



Заболеваемость и образ жизни студентов-медиков

Копылов А.С.

ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России, Воронеж

Введение.

Вопрос неуклонного роста заболеваемости молодого поколения в последние годы все больше беспокоит как их родителей, так и врачей нашей страны. Специалисты все больше сводятся к выводам о комплексном решении проблемы, взаимодействии сферы здравоохранения и сферы образования вместе для максимально продуктивного разрешения этого вопроса. В свою очередь, профессорско-преподавательский состав в высших учебных заведениях должен проявлять максимальную активность в формировании здоровья их обучающихся [1].

Ученые доказали, что молодые парни формируются немного позднее, чем представительницы женского пола, поэтому отсюда можно предположить, что первые годы обучения для юношей будут более сложными как для их состояния здоровья, так и организма в целом. Это может привести к повышенной заболеваемости у юношей даже на первых курсах ввиду изменения привычной для них школьной среды на вузовскую [4].

Экологическая обстановка в регионе также сказывается на здоровье и состоянии организма студентов. Особую важность составляют показатели качества питьевой воды и атмосферного воздуха, которые являются приоритетными факторами риска в развитии патологий некоторых систем. Уровень и качество жизни обучающихся также не всегда соответствуют нормам [2].

Нельзя не признать, что обучающиеся нередко устраиваются на постоянную работу или подработку, чтобы улучшить свое материальное положение, но они совсем не задумываются, как негативно это складывается на их состоянии здоровья. Причем, количество трудоустроенной молодежи неуклонно растет от младших курсов к старшим. Это говорит о том, что потребность студентов обеспечивать себя самим возрастает с годом обучения [3].

Целью работы явилось изучение заболеваемости студентов 6 курса лечебного факультета ВГМУ им.Н.Н. Бурденко и факторов, влияющих на нее.

Материалы и методы.

Было обследовано 149 студентов шестого курса лечебного факультета Воронежского государственного медицинского университета им. Н.Н. Бурденко, из которых девушки составили 79%, а юноши 21% соответственно. Применялась программа «Истоки здоровья Valeometer» для внесения и обработки данных.

Результаты исследования.

Производили измерение веса и роста студентов, по которым в дальнейшем рассчитывали индекс массы тела (ИМТ). Из девушек 30% имели индекс массы тела, который выходил за рамки нормы, причем 63% из них имели избыточную массу тела. У студентов мужского пола ИМТ выходил за пределы нормы в 38% соответственно, также стоит отметить, что среди них повышенный индекс массы тела имели 83% обучающихся. Из всех обследованных у 21% отмечалось ожирение первой степени, и лишь у одного обучающегося показатели соответствовали третьей степени ожирения.

Различные хронические заболевания были отмечены у 58% обучающихся, то есть каждый второй студент на 6 курсе имеет хотя бы одно заболевание в своем анамнезе. Юноши чаще отмечали отклонения по состоянию здоровья, чем девушки (63% и 57% соответственно). Но, несмотря на это, девушки чаще отмечали наличие двух и более хронических заболеваний (28%), чем представители мужского пола (19%).

К старшим курсам количество работающих студентов всегда растет, студенты ВГМУ не стали исключением, несмотря на высокую учебную нагрузку в университете. Среди юношей 38% отметили, что работают в свободное от учебы время, а среди девушек этот показатель был немного выше и составил 41% соответственно. В общей сложности, почти половина обучающихся выпускного курса (40%) подрабатывают после занятий.

Пагубные привычки всегда негативно отражаются на состоянии здоровья и всего организма в целом. Студенты-медики не являются исключением и зачастую не уступают обучающимся других высших учебных заведений в распространенности вредных привычек, таких как употребление алкоголя и курение. Более половины опрошенных (52%) отметили, что не курят вообще, 29% отмечали, что курение — это редкая привычка, а остальные 19% указали, что курят регулярно, несмотря на знания о негативном влиянии никотина на организм и здоровье человека. Представители мужского пола гораздо чаще отмечали редкое или постоянное курение (56%), в отличие от девушек (46% соответственно). С алкогольными напитками ситуация обстоит еще более плачевно. Хотя бы редкое употребление алкоголя отметили 81% из всех обследованных. Важно подчеркнуть, что 4% из всех респондентов отмечали, что употребляют спиртные напитки на регулярной основе, причем, как юноши, так и девушки.

Обсуждение результатов.

К сожалению, обучающиеся ввиду своего совсем юного возраста обычно не задумываются о своем здоровье или относятся к нему не всегда с полной ответственностью и только с возрастом задумываются о необходимости наблюдать за своим здоровьем, проходя диспансеризацию. Состояние здоровья всегда тесно связано с качеством жизни человека, а все это в совокупности влияет на общее состояние индивида [5].

Сон — это один из важнейших состояний для организма человека, в процессе которого происходит восстановление сил и энергии, которые были затрачены в течение дня. Несмотря на это, студенты очень часто пренебрегают достаточным сном, особенно студенты медицинских вузов, на которых ложится большая нагрузка и ответственность, которую им предстоит взять в будущем за жизнь и здоровье своих пациентов. Студенты-медики старших курсов относятся к своему сну еще более безответственно, так как многие из них устраиваются на ночные подработки, чтобы хоть как-то обеспечивать себя и свое обучение. Из всех обследованных 60% отметили, что их сон бывает недостаточным, а 16% испытывают хронический недосып. Среди юношей подавляющее большинство (84%) спят недостаточно и лишь 9% высыпается по ночам. Из девушек почти пятая часть (19%) сообщили о хроническом недосыпании по ночам. Несмотря на это, число представительниц женского пола, которые отметили достаточный сон было выше в три раза (27% соответственно).

К сожалению, показатель никотиновой зависимости и злоупотребления алкоголем среди студентов-медиков нашего университета находится на достаточно высоком уровне, что говорит о необходимости проведения профилактических бесед и семинаров в данном направлении, чтобы в дальнейшем будущие врачи уже своим пациентам объясняли о важности отказа от пагубных привычек и все больше склоняли к ведению здорового образа жизни.

Выводы.

1. Индекс массы тела не соответствовал границам нормы у 30% и 38% юношей, в каждой из групп избыточная масса тела была преобладающей, что говорит о малой двигательной активности и физической работоспособности обучающихся.

2. Более половины студентов-медиков шестого курса имеют хотя бы по одному хроническому заболеванию, девушки чаще отмечали наличие расстройств сразу нескольких систем организма.

3. Таким образом мы видим, 40% шестикурсников совмещают учебу в медицинском университете с работой в свободное время. Большая часть обучающихся мужского пола (84%) отмечали, что испытывают недостаток сна, а среди девушек 19% указали на хроническое недосыпание по ночам. Более половины юношей и почти половина девушек отметили, что курят хотя бы изредка. Около 80% респондентов употребляют алкоголь, хотя бы редко, а 4% - на регулярной основе.

Литература.

1. Воробьева, Н. А. Результаты оценки состояния здоровья студенческой молодежи / Н. А. Воробьева, Т. В. Никольская // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 2(216). – С. 74-75
2. Изучение здоровья студентов как результат взаимодействия медико-биологических, экологических и социально-гигиенических факторов риска / И. Б. Ушаков, В. И. Попов, Т. Н. Петрова, И. Э. Есауленко // Медицина труда и промышленная экология. – 2017. – № 4. – С. 33-36.
3. Исследование влияния различных социальных факторов на физическое здоровье студентов в период обучения в вузе / Т. Т. Щелина, С. П. Акутина, С. В. Михайлова [и др.] // Ученые записки Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского. Биология. Химия. – 2023. – Т. 9, № 2. – С. 239-250.
4. Медведкова, Н. И. Заболеваемость студентов и пути ее снижения / Н. И. Медведкова, В. Д. Медведков, С. В. Аширова // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2012. – № 4. – С. 39-40.
5. Шевченко, С. С. Анализ заболеваемости студентов медицинского вуза до и в период пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19 / С. С. Шевченко, Т. А. Герасимова, А. М. Бурдакова // Менеджер здравоохранения. – 2023. – № 3. – С. 66-73.