

Володькина А. Р.

**ФОРМИРОВАНИЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ
В ПРОЦЕССЕ УЧЕБЫ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА**

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

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Здоровый образ жизни относится к базовым ценностям, формирующими личность любого здравомыслящего человека, тем более высокообразованного. Профессиональный статус врача, независимо от профиля и специальности, предполагает должный уровень собственного физического и психического здоровья. Особая необходимость целенаправленного овладения основами валеологических знаний и выработки валеогенного мышления возникает для выпускников медико-профилактического факультета, так как именно им принадлежит ведущая роль в пропаганде здорового образа жизни и гигиеническом обучении населения.

Цель: изучить динамику формирования установок на ведение здорового образа жизни в процессе профессиональной подготовки студентов БГМУ.

Материал и методы. Было проведено панельное социологическое исследование с использованием унифицированной анкеты для мониторирования поведенческих факторов риска. В целях исследования были проанкетированы 181 студент 3 курса медико-профилактического факультета в 2010/2011 учебном году, затем эти же студенты спустя 3 года в 2013/2014 учебном году (142 человека). Обработка полученных данных проводилась с использованием пакета статистических программ MS Excel.

Результаты. В процессе учебы растет число студентов, имеющих хронические заболевания, с 24% до 50%. В иерархии жизненных ценностей больше внимания уделяется семье и душевному комфорту, чем интересной работе. А среди факторов, благоприятно влияющих на здоровье, студенты 6 курса чаще отдают предпочтение полноценному отдыху, хорошим условиям учебы и отказу от вредных привычек. Растет понимание роли питания в сохранении здоровья. Соответственно при организации собственного питания больше внимания уделяется качеству питания (умеренность, разнообразие), соблюдению режима питания и использованию качественной воды. Выпускники чаще контролируют собственный вес и для укрепления здоровья чаще посещают бассейны и тренажерные залы. Однако к 6 курсу уменьшается количество лиц, высказывающих за ограничение курения и потребления алкоголя.

Выводы:

1. Необходимо дальнейшее совершенствование валеологической, воспитательной и образовательно-развивающей составляющих здоровье сберегающего образования.

2. Подготовка студентов по вопросам формирования здорового образа жизни в медицинском ВУЗе должна быть непрерывной, последовательной и достаточной не только для информирования студентов, но и формирования устойчивой мотивации, отработки умений и навыков.