

Нандаджа Муруттеттувегама

ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ В ШРИ-ЛАНКЕ: ПРОБЛЕМЫ, ПОИСКИ, ПУТИ РЕШЕНИЯ

Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. Бурханская Н.Н.

Кафедра белорусского и русского языков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Гиппократ говорил, что здоровье – высочайшее богатство человека. Здоровье – древнерусское «съдоровье», слово, образованное от общеславянского корня *dogъvъ* – «дерево». Исходное значение слова здоровье – «подобный дереву, сильный, крепкий»; в др.индийск. «*dharunas*» – «полено, дерево», сингальск. «*daru*» – «поддерживающий, здоровый», лат. «*robustus*» – «дубовый, здоровый». Из 8,7 миллиардов людей на планете более 3-х миллиардов – молодые люди младше 25 лет. Этот период можно назвать самым сложным в жизни человека. У молодежи начинается интенсивный неврологический, физический и эмоциональный переход ко взрослой жизни, юноши и девушки сталкиваются с целым спектром рисков для здоровья – они впервые пробуют табак, алкоголь и наркотики, становятся жертвами ДТП и насилия, а также могут пережить серьезные психологические проблемы – депрессию, компьютерную зависимость к играм, лайкам, расстройство питания и недоедание, попытки суицида, проблемы сексуального здоровья.

Шри-Ланка, островное государство, расположенное в Южной Азии, добилось значительного прогресса в улучшении здоровья своего населения, особенно молодежи. Шри-Ланка – страна с молодым населением, где почти 27% от общей численности населения составляют люди в возрасте от 15 до 29 лет. Тем не менее, существуют проблемы со здоровьем, которые затрагивают молодежь Шри-Ланки. Одной из наиболее острых является *недоедание*, при этом значительное число молодых людей испытывают задержку роста. Для решения данной проблемы необходим комплексный подход, направленный на улучшение доступа к продуктам питания, пропаганду здорового питания и оказания адресной помощи тем, кто подвергается наибольшему риску. Это может включать такие программы, как инициативы в области питания в школах, общественного питания и кампании по просвещению общественности о важности сбалансированного питания.

По данным ВОЗ, около 20% подростков в Шри-Ланке страдают от проблем с психическим здоровьем. Эти проблемы часто подвергаются стигмации в Шри-Ланке, и доступ к услугам в области психического здоровья может быть ограничен, особенно в сельских районах. Для решения этой проблемы необходимы значительные инвестиции в службы охраны психического здоровья и образование. По данным Национального совета по контролю за опасными наркотиками, употребление героина и кокаина становится растущей проблемой среди молодежи. Правительство инвестирует в лечебные и реабилитационные центры, которые предоставляют консультации, терапию и медикаментозное лечение для реинтеграции в общество.

Неинфекционные заболевания (НИЗ), такие как диабет, гипертония являются не менее важной проблемой здоровья молодых людей. Распространенность НИЗ среди молодежи в Шри-Ланке выше, чем в других странах с низким и средним уровнем дохода. Чтобы преодолеть эту проблему, следует вести политику, поощряющую здоровое питание (например, налог на сахар) и физическую активность, обязательное физическое воспитание в школах и развитие зон отдыха при большой плотности населения в Шри-Ланке, увеличивать услуги по скринингу и лечению НИЗ.

В заключение следует отметить, что инвестируя в здоровье молодежи, Шри-Ланка может гарантировать, что следующее поколение сможет процветать и вносить позитивный вклад в развитие страны. Здоровый образ жизни – это мера цивилизованности и человечности, характеризующая как отдельного человека, так и общество в целом.