

## **ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ 3-4 КУРСОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ИГМА И УДГУ**

### **Хафизова Айназ Рамилевна**

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

### **Соболева Вера Николаевна**

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

### **Савельев Владимир Никифорович**

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

*Актуальность темы.* Состояние здоровья находится в прямой зависимости от ряда факторов: образ жизни, социально-экономические факторы, экологическая обстановка, наследственность, влияние медицины.

Актуальность изучения образа жизни состоит в том, что от него на 25 % зависит здоровье человека и риск развития тех или иных заболеваний.

Образ жизни-это определенный, исторически обусловленный тип, вид жизнедеятельности, определенный способ деятельности, активности человека, группы людей, населения в материальной и нематериальной (духовной) сферах жизнедеятельности людей.

Он состоит из следующих компонентов:

-стиль жизни-индивидуальные особенности поведения, режим человека

-уклад жизни-регламент общественной жизни, труда и отдыха

-уровень жизни-количественные показатели материальных и духовных ценностей, например, доходы населения, обеспеченность жильем, медицинской помощью, продолжительность рабочего и свободного времени и т.д.

-качество жизни- оценка качественной стороны условий жизни

*Цель работы.* Проанализировать и сравнить образ жизни студентов, обучающихся в ИГМА и УдГУ на 3-4 курсах, выявить их отношение к формированию здорового образа жизни.

*Материалы и методы.* Проведено исследование образа жизни студентов ИГМА и УдГУ методом анкетирования.

*Результаты.* Первый этап исследования - составление анкеты «Образ жизни студентов ИГМА и УдГУ 3 и 4 курсов».

Анкета «Образ жизни студентов ИГМА и УдГУ 3 и 4 курса»

1. Возраст \_\_\_\_\_.
2. Пол: мужской; женский
3. Социальный статус (несколько вариантов ответа):  
не женат/не замужем; женат/замужем
4. Место жительства: из города; из ПГТ; из села/деревни
5. Семейный доход (сколько приходится на одного человека):  
меньше прожиточного минимума; больше прожиточного минимума
6. Как часто занимаетесь физической нагрузкой? каждый день; 2-3 раза в неделю; раз в неделю; не занимаюсь
7. Сколько часов выделяете для сна? 8-9; 6-7; 4-5
8. Поддерживаете ли вы курящих? да; нет
9. Как часто принимаете алкоголь? каждый вечер; раз в неделю; раз в месяц; по праздникам; не пью
10. Как часто посещаете врача? раз в месяц; раз в 2-3 месяца; раз в полгода; раз в год; при болезни
11. Есть ли у вас домашние питомцы? да; нет
12. Прогуливаетесь ли с ними на детской площадке? регулярно; не прогуливаюсь; выгуливаю питомца в специально отведенных местах
13. Как поступите, увидев замусоренный участок? пройду мимо; соберу и выкину в близлежащий мусорный контейнер

Второй этап - онлайн анкетирование студентов с помощью интернет ресурсов.

В опросе приняло участие 280 человек, из них 140 - студенты ИГМА, 140 - студенты УдГУ.

В ходе анкетирования были получены следующие данные.

**Таблица 1.**

**Данные**

Студенты	Индивидуальный режим		Медицинская активность		Активное участие в гигиенических мероприятиях	
	Рациональный	Нерациональный	Высокая	Низкая	Участвуют	
ИГМА	107 чел (76,5%)	33 чел (23,5%)	86 чел (61,25%)	54 чел (38,75%)	110 чел (78,25%)	
УдГУ	47 чел (33,8%)	93 чел (67,2%)	58 чел (41,5%)	82 чел (58,5%)	66 чел (47,1%)	

При подсчете коэффициента корреляции методом Пирсона, нами были получены следующие данные: теснота связи между образом жизни и индивидуальным режимом составляет 1,0 (связь сильная), теснота связи между образом жизни и медицинской активностью составляет 0,9 (связь сильная), теснота между образом жизни и активным участием в создании санитарно-гигиенических условий труда и быта составляет 1,0 (связь сильная).

*Вывод.* Таким образом, в результате изучения образа жизни студентов ИГМА и УдГУ мы отмечаем корреляционную зависимость показателей от индивидуального режима, медицинской активности и участия в создании санитарно-гигиенических условий труда и быта.

Из данных таблицы можно отметить, что у студентов ИГМА по сравнению со студентами УдГУ более рациональный индивидуальный режим, более высокая медицинская активность и выше причастность к созданию санитарно-гигиенических условий труда и быта.

Эти моменты указывают на более правильный образ жизни студентов медицинской академии, что говорит об их хорошем здоровье и меньшей подверженности заболеваниям, нежели у студентов УдГУ.

Это может быть связано с профессиональной деятельностью, поскольку в медицинской академии практически каждый день студенты осознают важность здоровья организма и последствия неправильного образа жизни.

#### **Список литературы:**

1. Здоровоохранение в России. 2021: Стат.сб./Росстат.-Москва, 2021.- [С.19, 32].
2. Лисицын Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник.- 2-е изд. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. — [512 с.]: ил.
3. Медик В.А., Юрьев В.К. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / В.А. Медик, В.К. Юрьев. - М.: Професионал, 2009. - [432 с.]: ил.
4. Общественное здоровье и здравоохранение: национальное руководство / под редакцией В.И. Стародубцева, О.П. Щепина и др. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - [624 с.].
5. Полунина Н.В. Общественное здоровье и здравоохранение; Учебник. — М.: Издательство «Медицинское информационное агентство», 2010. — [544 с.].