

Прошина Ю. Е., Лях М. А.

СОЦИАЛЬНО-ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ОБРАЗА ЖИЗНИ И УРОВНЯ ОБЩЕЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

Научный руководитель канд. биол. наук, доц. Замбржицкий О. Н.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Проблема заболеваемости студентов высших учебных заведений является чрезвычайно актуальной в силу того, что сегодняшние молодые люди – будущее нашей страны. Особостораживает состояние здоровья студентов медицинских вузов, что связано с особенностями организации их обучения. Это разобщенность учебных баз и ограниченность времени на перемещение, влияние различных факторов больничной среды. Нельзя не отметить чрезмерную сенсорную нагрузку у студентов, обучающихся по специальностям, связанным с информационными системами и технологиями. Данный тип нагрузки, как правило, сопровождается длительным нахождением в вынужденной рабочей позе, напряжением зрительного аппарата, дефицитом времени для принятия решений, нарушениями режима сна и отдыха. Значительный вклад в нарушение состояния здоровья вносят нерациональное, несбалансированное фактическое питание и образ жизни студентов обеих специальностей.

Цель: исследовать влияние социально-гигиенических условий жизни на состояние здоровья студентов.

Задачи:

1 Изучить возможные нарушения биологических законов адекватного и рационального питания; дать рекомендации по коррекции фактического питания.

2 Выявить имеющиеся нарушения положений здорового образа жизни студентов и дать прогнозную оценку состоянию их здоровья.

Материал и методы. Оценку фактического питания и вопросы, касающиеся здорового образа жизни студентов БГМУ 4 курса медико-профилактического факультета (120 человек) и БГУИР (30 человек), осуществили с помощью разработанной нами анкеты, состоявшей из 54 вопросов. Статистическую обработку полученных результатов проводили с использованием компьютерной программы «Excel».

Результаты и их обсуждение. Установлено, что у более 50 % респондентов (девушек и юношей) имеет место несоответствие потребления основных продуктов питания физиологическим нормам, энергетическим потребностям организма; отмечены нарушения режима питания и образа жизни.

Выводы:

1 Необходимо осуществить индивидуальную коррекцию фактического питания студентов согласно законам рационального питания.

2 Провести разъяснительную и воспитательную работу, направленную на формирование у молодежи основ здорового образа жизни.