

*Знагован С.Ю.*

*кандидат медицинских наук, доцент*

*доцент кафедры социальной медицины и экономики*

*здравоохранения,*

*Луганский государственный медицинский университет имени*

*Святителя Луки,*

*Россия, г. Луганск*

*Козикова О.А.*

*кандидат медицинских наук, доцент*

*доцент кафедры социальной медицины и экономики*

*здравоохранения,*

*Луганский государственный медицинский университет имени*

*Святителя Луки,*

*Россия, г. Луганск*

*Власова А.А.*

*ассистент кафедры социальной медицины и экономики*

*здравоохранения*

*Луганский государственный медицинский университет имени*

*Святителя Луки,*

*Россия, г. Луганск*

*Зинченко К.В.*

*ассистент кафедры социальной медицины и экономики*

*здравоохранения*

*Луганский государственный медицинский университет имени*

*Святителя Луки,*

*Россия, г. Луганск*

## СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОНЛАЙН-АНКЕТИРОВАНИЯ

*Аннотация.* Благополучие государства, его экономическое и социальное процветание определяется здоровьем граждан, особенно молодого поколения. Раннее выявление факторов риска и симптомов заболеваний определяет профилактическую направленность отечественной системы здравоохранения. Самооценка состояния здоровья путем анкетирования позволяет выявить факторы риска и возможно ранние симптомы заболеваний. В статье представлен анализ самооценки состояния здоровья студентов ЛГМУ им. Свт. Луки по результатам онлайн-анкетирования с использованием опросника по В.П. Войтенко.

**Ключевые слова:** самооценка здоровья, студенты-медики, онлайн-анкетирование.

*Annotation.* The well-being of the state, its economic and social prosperity is determined by the health of citizens, especially the younger generation. Early detection of risk factors and symptoms of diseases determines the preventive orientation of the domestic health care system. Self-assessment of the state of health by means of a questionnaire allows you to identify risk factors and possibly early symptoms of diseases. The article presents an analysis of the self-assessment of the health status of students of St. Petersburg State University. Bows based on the results of an online questionnaire using a questionnaire by V.P. Voitenko.

**Keywords:** self-assessment of health, medical students, online questionnaire.

Общественное здоровье, как и здоровье каждого гражданина, представляет стратегическую цель государства, является гарантом национальной безопасности страны. Здоровье молодого поколения является важнейшим экономическим ресурсом общества и главным условием воспроизводства трудового потенциала. В классификации факторов,

влияющих на здоровье согласно академику Ю.П. Лисицыну, наибольшее значение отводится образу жизни [1, с. 119], изучению этого влияния посвящено немалое число публикаций.

Ряд авторов высказывает предположение, что наиболее низкие показатели здоровья среди учащейся молодежи наблюдаются у студентов, получающих медицинское образование, что связывают со спецификой организации образовательного процесса, сложностью и напряженностью обучения в медицинском вузе [2, с. 35; 3, с. 135].

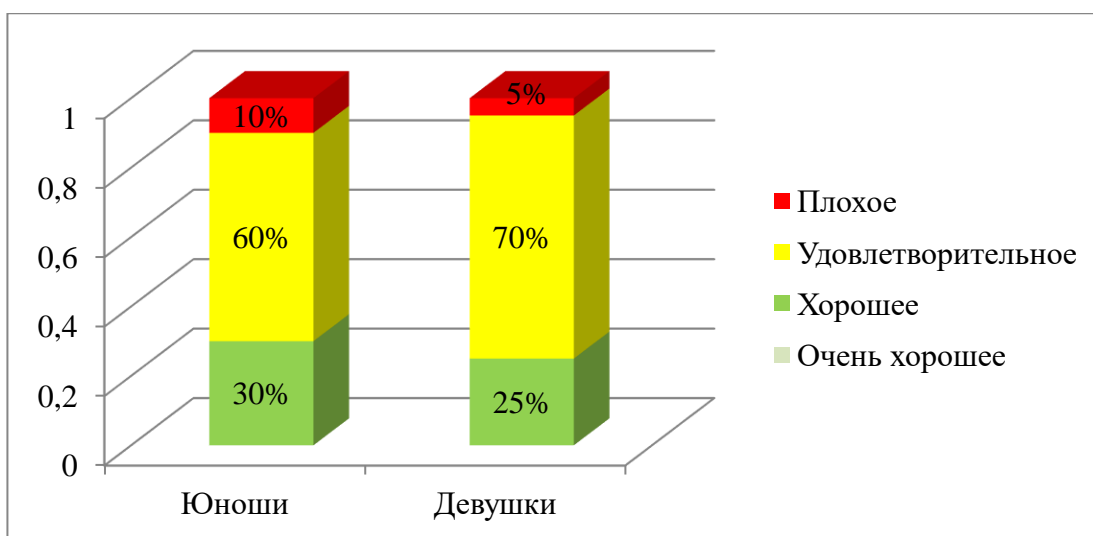
Субъективная оценка состояния здоровья может рассматриваться, с одной стороны как один из показателей индивидуального здоровья, с другой - она может быть использована для самодиагностики и выявления возможных факторов риска развития патологий [3, с. 135].

**Цель исследования:** проанализировать результаты самооценки состояния здоровья студентов-медиков.

**Материалы и методы.** В исследовании были использованы результаты социологического опроса студентов ЛГМУ им Свт. Луки. В анкетировании приняли участие 100 человек – студенты 5 и 6 курсов, средний возраст которых составил 22,6 лет. Для проведения исследования был использован опросник самооценки здоровья по В.П. Войтенко [6].

Сбор данных производился с помощью платформы Yandex Forms, а статистическую обработку проводили, применяя программу Microsoft Excel 2020.

**Результаты.** Анализ различий в субъективной оценке своего здоровья среди юношей и девушек показал, что в большинстве случаев респонденты характеризуют состояние своего здоровья как удовлетворительное (рис. 1).



**Рисунок 1. Самооценка состояния здоровья студентов**

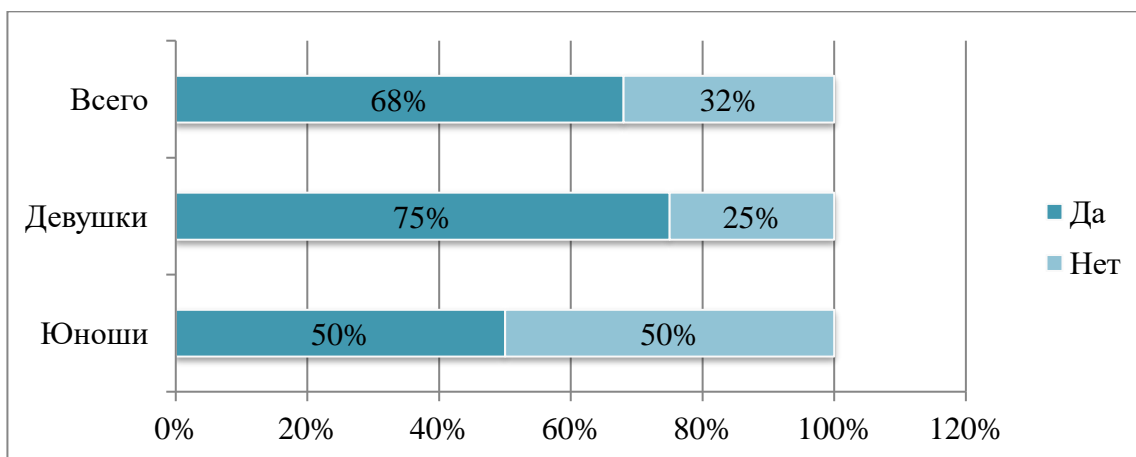
Однако, нашлись и те, кто оценивал состояние своего здоровья как «плохое» (10% опрошенных юношей и 5% девушек).

Обучение в вузе обычно сопряжено со значительными зрительными нагрузками. По данным анкетирования, более половины опрошенных (53%) отмечают ухудшение зрения во время учёбы (57 % девушек и 46% юношей). Стоит обратить внимание и на то, что 25% респондентов обоих полов указывают на наличие периодических головных болей, почти столько же опрошенных (26%) беспокоят периодические боли в сердце, 18% студентов жалуются на боли в области правого подреберья.

На вопрос «Считаете ли Вы, что сейчас также работоспособны как прежде?» около половины (42%) опрошенных ответили отрицательно. Снижение работоспособности респондентов, очевидно, связано с переутомлением студентов, так как большинство старшекурсников совмещает работу в медицинских организациях и обучение в вузе, что приводит к нарушению режима дня и сокращению времени необходимого для отдыха и восстановления.

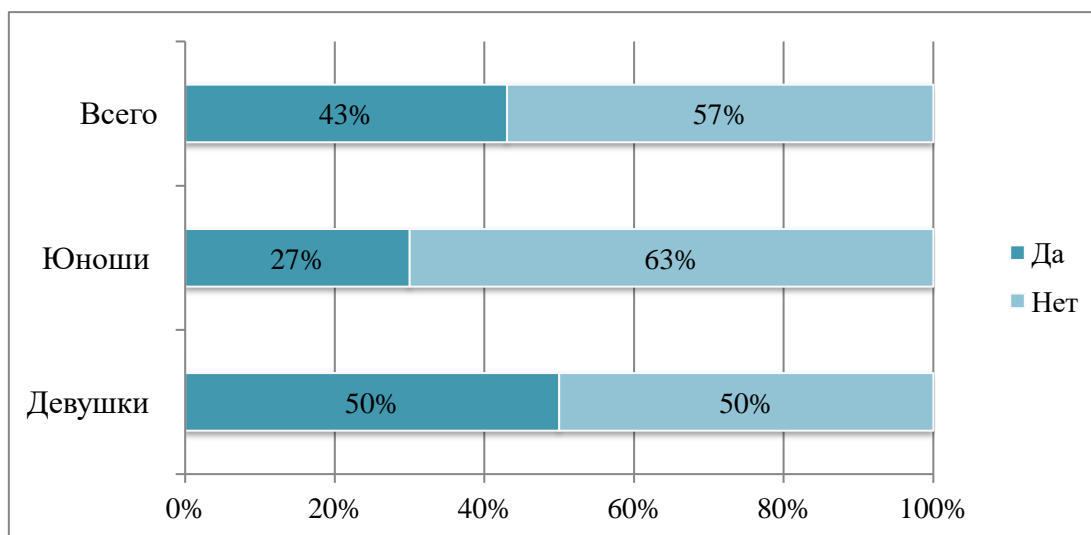
Негативным фактором является то, что 22% респондентов являются курильщиками, причем как среди опрошенных юношей, так и среди девушек их уровень одинаков (17 %).

В дальнейшем мы анализировали ответы на вопросы, связанные с проблемами сна. Так на вопрос "Бывают ли периоды, когда Вы теряете сон из-за волнения?" абсолютное большинство студентов дали положительный ответ, при этом уровень положительных ответов у девушек встречался значительно чаще и составил 75 %, против 50 % у юношей (рис. 2).



**Рисунок 2. Распределение ответов респондентов на вопрос: «Бывают ли периоды, когда Вы теряете сон из-за волнения?»**

Необходимо отметить, что почти в половине случаев (43%) респонденты легко просыпаются от посторонних звуков (рис.3), причем с девушками это происходит гораздо чаще (50%), нежели с юношами (27 %).



**Рисунок 3. Распределение ответов респондентов на вопрос: «Можно ли сказать, что вы легко просыпаетесь от посторонних звуков?»**

Поверхностный сон, сопровождающийся быстрым пробуждением, может быть связан, как с высокими учебными нагрузками, так и с нарушением режима дня, поздним засыпанием, использованием гаджетов перед сном.

Важную роль в поддержании активной и здоровой жизнедеятельности играет баланс между работой и отдыхом, однако 28% респондентов отрицательно ответили на вопрос «Бываете ли Вы на отдыхе?». Стоит заметить, что 13% опрошенных не могут вспомнить периодов, когда они чувствуют себя радостно возбужденными и счастливыми.

**Заключение.** Исследование самооценки состояния здоровья студентов нашего вуза двухлетней давности показало, что большинство из них (77% от общего числа анкетированных) отводило сну менее 8 часов в сутки, и это преимущественно студенты младших курсов, которые на сегодняшний день стали пяти-шестикурсниками [4, с. 51]. По результатам прошлого анкетирования выяснилось, что на свежем воздухе проводили менее одного часа в день 34,7% респондентов, причем львиная доля из них приходилась на студентов младших курсов. Тогда же, около половины респондентов указало на наличие у них хронических заболеваний.

Нынешнее анкетирование студентов пятого, шестого курсов также выявило наличие ряда жалоб: на ухудшение зрения, головные боли, нарушения сна, что диктует необходимость тщательного проведения медицинских осмотров студентов для объективного выявления факторов риска и начальных форм заболеваний.

На формирование здоровья молодежи в процессе обучения влияют как факторы, непосредственно связанные с учебным процессом (продолжительность учебного дня, учебная нагрузка, перерывы между занятиями и т.д.), так и личностные характеристики студентов [5, с. 53].

Таким образом, особое внимание в работе со студентами необходимо уделять именно пропаганде здорового образа жизни: соблюдению режима

труда и отдыха, умеренной физической активности, полноценному разнообразному питанию и борьбе с вредными привычками.

### Список источников

1. Факторы, определяющие здоровье населения // Лисицын Ю. П., Улумбекова Г. Э. Общественное здоровье и здравоохранение : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по специальности 60101.65 «Лечеб. дело», 60103.65 «Педиатрия», 60104.65 «Мед. - профилактич. дело», 60105.65 «Стоматология» по дисциплине «Обществ. здоровье и здравоохранение». М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. С.119.

2. Летяго, А. В., Чернуский В.Г., Говаленкова О.Л., Матвиенко Е.В. Самооценка состояния здоровья студентов-медиков по результатам анкетирования / А. В. Летяго, В. Г. Чернуский, О. Л. Говаленкова, Е. В. Матвиенко // КНЖ. – 2019. – №3(28). – С.35-37.

3. Алексеенко, С. Н., Дробот, Е. В. Качество жизни и жизнестойкость студентов медицинского вуза в аспекте самооценки здоровья // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 8-1. - С. 135-135.

4. Луговсков, А. Д. Результаты самооценки состояния здоровья студентов, обучающихся на разных курсах / А. Д. Луговсков, С. Ю. Знагован, О. А. Козикова, А. А. Грищенко, К. В. Зинченко // Вестник скорой помощи. – 2022. – №2 (4). - С.48-52.

5. Шагина, И. Р. Социологические исследования показателей состояния здоровья и конструктивности обучения студенческой молодежи / И. Р. Шагина, А. С. Кубекова, Т. А. Смахтина // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2019. – №7. - С. 52-55