

УДК 613-057.875:61

DOI: 10.18413/2313-8955-2015-1-3-15-19

*Жернакова Н.И.,
Лебедев Т.Ю.,
Лебедев Д.Т.,
Постникова Л.И.*

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Жернакова Нина Ивановна,

д.м.н., декан факультета Лечебного дела и педиатрии Медицинского института,

НИУ «БелГУ» 308015, г. Белгород, ул. Победы, 85, Россия

e-mail: zhernakova@bsu.edu.ru

Лебедев Тихон Юрьевич,

к.м.н., доцент кафедры факультетской терапии Медицинского института,

НИУ «БелГУ» 308015, г. Белгород, ул. Победы, 85, Россия

e-mail: lebedev_t@bsu.edu.ru

Лебедев Дмитрий Тихонович,

студент Медицинского института,

НИУ «БелГУ» 308015, г. Белгород, ул. Победы, 85, Россия

e-mail: 962612@bsu.edu.ru

Постникова Людмила Илинична,

к.м.н., доцент факультетской терапии Медицинского института,

НИУ «БелГУ» 308015, г. Белгород, ул. Победы, 85, Россия

e-mail: postnikova@bsu.edu.ru

Аннотация

В статье изучается вопрос, отражающий проблему состояния здоровья у обучающихся медицинским специальностям. Учтены особенности подготовки специалистов медицинского профиля, связанного, как с продолжительностью обучения, так и с реализуемой тяжелой умственной и психоэмоциональной нагрузкой. Авторами проведено исследование с использованием оценки студентами состояния здоровья, качества жизни, уровня их материального благосостояния и социальной поддержки на основании метода анкетирования с использованием визуальных аналоговых шкал, включенных в анкету. Показано, что более чем у половины обучающихся уже на первом курсе имеются те или иные хронические заболевания и преобладающие – заболевания органа зрения. Обращено внимание на то, что у студентов медицинских специальностей имеется приверженность к здоровому образу жизни и распространенность вредных привычек невысока. Прослеживается, что все же почти у трети студентов имеется гиподинамия и каждый четвертый студент имеет признаки астенизации. Подчеркнуто, что показатель качества жизни данной категории обучающихся наиболее тесно коррелирует с уровнем их материального благосостояния.

Ключевые слова: медицинское образование, здоровый образ жизни, качество жизни, индекс массы тела, визуальные аналоговые шкалы, корреляционный анализ, рекомендации Всемирной Организации здравоохранения.

UDC 613-057.875:61

DOI: 10.18413/2313-8955-2015-1-3-15-19

Zhernakova N.I.,
Lebedev T.Yu.,
Lebedev D.T.,
Postnikova L.I.

SOME ASPECTS OF THE HEALTH STATUS OF MEDICAL STUDENTS

Zhernakova Nina Ivanovna

Doctor of Medical Sciences, Dean of the Faculty of General Medicine and Pediatrics

The Institute of Medicine, Belgorod State National Research University

85 Pobedy St., Belgorod, 308015, Russia

e-mail: zhernakova@bsu.edu.ru

Lebedev Tikhon Yurievich

PhD in Medicine, Associate Professor

Department of Faculty Therapy

The Institute of Medicine, Belgorod State National Research University

85 Pobedy St., Belgorod, 308015, Russia

e-mail: lebedev_t@bsu.edu.ru

Lebedev Dmitry Tikhonovich

Student,

The Institute of Medicine, Belgorod State National Research University

85 Pobeda St., Belgorod, 308025, Russia

e-mail: 962612@bsu.edu.ru

Postnikova Lyudmila Ilinichna

PhD in Medicine, Associate Professor

Department of Faculty Therapy

e-mail: postnikova@bsu.edu.ru

АБСТРАКТ

The article discusses the problem of the health status of medical students. The authors consider the specific character of medical specialists training, taking into account the duration of training and severe mental and emotional load it requires. The authors conducted the study, using the students' assessment of their health, their quality of life, the level of material well-being and social support. The study was based on the method of questioning, using visual analog scales included into the questionnaire. The study has revealed the fact that more than half of the students in their first year of study already have some chronic diseases, mostly vision disorders. It was noted that medical students have a commitment to a healthy lifestyle, and the prevalence of harmful habits is low. However, a third of the students have a lack of exercise, and every fourth student has the symptoms of asthenia. It is emphasized that the index of quality of life of students in this category is most closely correlated with the level of their material well-being.

Keywords: health education; healthy living; quality of life; body mass index; visual analog scale; correlation analysis; recommendations of the World Health Organization.

Медицинское образование заслуженно считается одним из самых сложных для обучающихся. Объективным подтверждением этого является уже хотя бы то, что образовательные стандарты большинства врачебных специальностей отводят на первый этап высшего медицинского образования 6 лет [1, 2], в то время как аналогичная подготовка по большинству других специальностей и направлений подготовки ограничивается 4-5 годами. Здоровье – ценнейший ресурс любого человека, однако для выпускника медицинского вуза сохранение и укрепление здоровья имеет еще один важный аспект: пациенту трудно относиться с доверием к рекомендациям врача, имеющего нездоровый вид и страдающего большим количеством хронических заболеваний. Недаром, еще в Древнем Риме была популярна крылатая фраза: *Medice, cura te ipsum* (Врач, исцелись сам) [3].

Тяжелые умственные и психоэмоциональные нагрузки, возникающие в процессе обучения врачебным специальностям, являются серьезным испытанием для организма будущего выпускника, поэтому исследования, посвященные проблеме изучения здоровья обучающихся, его взаимосвязи с качеством и образом жизни являются актуальными и практически значимыми.

Материал и методы.

Исследование проводилось методом анкетирования. В анкетном опросе участвовали 121 студент 1 курса факультета лечебного дела и педиатрии Медицинского института НИУ «БелГУ» (специальность 31.05.01 Лечебное дело). Среди обследуемых преобладали девушки, доля которых составляла 81,82%. На долю юношей пришлось 18,18% респондентов. Средний возраст обследуемых составил $18,29 \pm 0,19$ года, средний рост – $169,66 \pm 0,70$ см, вес – $58,99 \pm 1,07$ кг. Оценка студентами состояния здоровья, качества жизни, уровней материального благосостояния и социальной поддержки проводилась по визуальным аналоговым шкалам (ВАШ), включенным в анкету. Диапазон оценок при использовании ВАШ варьировал от 1 до 10 баллов. Состояние питания респондентов оценивалось по индексу массы тела (ИМТ), при интерпретации показателей руководствовались рекомендациями Всемирной организации здравоохранения [4].

Результаты исследования обрабатывались статистически с использованием стан-

дартных методов вариационной статистики и корреляционного анализа, различия считались достоверными при вероятности ошибки первого рода менее 5%.

Результаты исследования.

Анализ результатов анкетирования показал, что по уровню оценки своей успеваемости студенты распределились следующим образом. «Отличниками» считали себя 8,26%, «хорошистами» – 56,20%, «троечниками» – 35,54% обследуемых. При этом, 76,03% студентов тратили на самоподготовку к занятиям более 3 часов в день, а признаки астенизации (быстрая утомляемость, снижение работоспособности, ухудшение памяти, неустойчивость настроения, плохой сон и т.п.) довольно часто или практически постоянно наблюдались у 24,79% обучающихся.

Чаще всего у анкетированных встречались патология органа зрения (30,58 на 100 респондентов). Указания на другие хронические заболевания у студентов 1 курса встречались значительно реже. Так, распространенность патологии желудочно-кишечного тракта составляла 19,01 на 100 обследованных, сердечно-сосудистой системы – 16,53, опорно-двигательного аппарата 12,40, мочевыделительной системы – 5,79 на 100 респондентов, соответственно. Другие хронические заболевания встречались сравнительно редко, в общей сложности их распространенность составляла 9,92 случая на 100 обследованных. Обращало на себя внимание, что лишь 35,54% анкетированных отрицали у себя наличие хронических заболеваний.

Почти каждый пятый студент 1 курса довольно часто или регулярно принимал лекарственные средства (19,01% респондентов). Анализ отношения анкетированных к курению, дал следующие результаты. Большинство опрошенных (83,47%) полностью отрицали наличие этой вредной привычки. «Иногда» курило 9,09% респондентов, «до 10 сигарет ежедневно» выкуривало 6,61% обследованных. Курильщики, ежедневно потребляющие более 1/2 пачки сигарет, среди студентов-медиков почти не встречались (зарегистрирован 1 такой случай). Отрицали употребление алкоголя 60,33% принявших участие в исследовании. «Иногда, по праздникам» позволяли себе употребление спиртных напитков 30,58%, раз в месяц – 6,61% обследованных. Респонденты, признавшие систематическое употребление алкогольных на-

питков раз в неделю и чаще, среди студентов 1 курса специальности 31.05.01 Лечебное дело встречались крайне редко (всего было зарегистрировано 3 таких случая). Наиболее часто обследуемые предпочитали вино (70,00% случаев). Крепкие напитки и пиво по этому показателю занимали 2 и 3 место, их предпочитало 19,00% и 11,00% опрошенных, соответственно.

Выбор спиртного напитка зависел от пола. Так, вино чаще предпочитали девушки (66,67% случаев), а юноши, в основном, отдавали предпочтение крепким напиткам (45,45% случаев). Данные различия носили статистически значимый характер ($p < 0,05$) и, по-видимому, были обусловлены сложившимися в обществе традициями и социальными стереотипами.

При оценке отношения обследуемых к занятиям физкультурой и спортом, было установлено, что регулярно занимались физическими упражнениями дома или в спортивном зале 36,36% анкетированных. Еще примерно 33,06% ограничивали свою физическую активность уроками физической культуры. Эпизодически делали физические упражнения, либо вообще их не делали 30,58% студентов.

Анализ ИМТ обследуемых показал, что избыточная масса тела и ожирение у студентов 1 курса встречаются крайне редко (данные нарушения питания наблюдались у 6 и 3 респондентов, соответственно). Все выявленные случаи ожирения соответствовали его I степени (ИМТ 30,0-34,9 кг/м²), более тяжелые (II-III) степени ожирения у респондентов не встречались. В тоже время, 25,62% студентов, включенных в исследование имели ИМТ ниже 18,5 кг/м², что свидетельствовало о наличии у них дефицита массы тела.

Самооценка респондентами состояния своего здоровья, качества жизни, уровней материального благосостояния и социальной поддержки, которая проводилась по визуальным аналоговым шкалам, дала следующие результаты. Наиболее высоко студенты оценили уровень получаемой социальной поддержки (8,62±0,17 баллов), самая низкая оценка была дана состоянию своего здоровья (6,84±0,14 баллов). Средняя оценка качества жизни студентами составила 7,88±0,15 баллов, уровня материального благосостояния – 7,18±0,16 баллов.

В ходе корреляционного анализа была выявлена наиболее выраженная зависимость

показателя качества жизни от уровня материального благополучия ($r=0,61$; $p < 0,05$). На втором месте по влиянию на качество жизни было состояние здоровья ($r=0,53$; $p < 0,05$). Слабее всего на качество жизни влиял уровень получаемой от окружающих социальной поддержки ($r=0,45$; $p < 0,05$).

Выводы.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Обучение на 1 курсе по специальности 31.05.01 Лечебное дело требует от студентов значительных усилий, что подтверждается тем, что более 2/3 обучающихся (76,03%) тратят на подготовку к занятиям более 3 часов, при этом почти у каждого 4 студента (24,79% случаев) часто или постоянно наблюдаются признаки астенизации.

2. Уже в начале обучения специальности 31.05.01 Лечебное дело, те или иные хронические заболевания наблюдаются в 64,46% случаев, среди имеющейся хронической патологии лидируют заболевания органа зрения (30,58 случаев на 100 опрошенных), почти каждый пятый студент (19,01% опрошенных) регулярно или часто принимает лекарственные средства

3. Распространенность вредных привычек среди студентов медицинских специальностей невысока, систематически (раз в месяц и чаще) алкогольные напитки употребляет только 9,09% обучающихся, лишь 1 респондент ежедневно выкуривал более 1/2 пачки сигарет

4. Почти треть (30,58%) студентов, включенных в исследование, делают физические упражнения эпизодически или не делают вовсе, что свидетельствует о наличии у них гиподинамии, которая является фактором риска целого ряда различных неинфекционных заболеваний (артериальная гипертония, ИБС, сахарный диабет и др.).

5. Наиболее частое нарушения питания у студентов 1 курса специальности 31.05.01 Лечебное дело – дефицит массы тела (25,62% случаев), проблема избыточной массы тела и ожирения для них неактуальна.

6. Показатель качества жизни данной категории обучающихся наиболее тесно коррелирует с уровнем их материального благосостояния ($r=0,61$; $p < 0,05$) и состоянием здоровья ($r=0,53$; $p < 0,05$).

ЛИТЕРАТУРА:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 060101 Лечебное дело, утв. приказом Минобрнауки РФ №1118 от 08.11.2010
2. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки (специальности) 060103 Педиатрия, утв. приказом Минобрнауки РФ №1122 от 08.11.2010
3. Цыбульник Ю.С. Крылатые латинские выражения. — М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. 830 с.
4. World Health Organisation (2006) “BMI Classifications” Дата обращения 20.06.2015 http://www.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html.

REFERENCES:

1. The Federal State Educational Standard of Higher Vocational Education Training (Specialty) 060101 Medicine, approved by the Order of the Ministry of Education of the Russian Federation №1118 of 08.11.2010
2. The Federal State Educational Standard of Higher Vocational Education Training (Specialty) 060103 Pediatrics, approved by the Order of the Ministry of Education of the Russian Federation №1122 of 08.11.2010
3. Tsybulnik Y.S. Latin Catch Phrases. M.: ООО “Izdatelstvo AST”, 2003. 830 p.
4. World Health Organisation (2006) “BMI Classifications” Date of access 20.06.2015 http://www.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html