

Ж.А. Анохина, К.Н. Коротких, А.Г. Кварацхелия

МОНИТОРИНГ СОЦИАЛЬНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ КАК ОСНОВА ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА УСПЕВАЕМОСТИ И СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ЛЕЧЕБНОГО ФАКУЛЬТЕТА

¹ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России, каф. нормальной анатомии

Резюме. Исследования 143 студентов женского пола 1 курса лечебного факультета в возрасте 17-20 лет проводились по единой методике, включающей анкетирование, оценку показателей заболеваемости, антропометрических и психометрических характеристик, определение санитарно-гигиенических условий быта и обучения. Методом анкетирования показана субъективная оценка основных показателей качества жизни студентов. Проанализирована структура заболеваемости студентов.

Ключевые слова: студенты, качество жизни, состояние здоровья, успеваемость.

Актуальность. В современных условиях обучение в высшей школе является сложным и длительным процессом, который требует больших затрат внутренней энергии, физических усилий и эмоциональной устойчивости [3, 7]. Изучение условий жизни, учебы и здоровья студентов, выявление механизмов приспособления к изменяющейся среде является целью современного научного анализа не только для медицинских исследований, но и администраций ВУЗов. Несомненно, наиболее важной проблемой обучения в ВУЗе является адаптация организма студента к увеличивающейся специфической учебной нагрузке. Отмечается, что процесс адаптации сопровождается значительным напряжением компенсаторно-приспособительных систем организма студентов, которое может быть усилено действием всего многообразия социально-гигиенических факторов проживания и обучения, психофизиологической зрелости и состояния здоровья [6]. Показано, что неблагоприятное сочетание этих факторов зачастую приводит к срыву процесса адаптации развитию патологических функциональных отклонений и заболеваний [2]. Многочисленные исследования показали, что значительное негативное влияние на состояние здоровья оказывают некоторые отрицательные моменты в организации обучения, такие как несоответствие учебной нагрузки психофизиологическому состоянию и динамике работоспособности студентов и экзаменационный стресс [8]. Ряд исследований показывают, что такие отрицательно влияющие факторы, как недостаточная физическая активность и значительная распространенность в молодежной среде вредных привычек в значительной степени определяется неосведомленностью, а, следовательно, недостаточной воспитательной и просветительской работой среди учащейся молодежи [9].

Анализ данных литературы по данной проблематике показал, что к настоящему времени накоплен достаточно существенный массив данных о состоянии отдельных компонентов качества жизни студентов и взаимосвязи некоторых из них [1]. Однако вклад социально-гигиенических, медико-биологических и психолого-педагогических составляющих в формирование качества жизни, учащихся до конца не определен и данные подчас противоречивы [4]. Это объясняется, на наш взгляд, отсутствием

единой методической базы проведения комплексных исследований. Таким образом, дальнейшие исследования проблемы критериев качества жизни продолжают быть актуальными.

Целью исследования было установление характера и степени влияния социально-гигиенических факторов на формирование качества жизни студентов ВГМУ.

Материал и методы исследования. Планировалось определить основные показатели, характеризующие качество жизни студентов; дать гигиеническую оценку условиям учебы и быта студентов; выявить взаимосвязи социально-бытовых, медико-биологических и психолого-педагогических факторов жизни; сопоставить характеристики качества жизни студентов различного возраста; выявить наиболее значимые факторы, влияющие на физическое развитие и состояние здоровья учащихся.

Исследование выполнялось на кафедре нормальной анатомии человека по согласованию с деканатом лечебного факультета в рамках воспитательной работы кураторов на 143 студентках 1 курса лечебного факультета в возрасте 17-20 лет. Исследования проводились по единой методике, включающей анкетирование, а также оценку таких объективных показателей, как показатели заболеваемости (по данным медкарт), антропометрические и психометрические характеристики, санитарно-гигиенические условия быта и обучения.

Кроме того, осуществлялся анализ влияния процесса обучения на функциональные показатели сердечно-сосудистой и нервной системы. Для изучения субъективной оценки основных показателей качества жизни учащимся была предложена оригинальная анкета-опросник, разработанная на основе анкеты для оценки качества жизни пожилых людей, включающая в себя 106 вопросов. Первый блок анкеты выявлял степень удовлетворенности учащегося качеством жизни и его основными составляющими: здоровьем, материальным благополучием, психологическим комфортом. Последующие вопросы позволяли оценить некоторые стороны рациона питания, бытовые условия жизни респондентов, особенности режима дня, материального положения семьи студента. Кроме того, изучение анкетных данных дало возможность характеризовать некоторые показатели статуса студента в семье и группе, его мотивации, отношение к общественной жизни.

Для определения уровня анатомио-физиологического созревания измеряли рост, массу тела, величины АСД и АДД в состоянии покоя на плечевой артерии по методу Короткова, частоту сердечных сокращений по пульсу на лучевой артерии, окружности грудной клетки, жизненной емкости легких. Измерения проводили в утренние часы до начала занятий. На основе полученных данных рассчитывали индекс физического состояния. Определили величины минутного объема крови и пульсового давления. Уровень физического развития и пропорциональность телосложения оценивали по центильным таблицам. Физическая работоспособность оценивалась по результатам

выполнения Гарвардского степ-теста. Проводится статистическая обработка и анализ полученных данных.

Также был проведен анализ медицинских карт, был установлен общий уровень острой и хронической заболеваемости, изучена степень распространенности некоторых функциональных отклонений. Общий уровень острой заболеваемости студенток 1 курса составляет 41,5 случаев обращаемости к врачу на 1000 человек в год), в целом не отличается от среднестатистических данных по области и России для лиц аналогичных возрастных групп.

Полученные результаты и их обсуждение. При изучении распространенности различных заболеваний обнаружено, что на первом месте стоят такие заболевания как нарушения осанки, различные виды плоскостопия, затем нарушения органов зрения и на третьем месте – заболевания системы кровообращения. По всей вероятности приоритетное положение данных заболеваний обусловлено неправильной с точки зрения гигиены организацией учебного процесса.

В структуре хронических болезней можно отметить, что первое место занимают заболевания органов зрения, за ними следуют болезни органов пищеварения, а затем различные эндокринно-обменные нарушения.

При изучении связи между показателями острой и хронической заболеваемости отмечается достаточно высокий уровень корреляции. При этом можно отметить отсутствие достоверной корреляции между показателями заболеваемости и уровнем субъективной удовлетворенности качеством жизни. Выявлена достоверная корреляция уровня острой и хронической заболеваемости с успеваемостью. Обнаруженная прямая связь между успеваемостью и частотой употребления болеутоляющих препаратов позволяет предположить, что высокие результаты в учебе достигаются многими подростками за счет определенного психо-эмоционального напряжения. Это указывает на недостаточное понимание роли здорового образа жизни в структуру качества жизни у студентов медицинского ВУЗа, что согласуется с данными литературы [5, 10].

При исследовании факторов, влияющих на состояние здоровья, мы отметили тесную корреляцию случаев хронических заболеваний с кратностью приема пищи. Более того, все студенты, имеющие заболевания пищеварительной системы, указали, что питаются менее 4 раз в день. Лица, получающие четырехразовое питание, имеют достоверно больший рост - 168,9 см против 163,1 см у питающихся нерегулярно. Анализ корреляций позволил выявить достоверные положительные связи регулярного питания с уровнем оптимизма. Анкетирование выявило высокую самооценку студентами своего режима питания (68,9%). При этом многие респонденты отмечают, что питаются только 1-2 раза в день (39%). Анализ структуры питания выявил существенный дефицит полноценных белков, витаминов и минеральных элементов и преобладание в рационе углеводной пищи. Установлена высокая степень корреляции этих показателей с увеличением уровня заболеваемости.

Данные корреляционной матрицы свидетельствуют, что удовлетворенность студенток КЖ больше всего зависит от материального фактора. Большинство респондентов удовлетворено материальными условиями своей жизни. В то же время, анализ структуры выборок и корреляций не обнаружил достоверного влияния факторов материальной обеспеченности на основные показатели физического и интеллектуального развития. Однако, полноценность диеты, несомненно, зависящая от материальной обеспеченности, оказывает достоверно положительное влияние на медико-биологические показатели КЖ.

Вторым этапом исследования будет изучение и оценка основных гигиенических параметров, таких как условия учебной деятельности, режим питания, соответствие общей и недельной нагрузки студентов гигиеническим нормам. Будет проведено сопоставление этих параметров с субъективными показателями качества жизни. Далее планируется определение некоторых свойств личности студенток с помощью опросников Стреляу и Юнга, уровня тревожности по шкале Спилбергера и Ханина, нервно-психической устойчивости методикой «Прогноз-2». Планируется сопоставить полученные результаты психологического тестирования с некоторыми субъективными показателями качества жизни, показателями успеваемости, физического развития и состояния здоровья, а также выявить их динамику в процессе обучения на разных курсах.

Выводы. Выполнение исследования на протяжении всего периода обучения студентов позволит выявить взаимосвязь указанных показателей качества жизни, их динамику и степень их влияния на состояние физического, психического развития, состояние здоровья и успеваемость студентов. Данные исследования позволят найти решения для сохранения здоровья интеллектуального потенциала страны и оптимизации учебного процесса с целью повышения качества образования.

Литература.

1. Преображенская Г.А. Студенты и их здоровье. Наука и образование: новое время. 2015. № 2 (7). С. 154-155.
2. Проходовская Р.Ф., Плотникова И.И., Колесникова А.Ю., Александрович О.Ю. Здоровье студента и его адаптация к комплексу новых факторов в вузе. В сборнике: Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2015. С. 260-261.
3. Тягунова Ю.В. Здоровье студента как показатель качества проектирования образовательного процесса университета. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование. Педагогические науки. 2016. Т. 8. № 3. С. 51-56.
4. Семёнова В.Н., Галузо Н.А., Никифорова Н.Г. Здоровье студента – медика. Журнал научных статей Здоровье и образование в XXI веке. 2017. Т. 19. № 1. С. 84-85.
5. Измайлов Т.Б., Страхов М.А. Оценка собственного здоровья студентами ТГМА. Вестник Российского государственного медицинского университета. 2006. № 2. С. 285.
6. Костина Л.А., Тараскина Т.В., Фоменко О.Н. Основы понимания сущности здоровья студентами медицинских вузов на этапе реформирования образования. В сборнике: «Теоретические и практические аспекты психологии и педагогики» Сборник статей Международной научно-практической конференции. 2014. С. 51-55.
7. Зеленская Е.В., Лемещенко О.В., Садко Н.В. Самооценка студентами своего здоровья и социально-гигиенические аспекты формирования здорового образа жизни. Актуальные вопросы современной медицины материалы 71-й итоговой научной конференции молодых ученых и студентов. 2014. С. 315-317.

8. Дубинина В.В., Дорофеев А.Л., Гуринова Л.И., Галушко Н.А. Состояние функционального здоровья современного студента-выпускника медицинского вуза. Международный журнал экспериментального образования. 2014. № 8-2. С. 20-21.

9. Шкирьянов Д.Э. "Рейтинг здоровья студента" как критерий оценки здоровьесберегающей среды учреждения высшего образования медицинского профиля. Наука - образованию, производству, экономике материалы XXI Региональной научно-практической конференции преподавателей, научных сотрудников и аспирантов: в 2-х томах. 2016. С. 167-168.

10. Башмакова О.П., Рындина Ю.А. Субъективная оценка студентами медицинского вуза своего здоровья и их отношение к здоровому образу жизни. XX Региональная конференция молодых исследователей Волгоградской области Тезисы докладов. Под общей редакцией В.И. Петрова. 2016. С. 105-108.

Abstract.

Zh.A. Anokhina, K.N. Korotkikh, A.G. Kvaratskheliya

MONITORING OF SOCIAL AND HYGIENIC FACTORS AS A BASIS FOR IMPROVING THE QUALITY OF PERFORMANCE AND HEALTH OF STUDENTS OF THE MEDICAL FACULTY

Voronezh State Medical University

Researches of 143 female students of the 1st course of medical faculty at the age of 17-20 years were carried out by the uniform technique including questioning, assessment of indicators of morbidity, anthropometric and psychometric characteristics, definition of sanitary and hygienic conditions of life and training. The method of questioning shows a subjective assessment of the main indicators of the quality of life of students. The structure of morbidity of students is analyzed.

Keywords: students, quality of life, state of health, progress.

References.

1. Preobrazhenskaiya G. A. Students and their health. Science and education: modern times. 2015. № 2 (7). P. 154-155.

2. Prohorovskaiya R. F., Plotnikov, I. I., Kolesnikov A. Y., Aleksandrovich O. Yu. The health of the student and his / her adaptation to new factors in the University. In the collection: Physical education and student sport through the eyes of students Materials all-Russian scientific and practical conference with international participation. 2015. P. 260-261.

3. Tiyagunova Yu. V. student Health as an indicator of the quality of the design of the educational process of the University. Bulletin of the South Ural state University. Series: Education. Pedagogical science. 2016. Vol. 8. № 3. P. 51-56.

4. Semenov V. N., Galuzo N. A. Nikiforova N. G. Health medical student. Journal of scientific articles Health and education in the XXI century. 2017. Vol. 19. № 1. P. 84-85.

5. Izmaylov T. B., Strakhov M. A. Assessment of own health by the students of Tyumen state medical Academy. Bulletin of the Russian state medical University. 2006. № 2. P. 285.

6. Kostina L. A., Taraskina T. V., Fomenko O. N. The basics of understanding the essence of health by students of medical universities at the stage of reforming education. In the collection: "Theoretical and practical aspects of psychology and pedagogy " Collection of articles Of the international scientific-practical conference. 2014. P. 51-55.

7. Zelensky E. V., O. V. Lemeshenko, Sadko N. In. Self-assessment by students of their health and socio-hygienic aspects of the formation of a healthy lifestyle. Actual issues of modern medicine materials 71st final scientific conference of young scientists and students. 2014. P. 315-317.

8. Dubinina V. V., Dorofeev A. L., Gurinova L. I., Galushko N. A. The state of functional health of a modern graduate student of a medical University. International journal of experimental education. 2014. № 8-2. P.20-21.

9. Kiryanov D. E. "a Rating of student's health" as the criterion of healthy environment of higher education institutions of medical profile. Science-education, production, Economics materials XXI Regional scientific-practical conference of teachers, researchers and graduate students: in 2 volumes. 2016. P. 167-168.

10. Bashmakova O. p., Ryndina Yu. a. Subjective assessment by students of medical University of their health and their attitude to a healthy lifestyle. The XX Regional conference of young researchers of the Volgograd region Abstracts. Under the General editorship V. I. Petrov. 2016. P. 105-108.

Сведения об авторах: Ж.А. Анохина, К.Н. Коротких, А.Г. Кварацхелия –ФГБОУ ВО «Воронежский государственный медицинский университет им.Н.Н. Бурденко», каф. нормальной анатомии человека.