологии - 42,9%. Каждый пятый студент медицинского ВУЗа страдает хроническим респираторным заболеванием и имеет отягощенный наследственный анамнез по этой патологии.

Мы изучили распространенность поведенческих факторов риска среди будущих врачей. На момент опроса курят 10% респондентов, курили в прошлом 2,9%, имеют курящих родственников 52,9% человек, курящих коллег или друзей - 65,7%. Только 31,4% респондентов употребляют ежедневно около 400 граммов фруктов и овощей. В тоже время 34,8% потребляют шесть и более кусков сахара или других сладостей в день. Мы изучили уровень потребления соли среди студентов и в их семьях: у 81,4% человек он составил до 3,5 г, у 18,6% - до 5 г, у 7,1% - в семье употребляют 5-8 г соли. Употребляют чистую воду до 500 мл в сутки 24,3% опрошенных, 500-1000 мл - 42,9%. Треть респондентов указали, что используют в качестве питья несколько раз в неделю сладкие газированные напитки и пакетированные соки. Обследованная когорта имеет низкие показатели физической активности. Только 21,4% респондентов ежедневно тратят на ходьбу в умеренном или быстром темпе 30 минут. Регулярно (1 раз в неделю) занимаются в спортзале, фитнес-клубе или бассейне 18,6% студентов. Ежедневно делают зарядку по утрам 11,5%. Контролируют свое физическое состояние и физическую активность с помощью фитнес-браслетов 17,1% опрошенных.

При оценке физического развития у 8,5% (все девушки) было выявлено ожирение I степени. АП в покое у 39,9% характеризовался срывом механизмов адаптации, неудовлетворительной адаптацией или напряжением адаптационных механизмов. После нагрузки АП у 44,3% студентов характеризовался чрезмерной нагрузкой на систему кровообращения или недостаточной физической подготовкой при удовлетворительном здоровье. Нарушение УФС было выявлено только у лиц мужского пола (4,3%). Низкий уровень качества жизни имели 7,1% респондентов.

Выводы. Среди обследованного контингента широко распространены поведенческие факторы риска неинфекционных заболеваний, что указывает на необходимость мониторинга за состоянием здоровья данного контингента и проведением профилактических мероприятий.