

УДК 613.956

## АКТУАЛИЗАЦИЯ ПРОБЛЕМЫ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

© 2021 В.И. Попов

**ФГБОУ ВО «Воронежский государственный медицинский университет  
им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России, г. Воронеж**

*Контактная информация:* e-mail: 9038504004@mail.ru

*Ключевые слова:* студенческая молодежь; здоровье; здоровый образ жизни; режим дня; физическая активность; вредные привычки; здоровое питание; профилактика.

Актуальность рассматриваемой проблемы заключается в необходимости создания единой системы охраны здоровья молодежи [1—3].

Реализация задач современного образования должна быть подкреплена внедрением современных технологий, направленных на охрану и укрепление здоровья участников образовательного процесса, работающих в согласованной системе межведомственного взаимодействия всех заинтересованных сторон. Здоровьесберегающее обучение и воспитание способны повысить мотивацию студенческой молодежи к правильному отношению к своему здоровью, отказу от вредных привычек, стремлению накапливать здоровый потенциал [4—8]. Ответственное отношение к своему здоровью способствует повышению уровня общей культуры и культуры здоровья.

**Цель:** установление рисков здоровью студентов-медиков для последующей разработки и внедрения профилактических программ, ориентированных на охрану здоровья.

**Материалы и методы исследования.** Проведено анкетирование более 500 студентов II—IV курсов лечебного факультета Воронежского медицинского университета.

Возраст респондентов составил 19—24 года. Статистическая обработка проводилась с использованием Microsoft Excel.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Образ жизни молодых людей во многом определяет состояние их здоровья. Проведенные исследования выявили отклонения от нормы поведения, касающиеся соблюдения ими

принципов здорового образа жизни, у 47 % юношей и 39 % девушек. При этом наличие хронических заболеваний отметили у себя 28 % юношей и 33 % девушек.

Данные, полученные при анкетировании студентов медицинского вуза, показали, что к рискам здоровью студенческой молодежи в современных условиях относятся:

1. Ненормируемые условия обучения и воспитания, высокий уровень информационной нагрузки, о чем свидетельствуют:

- отсутствие требований к учебным помещениям, количеству студентов в группах;
- превышение допустимых нормативов учебного времени;
- отсутствие нормативов на объем домашних заданий;
- большое количество учебной литературы.

2. Несоблюдение правил здорового образа жизни, выявившие дефицит двигательной активности и наличие вредных привычек:

- гиподинамия (35 % юношей, 46 % девушек);
- нарушения режима труда и отдыха (59 % юношей, 31 % девушек);
- курение (34 % юношей, 21 % девушек);
- алкоголь (19 % юношей, 10 % девушек);
- чрезмерное использование гаджетов (83 % юношей, 94 % девушек).

3. Выявленные нарушения в питании [8]:

- нарушения режима питания (23 % юношей, 12 % девушек); кратности питания (менее 3 раз в день) (18 % юношей, 35 % девушек);

— избыточная масса тела (26 % юношей, 17 % девушек);

— употребление полуфабрикатов, фастфуда (68 % юношей, 54 % девушек).

4. Недостаточный уровень межведомственного взаимодействия. В августе 2019 г. в департаменте здравоохранения Воронежской области подписано соглашение о межведомственном взаимодействии в сфере формирования профилактической среды в образовательных организациях, в котором участниками стали все заинтересованные в решении данного вопроса структуры, учреждения и организации. Данная тема обсуждена на проведенной в ВГМУ Всероссийской научной конференции (2020).

Следует четко понимать, что эффективность деятельности образовательных организаций по сохранению и укреплению здоровья обучающихся в значительной степени определяется технологиями здоровьесбережения, профессионально ориентированными и реализуе-

мыми в единой системе межведомственного взаимодействия.

**Заключение.** Негативное отношение студентов к своему здоровью, правильному построению здорового образа жизни является основной причиной многих отклонений, приводящих к возникновению различных заболеваний. Период обучения в вузе является основным в формировании физического и психологического компонентов здоровья, ответственности за необходимость их контроля и совершенствования, полноценной социальной и физической активности.

Охрану здоровья студенческой молодежи необходимо рассматривать как приоритетное направление развития общества, позволяющее в полной мере освоить профессиональные знания и умения, направив их на реализацию общественно-полезной деятельности, укрепить навыки ведения здорового образа жизни и повысить уровень культуры здоровья.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Фильчаков С.А., Чернышева И.В., Шлемова М.В. Проблемы здоровья студентов. Успехи современного естествознания. 2013; 10: 192—192.
2. Щепин В.О., Чичерин Л.П., Попов В.И., Есауленко И.Э. Межведомственность в деле охраны здоровья детей и подростков: рекомендации ВОЗ и реалии России. Вестник РАМН. 2021; 76(1): 22—31. doi: <https://doi.org/10.15690/vgramn1338>.
3. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Медико-социальные проблемы воспитания подростков М.: Изд-во «ПедиатрЪ»; 2014: 388 с.
4. Попов М.В., Либина И.И. Гаджеты как информационный фактор риска и их влияние на состояние здоровья молодежи. В сб. Актуальные проблемы гигиены, токсикологии и профилактики. Под ред. В.Н. Ракитского. Москва; 2019: 99—102.
5. Попов М.В., Либина И.И. Исследование оптимальности режима дня студентов медицинского вуза. В сб.: Гигиеническая наука — путь к здоровью населения. Под ред. О.Ю. Милушкиной, А.В. Колсанова. Москва; 2020: 143—147.
6. Милушкина О.Ю., Скоблина Н.А., Маркелова С.В., Татаринчик А.А., Бокарева Н.А., Федотов Д.М. Оценка рисков здоровью школьников и студентов при воздействии обучающих и досуговых информационно-коммуникационных технологий. Анализ риска здоровью. 2019; 3: 135—43. DOI: 10.21668/health.risk/2019.3.16.
7. Меерманова И.Б., Койгельдинова Ш.С., Ибраев С.А. Состояние здоровья студентов, обучающихся в высших учебных заведениях. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2017; 2—2: 193—197.
8. Петрова Т.Н., Колесникова Е.Н., Губина О.И. Оценка относительного вклада фактического питания студентов в формирование их здоровья. Прикладные информационные аспекты медицины. 2016; Т. 19, № 4: 50—54.