

ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ИГМА МЛАДШИХ И СТАРШИХ КУРСОВ

Алексеева Анна Михайловна

студент Ижевской государственной медицинской академии, РФ, г. Ижевск

Завалина Софья Алексеевна

студент Ижевской государственной медицинской академии, РФ, г. Ижевск

Терёхина Анна Алексеевна

студент Ижевской государственной медицинской академии, РФ, г. Ижевск

Савельев Владимир Никифорович

научный руководитель, д-р мед. наук, профессор Ижевской государственной медицинской академии, РФ, г. Ижевск

Аннотация. В статье представлена оценка образа жизни студентов ИГМА младших и старших курсов.

Ключевые слова: образ жизни, здоровый образ жизни, студенты, здоровье, уровень жизни, качество жизни, стиль жизни, уклад жизни.

Актуальность: Образ жизни – это определенный, исторически обусловленный тип жизнедеятельности, активности в материальной и нематериальной (духовной) сферах жизни людей. Здоровый образ жизни – это такие формы и способы повседневной деятельности человека, которые направлены на укрепление и сохранение здоровья, достижение активного долголетия. На сегодняшний день тема здорового образа жизни как никогда актуальна. С каждым годом увеличивается число студентов, вне зависимости от курса, имеющих проблемы со здоровьем. Вредные привычки (алкоголь, курение) из них имеют 47%, занимаются зарядкой – только 42%, а к старшему курсу лишь 27% считают себя практически здоровыми. Студенты ИГМА – будущие врачи, которые должны на своем примере показывать пациентам, что здоровый образ жизни – это не просто слова, а важная и простая профилактика большинства заболеваний.

Цель исследовательской работы: изучение образа жизни студентов ИГМА.

Задачи исследовательской работы: анализ образа жизни студентов ИГМА; сравнение образа жизни студентов младших (1-3 курс) и старших (4-6 курс) курсов ИГМА; вычисление корреляционной зависимости образа жизни студентов от курса.

Материалы и методы исследования: нами было проведено анкетирование среди студентов ИГМА. Анкета была составлена в электронном формате с помощью сервиса Google Forms (гугл-формы). По требованию Роскомнадзора информируем, что иностранное лицо, владеющее информационными ресурсами Google является нарушителем законодательства Российской Федерации – прим. ред.) В анонимное анкетировании приняло участие 400 человек (младшие

(1-3 курс) – 212 человек, старшие (4-6 курс) – 188 человек). Анкета состояла из 21 вопроса с вариантами ответов, отражающие все компоненты образа жизни: *экономический* – уровень жизни, *социально-психологический* – качество жизни, *психологический* – стиль жизни, *социальный* – уклад жизни.

Результаты: Для анализа образа жизни студентов определили зависимость *качества жизни* (удовлетворенность условиями жизни), *уклада жизни* (устроенность на работе), *уровня жизни* (материальное положение) от *курса* (младший или старший курс).

Корреляционная зависимость качества жизни (удовлетворенность условиями жизни) и курса для младших курсов равен 0,4 – слабая зависимость, для старших курсов равен 0,7 – сильная зависимость. Значит, студенты старших курсов в большинстве не удовлетворены условиями жизни и хотели бы что-то в ней поменять.



Рисунок 1. Диаграмма

Корреляционная зависимость между укладом жизни (устроенность на работе) и курсом для младших

курсов равен 0,5, что отражает слабую зависимость, а для старших курсов 0,8 – сильная зависимость. Можно сделать вывод, что с переходом на старшие курсы большинство студентов устраиваются на работу.

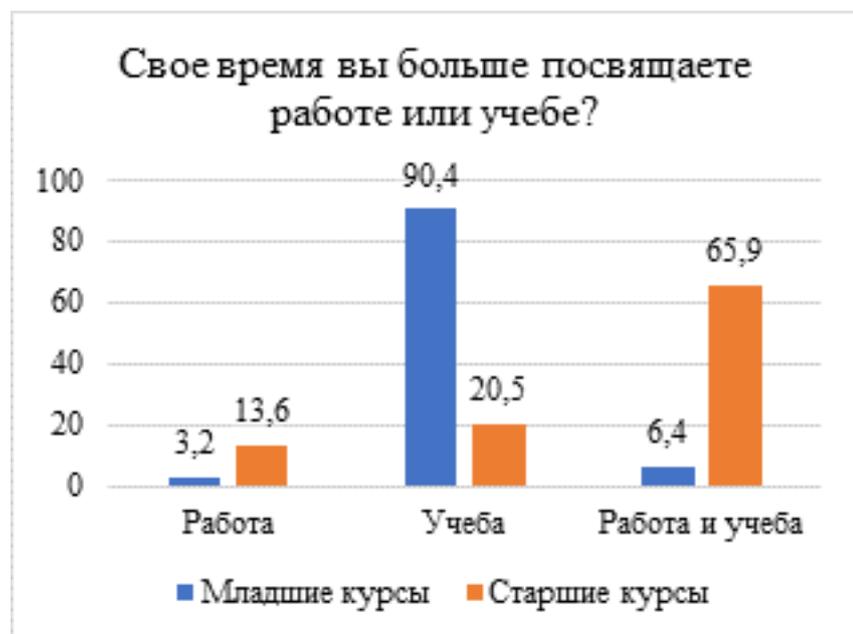


Рисунок 2. Диаграмма

Корреляционная зависимость между выполнением утренней зарядки и полом для старших и младших курсов равна 0,5, что отражает слабую зависимость этих признаков друг от друга. Можно сказать, что независимо от того женщина это или мужчина, студенты не имеют мотивации к утренней зарядке.



Рисунок 3. Диаграмма

Вывод: мы можем утверждать, что студенты старших курсов (4-6 курс) ведут более здоровый образ жизни, по сравнению со студентами младших курсов (1-3 курс). Старшие респонденты уже заводят семьи, поэтому стремятся к улучшению условий своей жизни, устраиваются работать и отказываются от вредных привычек. Мы можем говорить: чем взрослее студент, тем более ответственно он относится к своему здоровью, к окружающей среде и к другим людям. Необходимо пропагандировать критерии здорового образа жизни среди молодых студентов-медиков, чтобы они становились более внимательными к себе, своему здоровью и здоровью своих пациентов.

Список литературы:

1. Основы современной профилактики: учебное пособие / сост. В.Н. Савельев, Н.Н. Ежова, Н.М. Попова и др. - Ижевск, 2009. - 143 с.
2. Методическое пособие «Организация профилактической работы в академической группе как средство развития социально - личностных компетенций студентов» ФГПОУ «УдГУ», Ижевск, 2011. - 100с.