

УДК 616.314

***РАСПРОСТРАНЁННОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ КАРИЕСА  
СРЕДИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ ВУЗА***

***Галимова А. И.,***

*студентка,*

*ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,*

*Ижевск, Россия*

***Гайнуллин Н. Р.,***

*студент,*

*ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,*

*Ижевск, Россия*

***Толмачёв Д.А.,***

*д.м.н., доцент,*

*ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,*

*Ижевск, Россия*

**Аннотация.** В статье представлены результаты анонимного анкетирования студентов медицинского вуза, направленного на выявление факторов риска развития кариеса. Установлено, что, несмотря на удовлетворительный уровень базовой гигиены полости рта, большинство опрошенных пренебрегают дополнительными средствами ухода, регулярно употребляют сладкие напитки и редко посещают стоматолога в профилактических целях. Более половины студентов осведомлены о наличии у них нелеченого кариеса. Выявлен выраженный разрыв между знаниями о профилактике и реальным поведением респондентов.

**Ключевые слова:** кариес зубов, факторы риска, студенты медицинского вуза

***PREVALENCE OF DENTAL CARIES RISK FACTORS AMONG MEDICAL  
UNIVERSITY STUDENTS***

***Galimova A.I.,***

*student,*

*Izhevsk State Medical University,*

*Izhevsk, Russia*

***Gaynullin N.R.,***

*student,*

*Izhevsk State Medical University,*

*Izhevsk, Russia*

***Tolmachev D.A.,***

*MD, Associate Professor,*

*Izhevsk State Medical University,*

*Izhevsk, Russia*

**Annotation.** The article presents the results of an anonymous survey of medical university students aimed at identifying dental caries risk factors. It was found that despite a satisfactory level of basic oral hygiene, most respondents neglect additional hygiene measures, regularly consume sugary drinks, and rarely visit a dentist for preventive purposes. More than half of the students were aware of having untreated caries. A pronounced gap was identified between respondents' knowledge of prevention and their actual behavior.

**Key words:** dental caries, risk factors, medical students.

### **Актуальность.**

Кариес зубов занимает одно из ведущих мест в структуре стоматологической заболеваемости населения Российской Федерации. По данным масштабных эпидемиологических исследований, его распространённость среди взрослых достигает 95,0-98,0%, а поражённость им населения продолжает оставаться высокой, несмотря на достаточную изученность этиологии и патогенеза заболевания [1]. Широкое распространение

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

кариеса неразрывно связано с характером современного питания - прежде всего с высоким потреблением легкоусвояемых углеводов, что совпадает с резкой волной роста заболеваемости [2]. Данные о распространённости кариеса в различных регионах России подтверждают, что алиментарный фактор по-прежнему остаётся ключевым, а уровень гигиены полости рта - критически значимым для прогноза кариесогенной ситуации [3].

Особый интерес в этом контексте представляет группа студентов-медиков. С одной стороны, будущие врачи в процессе обучения получают обширные теоретические знания об этиологии кариеса, роли гигиены полости рта и значении регулярного стоматологического наблюдения. С другой стороны, специфика студенческой жизни - хроническое недосыпание, нарушение режима питания, высокая учебная нагрузка и академический стресс - формирует среду, в которой профилактические знания систематически не воплощаются в реальное поведение. Хроническое стрессовое состояние является одним из устойчивых поведенческих паттернов данной группы, влияющих на весь образ жизни обучающегося, включая гигиенические практики. Кроме того, выраженные нарушения пищевого поведения напрямую формируют кариесогенный фон в полости рта [4-6].

Среди факторов риска развития кариеса традиционно выделяют неудовлетворительную гигиену полости рта, характер питания с преобладанием легкоусвояемых углеводов, нерегулярность стоматологических осмотров, а также вредные привычки, в первую очередь курение [7]. В студенческий период все перечисленные факторы претерпевают выраженную негативную трансформацию. Смена привычного режима питания при переезде в общежитие, широкая доступность сладких напитков и снеков в условиях насыщенного учебного расписания, откладывание визитов к стоматологу из-за нехватки времени – всё это создаёт устойчивый кариесогенный фон, существенно повышающий риск возникновения и прогрессирования заболевания.

Вместе с тем комплексных исследований, одновременно оценивающих гигиенические, алиментарные, поведенческие и организационные факторы риска кариеса у студентов медицинских специальностей, в доступной литературе недостаточно. Актуальность их проведения определяется двойной практической значимостью: во-первых, для своевременной коррекции стоматологического здоровья самих обучающихся; во-вторых, для формирования у будущих врачей устойчивых профилактических компетенций, которые будут транслированы их пациентам в дальнейшей профессиональной деятельности [8].

Таким образом, изучение распространённости факторов риска развития кариеса среди студентов медицинских вузов представляет собой актуальную научно-практическую задачу, решение которой позволит разработать адресные профилактические рекомендации и повысить эффективность стоматологического просвещения в системе высшего медицинского образования Российской Федерации.

**Цель.** Проанализировать распространённость факторов риска развития кариеса среди студентов медицинского вуза.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие 230 студентов ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет». Среди респондентов 67,0% составили женщины и 33,0% - мужчины. Исследование проводилось методом анкетирования с использованием специально разработанной анкеты, включавшей 30 вопросов, сгруппированных в шесть блоков: общие сведения, гигиена полости рта, питание и пищевые привычки, вредные привычки, стоматологическая активность, а также уровень осведомлённости о кариесе и самооценка состояния зубов. Статистическая обработка полученных данных проводилась методами описательной статистики.

**Полученные результаты.** Анализ гигиенических привычек показал, что большинство студентов в целом соблюдают базовые рекомендации по уходу за полостью рта: дважды в день чистят зубы 90,0% опрошенных, один раз в день - 7,4%, нерегулярно - 2,6%. Вместе с тем одной лишь чистки зубов недостаточно

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

для полноценного удаления зубного налёта, особенно в межзубных промежутках. Дополнительные средства гигиены студенты используют заметно реже: зубную нить применяют регулярно лишь 7,8% респондентов, ополаскиватель - 17,4%, язык чистят 13,0%. Настораживает и то, что 33,0% опрошенных не обращают внимания на состав зубной пасты. Между тем использование фторсодержащих паст является одним из наиболее изученных и эффективных способов профилактики кариеса: фториды снижают растворимость эмали и подавляют активность кариесогенных микроорганизмов. Таким образом, несмотря на высокий процент студентов, регулярно чистящих зубы, качество гигиены полости рта у значительной части опрошенных остаётся недостаточным.

Наряду с гигиеническими привычками важную роль в развитии кариеса играет характер питания. Сладкие напитки входят в ежедневный рацион большинства опрошенных: несколько раз в день их употребляют 33,9% студентов, один раз в день - 26,1%, несколько раз в неделю - 23,0%. Редко или никогда не пьют сладкие напитки лишь 17,0% респондентов. Частое употребление сахаросодержащих напитков приводит к длительному снижению рН в полости рта, что создаёт благоприятные условия для размножения кариесогенных бактерий и деминерализации эмали. Ситуацию усугубляет распространённость перекусов между основными приёмами пищи, которые поддерживают кислую среду в полости рта на протяжении большей части дня. Подобные нарушения пищевого поведения во многом обусловлены условиями студенческой жизни: плотное расписание, отсутствие возможности полноценно пообедать и постоянная доступность готовых сладких продуктов и напитков делают такой режим питания практически нормой для данной группы.

Помимо питания, дополнительным фактором риска является курение, в том числе использование электронных сигарет и вейпа. Регулярно курят 13,9% студентов, периодически - 11,3%, то есть в той или иной мере с этой привычкой связан каждый четвёртый участник исследования (25,2%). Курение оказывает

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

выраженное негативное влияние на состояние полости рта: оно снижает защитные свойства слюны, нарушает местный иммунитет и способствует накоплению зубного налёта. Использование электронных устройств нередко воспринимается студентами как менее вредная альтернатива обычным сигаретам, однако содержащиеся в аэрозоле вещества также нарушают состав ротовой жидкости и могут усиливать кариесогенную активность микрофлоры полости рта. Таким образом, курение в данной группе следует рассматривать как самостоятельный и значимый фактор риска, действие которого суммируется с уже описанными нарушениями гигиены и питания.

На фоне перечисленных факторов риска стоматологическая активность студентов оказалась низкой. Посещают стоматолога дважды в год, как того требуют рекомендации, лишь 10,0% опрошенных, один раз в год - 23,9%. При этом 43,9% студентов обращаются к врачу только при появлении боли, то есть уже на стадии развившихся осложнений. Среди причин редких визитов первое место занимает нехватка времени - 47,4%, страх перед лечением отметили 19,7%, отсутствие жалоб - 19,1%. Показательно, что финансовые затруднения назвали лишь 9,2% респондентов, что говорит о том, что дело не столько в доступности стоматологической помощи, сколько в отношении студентов к профилактике как таковой. Закономерным следствием подобного поведения является высокая распространённость нелеченого кариеса: о его наличии осведомлены 57,0% участников исследования. Эта цифра особенно показательна с учётом того, что речь идёт о студентах медицинского вуза, которые в отличие от общей популяции имеют чёткое представление о последствиях несвоевременного лечения (Табл. 1.).

Таблица 1 - Стоматологическая активность студентов медицинского вуза

Показатель	n	%
Частота посещения стоматолога		
2 раза в год и чаще	23	10,0
1 раз в год	55	23,9
Реже 1 раза в год	51	22,2

Только при острой боли	101	43,9
Причины редких визитов (n=152)		
Нехватка времени	72	47,4
Страх перед лечением	30	19,7
Отсутствие жалоб	29	19,1
Финансовые причины	14	9,2
Не считают нужным	7	4,6
Наличие нелеченого кариеса	131	57,0

Примечание: Авторская разработка.

Отдельного внимания заслуживает соотношение между тем, что студенты знают о профилактике кариеса, и тем, как они себя ведут на практике. Только 9,1% опрошенных оценили свои знания как хорошие и указали, что действительно им следуют. Большинство - 43,9% - знания имеют, но признают, что применяют их непоследовательно; 37,0% оценивают свою осведомлённость как поверхностную. При этом 80,0% студентов считают, что учёба в вузе негативно сказывается на состоянии их зубов, и, судя по всему, это ощущение соответствует действительности. Однако осознание проблемы само по себе не приводит к изменению поведения: высокая учебная нагрузка, хроническая нехватка времени и стресс формируют среду, в которой даже мотивированный студент с трудом выстраивает регулярные профилактические привычки. Всё это указывает на то, что разрыв между знанием и поведением в данной группе носит не столько образовательный, сколько поведенческий характер и требует отдельного изучения.

**Вывод.** Проведённое исследование показало, что среди студентов медицинского вуза широко распространены факторы риска развития кариеса, относящиеся к различным сферам повседневного поведения. Несмотря на то что большинство опрошенных в целом соблюдают базовые гигиенические нормы, качество ухода за полостью рта остаётся недостаточным: дополнительные средства гигиены используются редко, а выбор зубной пасты нередко носит случайный характер. Питание студентов отличается высокой частотой употребления сладких напитков и перекусов, что в совокупности с выявленным

уровнем гигиены создаёт устойчивые условия для развития кариеса. Курение, распространённое среди каждого четвёртого участника исследования, усиливает действие перечисленных факторов.

Особую обеспокоенность вызывает низкая стоматологическая активность: плановые профилактические визиты к стоматологу для большинства опрошенных не являются нормой, а нелеченый кариес выявлен более чем у половины участников. Примечательно, что основным препятствием для обращения к врачу студенты называют не финансовые трудности, а нехватку времени, что отражает общую проблему расстановки приоритетов в условиях высокой учебной нагрузки.

Наиболее значимым результатом исследования следует считать выявленный разрыв между уровнем осведомлённости студентов и их реальным поведением. Будущие врачи располагают знаниями о профилактике кариеса, осознают влияние образа жизни на здоровье зубов, однако в большинстве своём не переводят это понимание в последовательные практические действия. Данное противоречие свидетельствует о том, что проблема носит прежде всего поведенческий характер.

Студентам рекомендуется дополнить ежедневную чистку зубов использованием зубной нити и фторсодержащего ополаскивателя, а также осознанно подходить к выбору зубной пасты с достаточным содержанием фторидов. Следует по возможности ограничить употребление сладких напитков и перекусы между основными приёмами пищи, а при невозможности почистить зубы после еды - хотя бы прополоскать рот водой. Посещение стоматолога с профилактической целью целесообразно планировать заблаговременно, не откладывая до появления жалоб.

### **Библиографический список.**

1. Рихтер А. А., Токмакова С. И., Баштовой А. А. Анализ показателей распространённости и интенсивности кариеса зубов старших возрастных групп городского и сельского населения алтайского края // Бюллетень Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

- медицинской науки. 2020. №4 (20). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-pokazateley-rasprostranennosti-i-intensivnosti-kariesa-zubov-starshih-vozhrastnyh-grupp-gorodskogo-i-selskogo-naseleniya> (дата обращения: 21.03.2026).
2. Леонтьев В. К. Кариес зубов - болезнь цивилизации // Биосфера. 2010. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/karies-zubov-bolezn-tsivilizatsii> (дата обращения: 21.03.2026).
  3. Астахова Р. А., Гомонова Е. Н. Сравнение уровня интенсивности кариеса зубов в разных регионах РФ на примере Алтайского края и Саратовской // БМИК. 2014. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnenie-urovnya-intensivnosti-kariesa-zubov-v-raznyh-regionah-rf-na-primere-altayskogo-kraja-i-saratovskoy> (дата обращения: 21.03.2026).
  4. Галикеева А.Ш., Ларионова Т.К., Васильева Т.П., Шаталин С.А., Андропова В.А, Гришина А.В., Мишина А.Е. Поведенческие факторы риска здоровью студентов медицинских вузов по результатам анкетирования. *Социальные аспекты здоровья населения* [сетевое издание] 2025; 71(1):13. Режим доступа: <http://vestnik.mednet.ru/content/view/1722/30/lang,ru/>. DOI: 10.21045/2071-5021-2025-71-1-13
  5. Кугуелова, О. Г. Оценка качества сна студентов 4 курса медицинского вуза / О. Г. Кугуелова, П. М. Мартынова, Д. А. Толмачев // Тенденции развития науки и образования. – 2024. – № 114-7. – С. 24-27. – DOI 10.18411/trnio-10-2024-285. – EDN KSEGKZ.
  6. Пономарев, Д. А. Влияние стресса на здоровье студентов медицинского вуза / Д. А. Пономарев, Г. С. Ибрагимова, Д. А. Толмачев // Дневник науки. – 2024. – № 11(95). – EDN OAMJQR.
  7. Леус П.А., Кисельникова Л.П., Терехова Т.Н. Выявление факторов риска кариеса зубов на основе сравнения индикаторов стоматологического

здоровья у детей школьного возраста в Минске и Москве. *Стоматология*. 2017;96(4):52-57.

8. Шебеко Л. Л., Василевска В. А. Анализ основных условий поддержания стоматологического здоровья у студенческой молодежи на протяжении всего периода обучения в вузе // *Здоровье для всех*. 2021. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-osnovnyh-usloviy-podderzhaniya-stomatologicheskogo-zdorovya-u-studencheskoj-molodezhi-na-protyazhenii-vsego-perioda> (дата обращения: 21.03.2026).