

## ОЦЕНКА НАСЕЛЕНИЕМ ПРОТИВОАЛКОГОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Юнаш С.С., Дудинская А.В.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

Научный руководитель – д. м. н., профессор Тищенко Е.М.

**Введение.** По данным Всемирной организации здравоохранения, злоупотребление алкоголем находится одна из основных причин преждевременной смертности. Проблемы пьянства и алкоголизма, а также наносимого этим пагубным явлением вреда являются весьма актуальными.

**Цель исследования.** Оценить информированность населения о методах борьбы с алкоголизмом.

**Материалы и методы.** Нами проведено анкетирование 200 респондентов: 91 женщины и 109 мужчин в возрасте от 20 до 50 лет. Всем участникам исследования предлагалась для заполнения специально разработанная анкета, содержащая 43 вопроса. Отбор респондентов производился случайным методом.

**Результаты.** Каждый третий респондент (38,1%) считает, что бросить «пить» для «пьющего» человека трудно. Такое же количество анкетированных (29,3%) - бросить «пить» для «пьющего» человека довольно легко, стоит только захотеть. Каждый четвертый (23,1%) ответил, что сделать это очень трудно, практически невозможно. Один из десяти (9,3%) полагает, что бросить «пить» - легко. Половина опрошенных (43,3%) знают, где можно пройти курс лечения от алкоголизма. Каждый третий (31,2%) имеет очень слабое представление, а четверть опрошенных (25,4%) и вовсе никогда не слышали об этом. Четыре из пяти респондентов (82,8%) не знают никаких программ по борьбе и профилактике алкоголизма. Каждый пятый (17,2%) знаком с такими акциями как, реклама по телевидению, запрет продажи алкоголя после 23.00, 4 июля – день профилактики алкоголизма и др. Четыре пятых (81,9%) опрошенных не знает никаких мероприятий, которые могли бы снизить уровень алкоголизации. Один из пяти (19,1%) считает необходимым введение таких мероприятий как: повышение стоимости алкоголя, снижение доступности и продажи алкоголя, повышение качества спиртных напитков и др.

**Выводы.** Большинство респондентов не знают никаких акций по борьбе и профилактике алкоголизма, считают, что «пьющему» человеку трудно и практически невозможно бросить «пить», не знают или имеют очень слабое представление, где можно пройти курс лечения от алкоголизма.

## СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА ОБРАЗА ЖИЗНИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Яцевич И.Л., Андронович А.А.

УО «Гродненский государственный медицинский университет», Беларусь

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

Научный руководитель – д.м.н., проф. Тищенко Е.М.

**Актуальность.** С учётом роста заболеваемости за последнее десятилетие среди учащихся старших классов, отношение к здоровому образу жизни является актуальной проблемой для современной медицины.

**Цель.** Оценить отношение старшеклассников к здоровому образу жизни.

**Материал и методы.** Нами проводилось анкетирование по специально разработанной анкете. В опросе участвовало 150 респондентов (45% мужчины и 55% девушки), в возрасте от 16 до 17 лет. В анкету было включено 18 вопросов открытого типа. Респондентами являлись ученики 11 классов школ г. Гродно.

**Результаты и обсуждения.** Согласно анкетированию 54% респондентов придерживаются мнения, что здоровье – это прежде всего физический и психологический комфорт, 34% полагают, что это хорошее самочувствие и настроение, 7% - отсутствие необходимости обращаться к врачу и 5% видят своё здоровье в способности переносить нагрузки, 76% ре-

спондентов придерживаются мнения, что здоровый образ жизни – это отказ от вредных привычек, правильное питание и занятие спортом. 24% полагают, что это оптимальный двигательный режим, личная гигиена тела и положительные эмоции, 46% опрошенных ведут активный здоровый образ жизни, 38% респондентов имеют приверженность к здоровому образу жизни, а 16% не видят это целесообразным, 18% учащихся имеют пристрастие к табачным изделиям, 22% употребляют алкоголь, из них 4% крепкие алкогольные напитки, а 60% - не имеют вредных привычек, 86% респондентов осведомлены о последствиях чрезмерного употребления спиртных напитков, 14% не знает о таких заболеваниях. 55% учащихся старших классов уверены, что приобщение человека к нездоровому образу жизни происходит под влиянием друзей и близких, а также ввиду плохого воспитания.

**Выводы.** Результаты исследования свидетельствуют о большом количестве школьников, осознающих личную значимость здорового образа жизни и уверенных в его необходимости. Большая часть учащихся приписывает ответственность за отклонения от норм здорового образа жизни только самим себе, а не своим родителям, врачам или средствам массовой информации.

### СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА РЕЖИМА ДНЯ СТАРШЕКЛАССНИКАМИ

Яцевич И.Л., Андронович А.А.

УО «Гродненский государственный медицинский университет», Беларусь

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

Научный руководитель – д.м.н., профессор Тищенко Е.М.

**Актуальность.** Режим дня является основой здорового образа жизни: правильное чередование труда и активного отдыха, регулярный прием пищи, определенное время подъема и отхода ко сну, выполнение ряда гигиенических мер, позволяет длительно поддерживать высокий уровень работоспособности, избегать неоправданных нервных и психических перенапряжений, успешно управлять своими эмоциями.

**Цель.** Оценить знания старшеклассниками о режиме дня.

**Материал и методы.** Нами проводилось анкетирование по специально разработанной анкете. В опросе участвовало 150 респондентов (45% мужчины и 55% девушки), в возрасте от 16 до 17 лет. В анкету было включено 18 вопросов открытого типа. Респондентами являлись ученики 11 классов школ г. Гродно.

**Результаты и обсуждения.** Согласно анкетированию 89% респондентов знают, что такое режим дня, 11% имеют смутные представления об этом, 52% учеников всегда завтракают дома перед учёбой, 27% иногда завтракают и 21% не употребляют пищу утром. Постоянно питается и удовлетворены качеством питания в школе 78% учеников, 17% иногда обедают в школьной столовой и 5% не считают это необходимым. 61% полагают, что их рацион питания является правильным, а 39% не уверены в правильности своего рациона. 42% опрошенных утверждают, что каждый день необходимо просыпаться с 9 до 11 часов, 36% - с 7 до 9 и 22% после 11 часов. 43% ложатся спать до 24 часов, а 57% после полуночи. 56% учеников каждый день гуляют на свежем воздухе, 15% - 3-4 раза в неделю, 29% - 1-2 раза в неделю; 63% респондентов проводят за компьютером 3-4 часа в день, 21% - 1-2 часа и 16% более 5 часов в день. 95% опрошенных полагают, что активные занятия спортом необходимы для поддержания здоровья и 80% из них активно занимается спортом.

**Выводы.** Результаты исследования свидетельствуют о большом количестве учеников, придерживающихся рационального режима дня в виде регулярного питания, правильного режима отдыха и труда, а также активного занятия спортом.