

Колесник Д.Л.

АНАЛИЗ ПОВЕДЕНЧЕСКИХ НОРМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

*Научный руководитель: канд. мед. наук. доц. Змачинская И.М.,
Губанова Н.В.*

*Кафедра пропедевтики внутренних болезней
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

Актуальность. В 2015 году Генеральной Ассамблеей ООН рассмотрела “Повестку дня в области устойчивого развития на период до 2030”. Почти все 17 глобальных целей устойчивого развития напрямую связаны со здоровьем или влияют на политику здравоохранения, особенно следует выделить задачу номер 3 “Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте”. Но также необходимо помнить, что не только государство берет на себя обязанность заботиться о здоровье своего населения, но и каждый способен и должен брать значительную долю ответственности за свое здоровье на себя, и признавать, что здоровье, по сути, важно прежде всего для него самого, а не для медицинских работников или государства. На современном этапе динамика продолжительности жизни и состояние здоровья населения стали все больше зависеть от поведенческих факторов и от решения связанных с этим проблем в области охраны здоровья. Если состояние студента характеризуется: негативным самоощущением, низким уровнем рефлексии, отсутствием желания самосовершенствоваться, неумением выполнять социальные и семейные роли, то его психологическое здоровье находится под угрозой

Цель: оценить отношение студенческой молодежи к своему здоровью

Материалы и методы. Объектом исследования явились 356 студентов из них 229 студентов «Белорусского государственного медицинского университета и 127 студентов других минских вузов (БГУ, БГУИР, БГУКИ, БНТУ) в возрасте от 17 до 26 лет. Было выделено три группы респондентов: всего студентов (1 группа), студенты БГМУ (2 группа), студенты других вузов (3 группа). В работе использовался метод сбора социальной информации в виде онлайн-анкетирования на платформе Google. Анкетирование проводилось на протяжении ноября 2022 года. Анкета содержала 14 вопросов, касающихся здорового образа жизни. Данные были статистически обработаны в программе Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. Студенты-медики тратят на себя приблизительно в 3 раза больше времени, чем студенты других вузов. Это характеризует большую психологическую стабильность. В общей популяции количество курящих составляет 23%, в то время имеются существенные различия в табакокурении среди студентов-медиков (6%) и среди студентов технических вузов (56%). Значительные различия так же заметны при курении электронных сигарет среди студентов-медиков (28%) и студентов технических вузов (83%). Это говорит о том, что студенты медицинских вузов о большей осведомленности о вреде курения. Студенты технических вузов чаще употребляют алкогольные напитки 62%, среди студентов-медиков 26%. Но среди студентов технических вузов значительно превышает количество парней по сравнению с девушками 51% к 49%, когда среди студентов-медиков 18% к 82%. Среди студентов большее количество времени уделяют сну студенты технических вузов (55%), чем студенты-медики (26%). Но в тоже время студенты технических вузов в большем количестве применяют транквилизаторы и снотворные (61%) к (7%). Студенты технических вузов уделяют больше времени физической активности (68%), а студенты-медики (45%). В отношении питания чаще горячие блюда в день едят студенты-медики (84%), по сравнению с студентами технических вузов (54%). Так же студенты технических вузов больше употребляет сладких (79%) и соленых (51%) блюд, чем студенты-медики сладких (51%) и соленых (19%) блюд.

Выводы: таким образом, анализируя полученные данные в результате исследования, можно сделать вывод, что студенты медицинских вузов более ответственно относятся к своему здоровью, чем студенты технических вузов, что вероятно связано с повышенной информированностью первых в вопросах сохранения и укрепления здоровья.