

Комиссарова Е.В.

ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ В РАЗЛИЧНЫХ РАДИОЭКОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

Научный руководитель: ст. преп. Самохина Н.В.

*Кафедра гигиены и охраны здоровья детей с курсом повышения квалификации
и переподготовки*

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Актуальной задачей современного общества является сохранение и укрепление здоровья студенческой молодежи, определяющей развитие государства в будущем. Именно в молодом возрасте формируется отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, что в последующем определяет поведение молодых людей. Существенное влияние на состояние здоровья студентов оказывает их образ жизни и поведение. Кроме того, возникновению болезней и снижению сопротивляемости организма воздействию неблагоприятных факторов способствует неблагоприятная радиоэкологическая обстановка. Изучение воздействия образа жизни с учетом радиоэкологической обстановки территории проживания на здоровье студентов необходимо для разработки и реализации эффективных рекомендаций, направленных на поддержание оптимального функционального состояния организма молодого поколения и формирование здоровьесберегающего поведения.

Цель: оценить влияние образа жизни и поведенческих факторов риска на состояние здоровья студентов, проживающих в различных радиоэкологических условиях.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 397 студентов учреждения образования «Белорусский государственный университет транспорта» и учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет». 195 участников исследования из радиоэкологически неблагоприятных регионов и 202 – из радиоэкологически благополучных регионов Республики Беларусь. Средний возраст обследованных составил $19,3 \pm 0,11$ лет. Для проведения исследования использовался анкетно-опросный метод: разработана анкета, включающая вопросы об отношении к собственному здоровью, распространенности заболеваний и функциональных нарушений органов и систем организма, уровне неспецифической резистентности, организации питания, режима труда и отдыха, уровне двигательной активности, наличии вредных привычек. Статистическая обработка результатов осуществлялась с использованием программы Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. Исследование показало, что у студентов, проживающих на территории с неблагоприятными радиационными и экологическими условиями, чаще по сравнению с их ровесниками, проживающими в радиоэкологически чистых районах, встречаются нарушения костно-мышечной системы (40,5% и 25,7% соответственно), желудочно-кишечного тракта (17,9% и 8,9% соответственно), системы кровообращения (11,3% и 5,0% соответственно), щитовидной железы (11,3% и 2,0% соответственно), низкий уровень неспецифической резистентности (6,7% и 1,9% соответственно).

Оценка отношения к собственному здоровью показала, что большее количество студентов (59,4%) из радиоэкологически благополучной зоны, чем из радиоэкологически благополучной (49,2%) обращаются за медицинской помощью при первых симптомах болезни. Среди молодых людей, проживающих в радиоэкологически неблагоприятных условиях, в сравнении с респондентами, проживающими в радиоэкологически благоприятных условиях, более распространены вредные привычки (28,7% и 24,3% соответственно), недостаточная длительность сна (76,4% и 54,9% соответственно), недостаточность двигательной активности (45,1% и 37,2% соответственно), нерациональное питание (57,5% и 54,0% соответственно).

Выводы. Полученные результаты указывают на различия состояния здоровья и образа жизни студентов в зависимости от радиоэкологических условий и проживания, на необходимость проведения информационно-профилактической работы, направленной на сохранение и укрепление здоровья молодежи.