

Г.К. АСАН, З.С. АБИШЕВА, М.Т. АЙХОЖАЕВА, У.Б. ИСКАКОВА, Т.М. ИСМАГУЛОВА  
Казахский Национальный Медицинский Университет им. С.Д.Асфендиярова, г.Алматы, Казахстан

### ИЗУЧЕНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ КАЗНМУ НА ОСНОВЕ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ОПРОСА

*В статье представлены результаты социологического исследования по изучению распространенности поведенческих факторов риска среди студентов КазНМУ, оказывающих негативные влияние на их здоровье.*

**Ключевые слова:** *Здоровый образ жизни, факторы риска, студенческая молодежь.*

Здоровье населения имеет беспрецедентное значения для развития любого государства, его политической стабильности. [1].

Молодежь, как наиболее социально перспективная часть населения в значительной степени отражает характер процессов происходящих в обществе [2]. Вместе с тем, анализ научной литературы, посвященной проблеме здоровья студенческой молодежи, показывает, что за последние годы она стала еще более актуальной. В научных работах отмечается, что количество студентов специальной медицинской группы увеличилось с 10 до 20-25%, в некоторых вузах достигает 40% и по прогнозам к 2015 году может достигнуть 50% от общего количества студентов. За время обучения в вузе здоровье студентов не улучшается, ряд авторов отмечают его ухудшение [3,4]. Ко второму курсу количество случаев заболеваний увеличивается на 23%, а к четвертому - на 43%. Четверть студентов переходит в более низкую медицинскую группу [5, 6].

**Цель исследования:** Изучить состояние здоровья и образ жизни студентов на основе социологического опроса. Социологическим опросам оценены основные показатели здоровья и образ жизни студенческой молодежи и дана сравнительная оценка в зависимости от пола и курса.

**Методы исследования:** Для этого проведено социальное исследование по анкетам, который состоит из 23 вопросов.

**Результат исследования:** Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает социальную, трудовую, физическую активность; индивидуальный психологический комфорт и благополучие в семье. Самооценка здоровья показал, что среди студентов первого курса 19,3% респондентов оценили состояние своего здоровья на «отлично», большинство участников анкетирования (60,6%) отметили хорошее состояние здоровья, 19,1% - удовлетворительное и только 1,0% - плохое. С увеличением возраста на старших курсах уже только каждый десятый (10,0%) учащийся ВУЗа оценил свое здоровье как отличное, а ¼ (26,6%) - как удовлетворительное и уже 3,4% - как плохое. Однако, анализ функционального состояния студентов выявил, что их здоровье характеризуется следующими показателями: высокий уровень - 1,8%; средний - 7,7%; низкий - 21,5%; очень низкий - 69%. Из общего числа (422) респондентов, принявших участие в анкетировании 75,4% составили студенты женского пола и 24,6% - мужского. При этом, в анкетировании приняли участие как студенты младшего (54,8%), так и старшего 45,2% курсов. Установлено, что большинство (48,3%) опрошенных были в возрасте 18-19 лет, в возрасте 20-22 года – 37,2%, от 16 до 18 лет – 12,8%; всего 1,7% респондентов приходилось на возрастную группу старше 22 лет.

Итоги социологического исследования образа жизни и здоровья студентов свидетельствуют, что от первого к последнему курсу увеличивается подверженность студентов воздействию факторов риска, сохраняется низкая мотивация среди студентов по соблюдению принципов здорового образа жизни.

Употребление алкоголя также имеет весьма широкое распространение среди студентов высших учебных заведений, а количество употребляемых крепких алкогольных напитков растет с увеличением срока обучения, что очевидно, во многом связано с абсолютной либерализацией продажи алкогольных напитков. Среди студентов первого курса 36,2% употребляют с разной частотой алкоголь содержащие напитки, а у старшекурсников их доля возрастает до 5,7%. Причем, несмотря на относительно молодой возраст участников анкетирования, каждый пятый (21,7%), студент первого курса указал, что употребляет крепкие алкогольные напитки (водку, коньяк и т.д.), а среди студентов старших курсов уже каждый второй (50,0%) признался в употреблении крепких алкогольных напитков. Среди всех респондентов мужского пола 32,7% употребляют крепкие алкогольные напитки, а среди респондентов женского пола - 8,2%. Среди первокурсников курят 49,9%, а к четвертому курсу число курящих увеличивается до 22,1%. Следует отметить, что доля лиц курящих среди лиц мужского пола в 5 раз больше по отношению к женскому (22,3% и 4,5% соответственно). С повышением курса учебы число лиц, нарушающих режим питания, увеличивается: на младших курсах питаются 3-4 раза в день - 71,5% и завтракают перед занятиями - 67,8%, а на 4-5 (старших) курсах, соответственно 59,1% и 64,5%. Среди студентов женского пола питаются 3-4 раза в день – 88,9% и завтракают перед занятиями – 85,3%, а среди мужского, соответственно 42,6% и 51,5%.

#### **Заключение.**

Таким образом, за годы обучение в ВУЗе студенты подвергаются воздействию различных специфических и неспецифических факторов, оказывающих негативное влияние на их здоровье. Поэтому основной задачей валеологии является обучение подрастающего поколения методам сохранения и укрепления здоровья, к пониманию установок здорового образа жизни, организация ежегодных тематических конференции, семинаров на темы по профилактике табакокурения, алкоголизма, гиподинамии.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Смолякова И.Д. Исследование использования оздоровительных компонентов образа жизни студентами вузов и повышения эффективности этого процесса средствами физического воспитания //Физическое воспитание и спортивное совершенствование студентов: современные инновационные технологии: Научная монография /Под ред. проф. Раевского Р.Т. – О.: Наука и техника, 2008. – С. 519-523.

- 2 Ж.Е.Баттакова, Г.Ж.Токмурзиева и др. Распространенность табакокурения и образ жизни детей и подростков г. Алматы. // Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний и укрепления здоровья. – Алматы: 2013. – С. 24-26.
- 3 Абишева З.С. и др. Распространенность табакокурения среди студентов КазНМУ. //Тезисы докладов XI международной научно- практической конференции. – Харьков: 2013. – С.14-15
- 4 А.И.Федоров. И.П.Сивохин и др. Отношение студенческой молодежи к своему здоровью. // Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний и укрепления здоровья. Алматы – 2013. – С. 42-43.
- 5 Лавлинская Л.И. Здоровье студентов медицинского ВУЗа как фактор образа жизни и критерий ее качества //Сборник статей научной конференции.– Воронеж: ВГМА, 2007. – Вып. 3.– С. 36-40.
- 6 Aikhozhaeva M.T., Abisheva Z.S. The problem of smoking among KazNMU students. // Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний и укрепления здоровья. – Алматы: 2013. – С. 128-129.

**Г.К. АСАН, З.С. АБИШЕВА, М.Т. АЙХОЖАЕВА, У.Б. ИСКАКОВА, Т.М. ИСМАГУЛОВА**  
*С.Ж. Асфендияров атындағы Қазақ Ұлттық медицина Университеті, Алматы, Қазақстан*

#### **ҚазҰМУ СТУДЕНТТЕРІНІҢ ДЕНСАУЛЫҒЫ МЕН САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ӘЛЕУМЕТТІК БАҒАЛАУ**

**Түйін:** Бұл мақалада ҚазҰМУ студенттерінің әлеуметтік жағдайын зерттеу және өмір сүру салтына байланысты денсаулық деңгейі қарастырылады.

**G.K. ASAN, Z.S. ABISHEVA, M.N. AIKHOZHAIEVA, U.B. ISKAKOVA, T.M. ISMAGULOVA**  
*Asfendiyarov Kazakh National Medical University, Almaty, Kazakhstan*

#### **STUDYING THE WAY OF LIFE OF STUDENTS TO KAZNMU ON THE BASIS OF SOCIOLOGICAL POLL**

**Resume:** The paper presents the results of a sociological survey on the prevalence of behavioural risk factors among students, the negative impact of KazNMU on their health.

**Keywords:** Healthy lifestyle, risk factors and students.