

- [//psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2676](http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2676). – Дата доступа: 26.04.2016.
2. Витч, Р. Модели взаимоотношения врач-пациент [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://videonet.ru/view?id=ISW2tSZDvVsS931>. – Дата доступа: 28.04.2016.
  3. Гринберг, М.П. Коммуникативная компетентность врача. Симуляционное обучение. Методика «стандартизированный пациент» / М.П. Гринберг, А.Н. Архипов, Т.А. Кузнецова. – М. : Литтерра, 2015. – 176 с.
  4. Ефименко, С.А. Социология пациента: автореф. дис. ... докт. социол. наук: 14.00.52 / С.А. Ефименко; ММА им. И.М. Сеченова. – М., 2007. – 49 с.
  5. Олпорт, Г. Становление личности: Избранные труды / Г. Олпорт; под общ. ред. Д.А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – 183 с.
  6. Шарков, Ф.И. Основные теории коммуникаций / Ф.И. Шарков. – 2004. – 246 с.

## **РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ТАБАКОКУРЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**

***Е. М. Сурмач, А. А. Дорощик, Л. Н. Смирнова, И. А. Синкевич\****

*УЗ «Гродненский государственный медицинский университет»*

*\* УЗ «Городская клиническая больница № 3 г. Гродно»*

Одним из ведущих поведенческих факторов увеличения риска развития сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) и их осложнений является курение. Согласно статистическим данным более 50% мужчин в Республике Беларусь (РБ) курят, количество курящих в возрасте до 17 лет – 34%, РБ входит в десятку самых курящих стран мира. Для сравнения в США регулярно курят 40% населения старше 25 лет, в Швейцарии – около 45%. Более половины курящих используют около 1 пачки сигарет в сутки. При отказе от курения риск коронарных событий уменьшается на 50% уже через 2 года. Благодаря снижению распространенности курения в США ежегодно по программе Medicaid экономится более 10 млн. долларов. [1,2]. Курение табака является причиной многих предотвратимых болезней и преждевременной смерти, в том числе среди молодого населения [3,4]. Разработка программ первичной профилактики позволяет сократить количество курящих среди молодежи. Так, в Италии завершена 10-летняя программа, направленная на отказ от курения, количество курящих школьников старше 16 лет снизилось на 4% [5]. Согласно данным польских авторов длительные программы, начатые среди молодых людей, являются весьма эффективными, поскольку доказано, что ряд поведенческих факторов риска ССЗ приобретает как раз в молодом возрасте [6].

Цель исследования: выявить распространенность курения среди студентов ВУЗов, оценить половозрастные различия, а также связь курения с другими модифицируемыми факторами риска ССЗ.

Материалы и методы: работа выполнена в учреждениях образования «Гродненский государственный медицинский университет» («ГрГМУ») и «Гродненский аграрный университет» («ГрГАУ»). В опросе приняли участие 111 студентов первого и четвертого курсов лечебного, экономического факультетов и факультета биотехнологий. Средний возраст студентов первых курсов –  $17 \pm 1,6$  лет, четвертых курсов –  $20 \pm 0,5$  лет. Группу аграрного университета составили 14 юношей и 40 девушек, медицинского – 13 юношей и 44 девушки. Различия в половозрастном составе респондентов отсутствовали. Для работы использовали анонимный опросник, оценивающий стаж курения, количество выкуриваемых сигарет в день, наличие курящих родственников и друзей, связь курения со стрессовыми ситуациями. Статистическая обработка данных выполнена с применением программы Statistica 8.0, использовался критерий Манна-Уитни для сравнения значений в группах, критерий согласия Пирсона. Уровень  $p < 0,05$  был принят как статистически значимый. Данные представлены в виде медианы и интерквартильного размаха.

Результаты и обсуждение: данные результатов тестирования представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Распространенность табакокурения среди студентов ВУЗов

Кол-во чел. (%)	1 курс «ГрГАУ»	4 курс «ГрГАУ»	1 курс «ГрГМУ»	4 курс «ГрГМУ»
Курящие [девушки]	8(28,6%) [25%]*	3(11,5%) [100%]	1(3,7%) [0%]	3(10,3%) [100%]
Не курящие	20(71,4%)	23(88,5%)	27(96,3%)	26(89,7%)

\*Достоверные различия между группами 1-го курса аграрного и медицинского университетов ( $p=0,03$ )

Согласно полученным результатам из набранной группы респондентов курят 15 человек (13,5%). Самое большое количество курящих молодых людей учатся на 1 курсе аграрного университета (среди курящих  $\frac{1}{4}$  часть составляют девушки), минимальное же их количество – на 1 курсе медицинского университета (1 студент-юноша). Между группами 4 курса различий не найдено. Большинство студентов (80%) курят в среднем 10 сигарет/день, 1 студент (6,7%) 1 курса «ГрГАУ» курит более 20 сигарет/день, еще 2 (13,3%) человека – только во время стрессовых ситуаций. Следует отметить, что процент курящих среди обследуемых групп студентов был невысоким, в сравнении с вышеприведенными статистическими данными по республике. Вероятно, полученные результаты связаны с особенностями выборки. Так, согласно данным итальянских исследователей, основную роль в паттернах курения играют «тип» учебного заведения и окружение курящих молодых людей (родители, сиблинги, друзья) [5]. У  $\frac{1}{3}$  курящих студентов дома курят родители, старшие братья и сестры, у всех остальных – близкие

друзья. Все респонденты имеют стаж курения от 1 до 5 лет (начали курить в университете или школе). Полученные данные согласуются с данными турецких авторов, которые в своей работе указали, что 14,9% старших школьников курят регулярно [6].

Индекс массы тела (ИМТ) у курящих молодых людей находился в пределах нормативных значений – 21[18-23]. Статистически значимых различий в ИМТ между группами курящих и не курящих не найдено. Выполнен анализ других (помимо веса) факторов риска ССЗ в связи с табакокурением. Различия в уровне стресса (использовался суммарный балл уровня стресса по шкале PSM-25) в группах курящих и не курящих отсутствовали. Кобзев Е.А. с соавторами в своей работе показал, что уровень тревоги, например, у курящих женщин не отличается от такового у не курящих или бросивших курить, однако мужчины начинают курить, чтобы снизить уровень тревоги, и используют курение в качестве стратегии борьбы со стрессом [7]. Не было найдено различий в особенностях пищевого рациона (количество употребляемых овощей и фруктов) у студентов разных групп. Отсутствовала также связь курения с уровнем артериального давления. Вероятно потому, что все респонденты были молодыми людьми с коротким стажем зависимости (до 5 лет).

Однако, 60% курящих студентов отметили, что проводят свой досуг активно (езда на велосипеде, активные виды игр, бег, скакалка) в отличие от группы не курящих, где только 29% студентов предпочитают активный отдых пассивному ( $p=0,014$ ). Согласно литературным обзорам, более 60% публикаций указывают на обратные связи между физической активностью и курением, однако ряд работ демонстрирует, что связь курения с физической активностью зависит преимущественно от физиологических (сопутствующая соматическая патология), социально-демографических (образование) и психологических (тревога, депрессия) факторов [8].

Выводы:

1. Распространенность курения среди студентов ВУЗов ниже среднестатистических значений в Республике Беларусь в данной возрастной группе;
2. Наибольшее количество курящих студентов выявлено на 1 курсе ГрГАУ, а наименьшее – на 1 курсе ГрГМУ;
3. Связи между табакокурением и другими значимыми факторами риска ССЗ не выявлены;
4. Активно проводящих свой досуг студентов в группе курящих студентов больше, чем в группе, свободной от табакокурения.

Литература:

1. WHO: WHO global report on trends in prevalence of tobacco smoking 2015 // Geneva: World Health Organization, 2015. ([http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/156262/1/9789241564922\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/156262/1/9789241564922_eng.pdf))
2. Якушин, С.С, Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний, курс на здоровый образ жизни / С.С. Якушин, Е.В. Филлипов // Врач. – 2011. – № 9. – С.2-7.
3. Профилактика сердечно-сосудистой заболеваемости у студентов технического ВУЗа / Квашнина Н.А. [и др.] // Международный журнал экспериментального образования – 2010. – №7. - С. 30-34.

4. Ekpū, V., The Economic Impact of Smoking and of Reducing Smoking Prevalence: Review of Evidence / V. Ekpū, A. Brown // *Tob. Use Insights.* – 2015. – №8. – P.1-35.
5. Tobacco smoking among high school students in Romagna (Italy) and evaluation of a prevention campaign / A. Bergamaschi [et al.] // *Subst. Use Misuse.* – 2000. - №9. - P.1277-1299.
6. Cardiovascular diseases risk factors in male population from mining vocational schools of the Lublin Coal Basin / J. J. Tomaszewski [ et al.] // *Patient Couns Health Educ.* - 1980. - №2 - P. 92-98.
7. Кобзев, Е.А., Исследование клинико-психологических особенностей юношей и девушек, зависимых от никотина / Е.А. Кобзев // *Записки Университета им. Лесгафта.* – 2012. – №5 (87). – P.46-50.
8. Smoking and physical activity: a systematic review. /A. T. Kaczynski [ et al.] // *Am. J. Health Behav.* - 2008. - №32 (1). - P. 93-110.

## **РОЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ**

***М. Ю. Сурмач, А. К. Епифанова***

*УО «Гродненский государственный медицинский университет»*

*ГУЗ «Гродненская центральная городская поликлиника»*

Состояние здоровья беременных женщин в современных условиях составляет основу актуальной для Республики Беларусь медико-социальной проблемы репродуктивного здоровья [6]. Состояние здоровья беременной женщины во многом определяется её образом жизни, а поведение женщины по отношению к здоровьесбережению оказывает непосредственное влияние на здоровье новорожденного [7].

При исходно здоровом образе жизни женщины нет необходимости вносить существенные изменения в общий режим во время беременности. Здоровые беременные выполняют привычную физическую и умственную деятельность, являющуюся потребностью каждого человека; это способствует правильному функционированию нервной, сердечно-сосудистой, мышечной, эндокринной и других систем, мышц, суставов, связочного аппарата и др. Труд, особенно сопряженный с двигательной активностью, необходим для нормального обмена веществ. В то же время, беременность – период повышенного риска возникновения нарушений обмена веществ. Так, гиподинамия беременных способствует ожирению, снижению тонуса мышечной системы, нарушению функции кишечника, слабости родовых сил и другим осложнениям. В этой связи физические упражнения, оказывающие положительное влияние на течение беременности и родов, рекомендуются во время физиологически протекающей беременности [5].

Факт положительного влияния дозированных физических нагрузок на состояние организма беременной не подлежит сомнению. Однако их интенсивность зависит от телосложения и привычного образа жизни женщины. Рекомендуемая кратность занятий — 2–3 раза в неделю. При этом очень важно, чтобы нагрузки были систематическими. Нерегулярные нагрузки организм воспринимает как стрессовую ситуацию, что небезопасно