

УДК 614.2:316.728:378.661(470.51-25)

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ИГМА И УДГУ

Савельев В.Н.

*д.м.н., профессор кафедры общественного здоровья и здравоохранения,
Ижевская государственная медицинская академия,
Ижевск, Россия*

Балобанова А.А.

*студент,
Ижевская государственная медицинская академия,
Ижевск, Россия*

Ардашева Е.П.

*студент,
Ижевская государственная медицинская академия,
Ижевск, Россия*

Аннотация

В данной статье сравнивается образ жизни студентов разных ВУЗов, а именно студентов Ижевской Государственной Медицинской Академии и Удмуртского Государственного Университета. Проводилось анкетирование, в котором были следующие критерии: наличие хронического стресса, частота заболеваемости, вид активной деятельности, количество сна и питания, соблюдение режима отдыха. Данное исследование отразило показатели жизнедеятельности студентов ИГМА и УДГУ.

Ключевые слова: Удмуртская Республика, охрана здоровья, здравоохранение, здоровье, образ жизни.

**COMPARATIVE CHARACTERISTICS OF THE HEALTH INDICATORS
OF STUDENTS ISMA AND USU**

Savelyev V. N.

*MD, professor of the Department of Public Health and Public Health,
Izhevsk State Medical Academy,
Izhevsk, Russia*

Balobanova A.A.

*student,
Izhevsk State Medical Academy,
Izhevsk, Russia*

Ardasheva E.P.

*student,
Izhevsk State Medical Academy,
Izhevsk, Russia*

Annotation

In this article, the lifestyle of students of different universities is compared, namely, students of Izhevsk State Medical Academy and Udmurt State University. The questionnaire was conducted, which included the following criteria: presence of chronic stress, incidence of disease, type of active activity, number of hours of sleep and food, compliance with rest regime. This study reflected the vital indicators of students ISMA and USU.

Key words: Udmurt Republic, health protection, health care, health, lifestyle.

Актуальность: Здоровье человека в понимании Всемирной организации здравоохранения – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. [2] На образ жизни влияет несколько факторов таких, как экономический — уровень жизни, социальный — уклад жизни, психологический — стиль жизни. [3] Общественное здоровье состоит из таких компонентов, как образ жизни, экономическая, экологическая и социальная обстановка, политика в области охраны здоровья граждан. В свою очередь состояние здоровья студентов, в том числе зависит от вышеперечисленных факторов. Здоровье студенческой молодежи во многом определяется их образом жизни. [2] Отсутствие вредных привычек, продуманный распорядок дня, регулярные физические упражнения, сбалансированное питание – все это способствует сохранению хорошего самочувствия.

Цели: сравнение образа жизни студентов ИГМА и студентов УДГУ. Критериями образа жизни служат следующие показатели: наличие хронического стресса, частота заболеваемости, вид активной деятельности, количество сна и питания, соблюдение режима отдыха.

Задачи:

1. Провести анкетирование студентов ИГМА и УДГУ в Google форме для определения уровня здоровья студентов,
2. Сравнить образы жизни в зависимости от вида учебного заведения,
3. Собрать полученные данные, обобщить их в виде диаграмм,
4. Провести корреляционный анализ.

Материалы и методы: проведен анализ методом социологического опроса (анкетирование) среди студентов 1-6 курса ИГМА, УДГУ. Анкета была составлена в электронном формате с помощью сервиса Google Forms.

При сравнении образа жизни студентов ИГМА и УДГУ были предложены вопросы про режим питания, продолжительность сна, режим отдыха, чувство хронического стресса, активные виды деятельности и частоту заболеваемости. Всего в опросе приняли участие 303 человека, из которых 228 человек девушки и 75 юноши (рис.1)



Рис. 1 – распределение по полу

Примечание: Авторская разработка

В анкетировании приняли участие 153 человека из УДГУ и 150 студентов из ИГМА. (рис. 2)

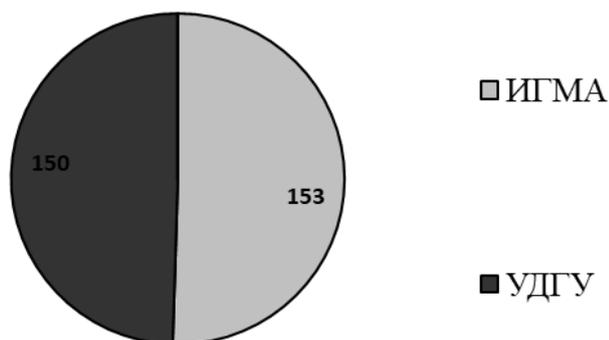


Рис. 2 – распределение по учебному заведению

Примечание: Авторская разработка

Наибольшее количество человек учатся на 4 курсе – 134 студента, меньше всего обучающихся с 6 курса – 3 человека. (рис. 3)

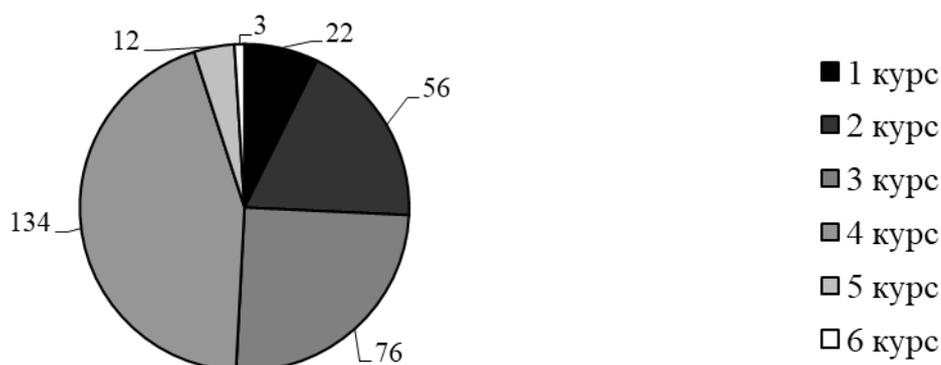


Рис. 3 – распределение по курсу

Примечание: Авторская разработка

По данным опроса чувство хронического стресса испытывают 88 человек из 303 опрошенных, 215 человек не находится в состоянии хронического стресса. (рис. 4) Корреляционная зависимость между студентами и чувством хронического стресса высокая. В ходе работы проводились расчёты коэффициента корреляции Пирсона – это коэффициент, который измеряет линейную корреляцию между двумя наборами данных. [4]



Рис. 4 – наличие хронического стресса анкетированных

Примечание: Авторская разработка

В спортивной секции (например, волейбол, футбол, танцы и др.) занимаются 30 студентов из ИГМА и 18 человек из УДГУ. Спортивный зал посещают 38 человек из ИГМА и 22 обучающихся из УДГУ. Выходят на пробежку 10 студентов из ИГМА и 6 человек из УДГУ. На прогулку ходят 63

человека из ИГМА и 43 студента из УДГУ. Полностью отсутствуют какие-либо активные виды деятельности у 16 обучающихся из ИГМА и 57 человек из УДГУ. (рис. 5) Корреляционная зависимость между студентами и видами деятельности низкая.

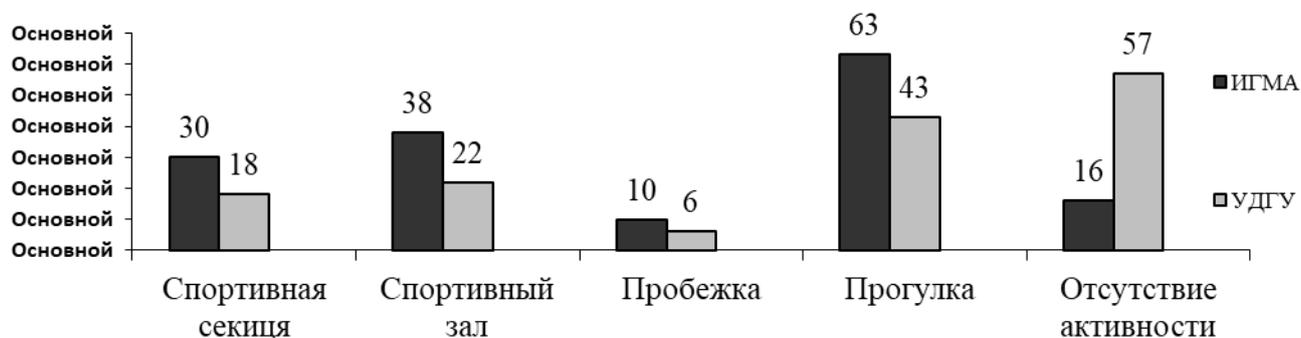


Рис. 5 – наличие физической активности

Примечание: Авторская разработка

В результате опроса выяснилось, что очень часто болеют 10 человек из ИГМА и 8 студентов из УДГУ. Часто болеют 51 человек из ИГМА и 34 обучающихся из УДГУ. Редко болеют 71 студент из ИГМА и 82 человека из УДГУ. Очень редко болеют 18 обучающихся из ИГМА и 29 человек из УДГУ. (рис. 6) Корреляционная зависимость между студентами и частотой заболеваний высокая.

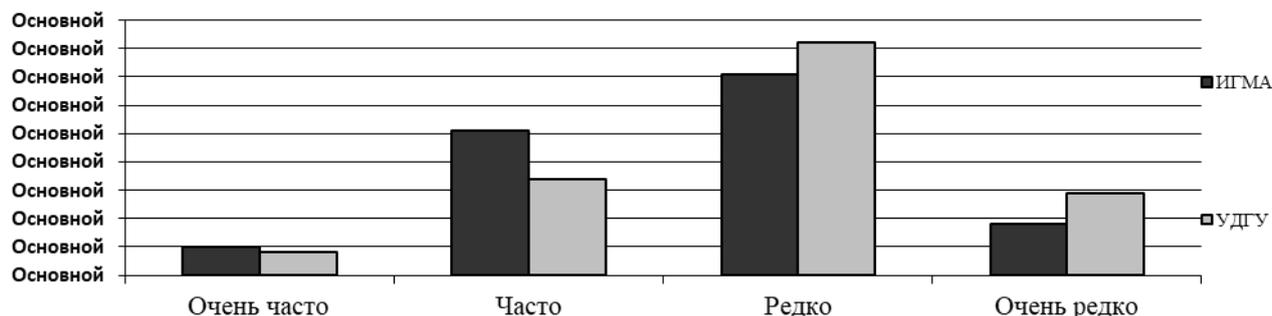


Рис. 6 – частота заболеваемости

Примечание: Авторская разработка

По данным опроса 2 раза в день питаются 23 человека из ИГМА и 70 студентов из УДГУ. 5 раз в день - 93 обучающихся из ИГМА и 100 человек из

УДГУ. Больше 6 раз в день – 7 студентов из ИГМА и 10 человек из УДГУ. (рис. 7) Корреляционная зависимость между студентами и частотой употребления пищи высокая.

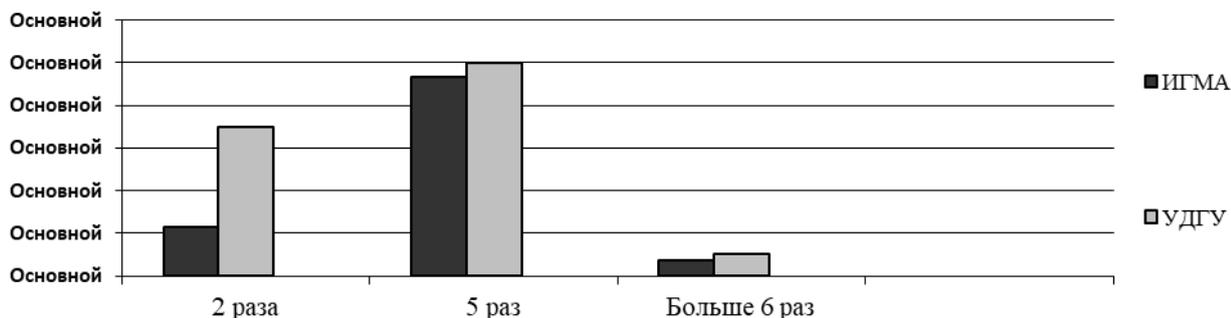


Рис. 7 – частота приёма пищи в день

Примечание: Авторская разработка

Опрос показал, что 1—3 часа спят 18 студентов из ИГМА и 10 человек из УДГУ. 4—6 часов в день спят 74 обучающихся из ИГМА и 87 человек из УДГУ. 7—9 часов спят 30 студентов из ИГМА и 84 человека из УДГУ. (рис. 8)

Корреляционная зависимость между студентами и режимом сна высокая.

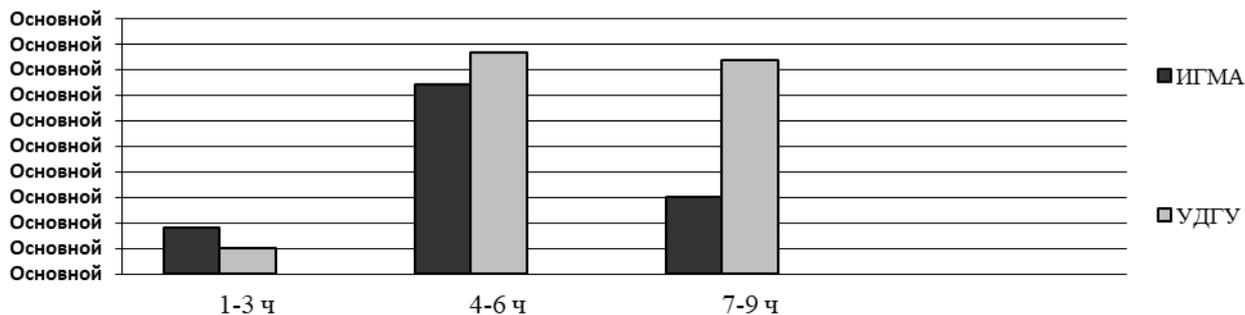


Рис. 8 – количество сна анкетированных

Примечание: Авторская разработка

По данным опроса 106 человек из ИГМА и 100 человек из УДГУ соблюдают режим отдыха, а не соблюдают - 52 человека из ИГМА и 45 из УДГУ. (рис. 9) Корреляционная зависимость между студентами и режимом отдыха низкая.

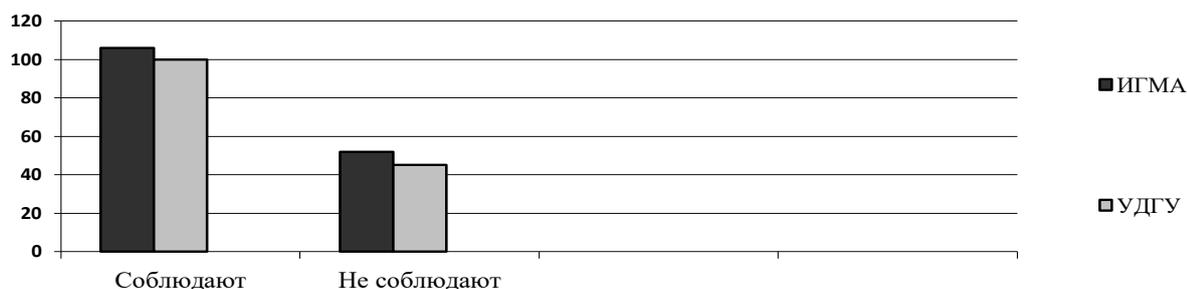


Рис. 9 – соблюдение режима отдыха

Примечание: Авторская разработка

Таким образом, здоровый образ жизни — значимый фактор профессиональной подготовки студента, позволяющий концентрировать его лично ориентированную направленность. [1] Данное исследование показало, что при сравнении образа жизни студентов ИГМА и УДГУ, к стрессу более устойчивы обучающиеся ИГМА, чаще болеют студенты УДГУ, по уровню активности студенты ВУЗов равны, более продолжительный сон и наиболее правильная частота приёма пищи у представителей УДГУ и наиболее правильный режим отдыха у студентов ИГМА.

Библиографический список

1. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента, 2022.
2. Дьякова А. Н. Формирование здорового образа жизни студентов, 2022.
3. Попова Н. М., Маркова О. В., Тарасова А. В. Успеваемость и образ жизни студентов Ижевской государственной медицинской академии //Евразийский научный журнал. – 2017. – №. 1. – С. 101-104.
4. Савельев В. Н. и др. Руководство к практическим занятиям по общественному здоровью и здравоохранению, медицинской информатике, 2008.

Оригинальность 75%