

ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ 1 И 4 КУРСОВ ЛЕЧЕБНОГО ФАКУЛЬТЕТА ИЖЕВСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ АКАДЕМИИ

Чичкина Анжелика Николаевна

студент, Ижевская государственная медицинская академия, РФ, г. Ижевск

Сарапулова Людмила Петровна

студент, Ижевская государственная медицинская академия, РФ, г. Ижевск

Савельев Владимир Никифорович

научный руководитель, д-р мед. наук, проф., Ижевская государственная медицинская академия, РФ, г. Ижевск

“Здоровый образ жизни - это одно из условий эффективной профессиональной деятельности современного человека, а проблема формирования культуры здорового образа жизни студентов имеет социальное и экономическое значение. Здоровье отражает качественную сторону характера включенности личности в социальную сферу, является важной естественной предпосылкой её творческой активности” [1, с.268]. Культура здорового образа жизни студентов – это ценностное отношение личности к своему здоровью и осознанное стремление к его сохранению и укреплению. “Основой профилактики заболеваний и укрепления здоровья молодежи является здоровый образ жизни и формирование культуры здорового образа жизни. Воспитание сильного молодого поколения возможно при условии отношения к здоровью как главной ценности и должно быть критерием развития страны. Донести идею культуры здорового образа жизни нужно до сознания каждого человека, особенно среди молодежи” [3, с.78].

Первым этапом нашего исследования было составление анкеты “Образ жизни студентов Ижевской государственной медицинской академии лечебного факультета 1 и 4 курсов”.

Анкета образ жизни студентов ИГМА 1 и 4 курса

1 Возраст _____.

2 Пол: муж., жен.

3. Место жительства - сельская местность; - городская местность

4. Социальное положение - замужем (женат);- не замужем (не женат)

5. Место проживания: квартира (с родителями или иными родственниками); отдельная квартира; комната в коммунальной квартире; частный дом; общежитие.

6. Какие факторы, по Вашему мнению, наиболее сильно влияют на здоровье: образ жизни человека; внешние факторы (условия быта, обучения, экология и т.д); наследственность; качество и своевременность медицинской помощи.

7. Считаете ли Вы достаточным свой уровень информированности по вопросам охраны своего

здоровья: да; нет; затрудняюсь ответить.

8. Какая информация о здоровье Вам наиболее необходима: о здоровом образе жизни; о профилактике заболеваний; о диагностике и лечении Вашего заболевания, иное _____.

9. Какая информация об образе жизни Вам наиболее необходима: о здоровом питании; о формах физической активности; о рациональном отдыхе; о методах сохранения психологического благополучия; о методах борьбы с вредными привычками.

10. Считаете ли Вы свой образ жизни здоровым: да, нет, затрудняюсь с ответом.

11. Какие факторы позволяют говорить о том, что Ваш образ жизни здоровый (подчеркните все характерные для Вас): полноценное и рациональное питание; достаточная двигательная активность; психологическое благополучие; полноценный отдых; отсутствие вредных привычек.

12. Курите ли Вы (включая вейп и электронные сигареты): Да ;Нет

13. Употребляете ли Вы алкогольные напитки (включая пиво): Да; Нет

14. Что мешает Вам вести здоровый образ жизни: дефицит времени; усталость после учебы; лень; отсутствие условий; уверенность, что болезни Вам не грозят; отсутствие интереса к своему здоровью; отсутствие компании для занятий; материальные затруднения.

15. Как Вы оцениваете свое здоровье: хорошее, удовлетворительное, плохое..

16. Занимаетесь ли Вы спортом: да (каким _____), нет.

17. Сколько часов в день в среднем Вы спите: менее 7 часов; 7-9 ч., более 9 часов; всегда по разному.

18. Бережно ли вы относитесь к окружающей среде: оберегаете окружающую среду; не оберегаете окружающую среду.

Вторым этапом было онлайн анкетирование студентов с помощью интернет ресурсов. В нашем опросе приняло участие 305 человек, 162 человека с первого курса и 143 человек с 4 курса. В ходе анкетирования мы получили следующие данные.

Таблица.

Данные

	Пол		Возраст		Место жительства		Социальн	
	Муж	Жен.	До 21 года	До 25 лет	Город	Сельская местность	Замужем (женат)	
Студенты	34% (104 чел)	66%(201чел.)	48 % (146 чел)	51% (158 чел)	63% (192 чел)	37% (113 чел)	15%	(46 чел)

При подсчете коэффициента корреляции методом Пирсона, нами были получены следующие данные: теснота связи между образом жизни и полом составляет 1,0 (связь сильная), теснота связи между образом жизни и местом жительства составляет 0,9 (связь сильная) и теснота связи между образом жизни и социальным положением составляет 0,9 (связь сильная).

Таким образом, в результате изучения образа жизни студентов, Ижевской государственной медицинской академии мы отмечаем корреляционную зависимость показателей от пола,

социального положения и места жительства.

Расчёты проводили методом Пирсона, рассчитали коэффициент корреляции: теснота связи между образом жизни и полом составляет 1,0, теснота связи между образом жизни и местом жительства составляет 0,9 и теснота связи между образом жизни и социальным положением составляет 0,9.

Список литературы:

1. Антонов С. В. Здоровье молодежи – социальная проблема общества: Социально экономические проблемы региона и пути их решения./С. В. Антонов. Вып. 2: сб. материалов научнопракт. конф. Чебоксары: ООО «Фирма «Атолл», 2006. С. 267-269.
2. Государственный доклад о состоянии здоровья населения Удмуртской Республики в 2020 году. Ижевск 2021. 285с.
3. Гуревич И.Н. Социальное исследование общего и нервно-психического здоровья молодежи. Социология молодежи./И.Н. Гуревич//Здравоохранение Российской Федерации. 2006. №8. С.78-83.