

Министерство здравоохранения Республики Беларусь

Министерство труда и социальной защиты

Республики Беларусь

Республиканское государственно-общественное объединение

«Белорусское общество «Знание»



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ

Материалы республиканской

научно-практической конференции

Минск, 18 ноября 2011 г.

Электронное издание на компакт-диске

Республиканская научно-практическая конференция «Здоровый образ жизни: медико-социальные аспекты» проводится в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 27.07.2011 № 144 «Об утверждении Положения о проведении научно-практической конференции «Здоровый образ жизни: медико-социальные аспекты» в Республике Беларусь». Целью конференции является обмен опытом в области формирования здорового образа жизни, выявление проблемных вопросов и разработка рекомендаций по их решению, совершенствование методик и технологий диагностики и лечения заболеваний, связанных с неблагополучным образом жизни, формирование здорового образа жизни как приоритетного направления политики нашего государства, а также воспитание здорового молодого поколения, формирование здорового образа жизни как мировоззрения и философии.

Формирование экологии личности будущего – это важнейшая задача, инициатива которой не нова. Но ее решение возможно только в контексте преемственности множества культур образования, медицины, общества. Важно, чтобы информация о последних достижениях в области здравоохранения, о здоровье населения получают, используя различные каналы коммуникации в среде подростков и молодежи посредством различных

**Минск,
РИВШ
2012**

выполнил статистическую обработку, провел анализ полученных данных, определил адаптационный потенциал организма курсантов в различные периоды военной службы, подготовил материалы и провел научно-практическую республиканскую конференцию в январе 2011 года на военной кафедре УО «ГрГМУ» с участием профессорско-преподавательского состава военного факультета Учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет», медицинской службы Западного оперативного командования, на которой были сформулированы научно-обоснованные предложения по совершенствованию медицинского обеспечения военнослужащих в процессе адаптации к военно-профессиональной деятельности в мирное время.

Результаты данной научно-исследовательской работы были представлены в промежуточных отчетах по данной теме за 2008-2009 г.г., опубликованы в рецензируемых сборниках научных работ материалов республиканской научно-практической конференции молодых ученых памяти Ю.А. Аринчина (2009 год), И.А. Протасевича (2010 год), проводимой УО «ГрГМУ»; материалов международной научной военно-исторической конференции «Совершенствование системы подготовки военных кадров на военном факультете», проводимой УО «ГрГУ им. Я.Купалы».

Полученные данные используются на военном факультете УО «ГрГУ им. Я.Купалы» и в воинских частях Западного оперативного командования для определения функционального состояния организма военнослужащих в процессе адаптации к служебной и учебной деятельности.

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СРЕДЕ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

Н.В.ПАЦ,
кандидат медицинских наук, доцент
УО «Гродненский государственный
медицинский университет»

Одним из приоритетных направлений политики нашего государства является воспитание здорового молодого поколения, формирование здоровьесберегающего мировоззрения и поведения.

Формирование экологии личности будущего, его миросозиательной компоненты поведения – это очень серьезная задача. Ее решение возможно только в контексте преемственности многих структур: культуры, образования, медицины, общественных организаций.

Информацию о постулатах здорового образа жизни разные группы населения получают, используя различные источники. Среди каналов коммуникации в среде подростков и молодежи по вопросам здорового

образа жизни выделяют межличностные методы общения, использование малых носителей информации (брошюры, плакаты, аудио- и видеоносители и другие), использование средств массовой информации. Специальные или массовые мероприятия включают всемирные дни здоровья, спортивные мероприятия, ярмарки здоровья, акции и праздники здоровья и другие. Остаются актуальными на сегодняшний день проведение конференций и семинаров. Учитывая современные возможности интернет-коммуникаций, для адекватного восприятия получаемой информации, особо актуальной является грамотная профилактическая разъяснительная деятельность. Ведущим специалистом в этом виде деятельности должен быть медицинский работник – консультант.

При кафедре общей гигиены и экологии ГрГМУ в течение 10 лет работают группы лекторов-информаторов из числа студентов разных факультетов (медицинско-психологического, педиатрического, лечебного, медико-диагностического факультета, факультета иностранных учащихся), силами которых проводятся семинары, акции, беседы и лекции по вопросам профилактической медицины и пропаганда здорового образа жизни в среде детей, подростков и молодёжи. Все мероприятия проводятся во внеурочное время. Семинары-лекции «Мы за здоровый образ жизни» востребованы и успешно проходят в школах, интернатах, детском санатории, в колледжах г. Гродно под девизом «Новое поколение выбирает здоровый образ жизни», «Здоровье каждого – богатство страны».

Приобретенные студентами навыки лекторского мастерства и организации различных форм и приемов пропаганды здорового образа жизни особенно востребованы в аудиториях школьников-подростков. Информация, преподнесенная близкими по возрасту лекторами, доверительная беседа по интересующим вопросам, касающимся некоторых аспектов здорового образа жизни легко воспринимаются слушателями и заостряют внимание на особо актуальных для данной возрастной аудитории вопросах. Полученные навыки разработки, организации и проведения семинаров-лекций повышают собственный уровень подготовки студентов по вопросам профилактической медицины и ориентируют их самих на здоровый образ жизни. Часть таких инициативных лекторских групп формируется из числа студентов, которые сами до начала работы в семинар-лекциях или акциях вели нездоровьем образ жизни. Но, работая над составлением информационных блоков по здоровому образу жизни, проводя различные мероприятия в кругу сверстников, они постигли секреты преодоления и преодолели свои слабости. Сейчас они на личном примере демонстрируют молодежной аудитории, в чем престижность для каждого из них быть независимым от вредных привычек, как с ними расстаться, как грамотно вести здоровый образ жизни.

Каждый блок подготовленной информации – это научно-исследовательская работа, творчески преподнесенная для соответствующей целевой аудитории в виде видеоролика, мультимедиа-презентации, памятки, плаката, беседы и других форм. В ходе таких

семинаров и акций проводится анкетирование слушателей с целью создания базы данных для формирования медико-социального портрета слушателей, выявления из обследованного контингента групп риска развития неинфекционных заболеваний. Так в ходе таких акций выявлены основные информационные ниши в различных возрастных группах, которые требуют дополнительной разъяснительной работы по информированности различных групп населения о рисках развития особенно неинфекционной патологии. Среди учащихся младших курсов колледжей города Гродно, выходцев из сельских регионов Беларусь отмечен низкий уровень осведомленности о вреде для здоровья курения и употребления насвая, а группу риска по приобщению к вредным привычкам составляют дети и подростки в возрастной категории от 11 до 15 лет. Выявлена низкая осведомленность родительской и преподавательской аудитории о способах применения насвая и действии на организм. Выявлен аппликационный метод применения насвая (путем накладывания порции насвая на мацерированную кожу в области подколенной ямки) у 33% респондентов, использовавших насвай.

Проведенный анализ ответов анкет из групп подростков, которые участвовали в семинарах-лекциях показал, что в числе задаваемых вопросов в аудитории девушек-подростков преобладали вопросы, касающиеся личной гигиены девушек и юношей, в смешанных аудиториях – вопросы труда и отдыха подростков и молодежи, обучающихся в колледжах, школах с повышенной учебной нагрузкой, вопросы организации рационального питания при занятиях в спортивных секциях, вопросы рациональной организации рабочего места при подготовке домашнего задания у молодежи с высоким ростом, профилактики переутомления во время сессии. Полученные данные учитываются при подготовке материалов для целевых аудиторий, убедительно доказывают необходимость и актуальность проводимой профилактической работы.

Пропаганда близкими по возрасту, но компетентными в определенных вопросах профилактики нарушений состоянии здоровья и его сохранения, сверстниками воспринимается в молодежной среде с заинтересованностью, и как показывают наши контрольные опросы, результативность проводимой работы по усваиваемости информации гораздо выше.

Разработанная нами семинар-акция «Мы за здоровый образ жизни, мир и красоту» успешно проводится в среде детей, подростков, молодежи. Целью ее является передача аудитории информации, направленной на формирование у каждого осознания престижности в высокообразованном обществе «быть здоровым». Семинар-акция «Мы за здоровый образ жизни, мир и красоту» включает особенности наглядно-образного, творческого компонента преподнесения информации и охватывает сразу большие слои населения, причем она ориентирована на разновозрастные группы. Нами разработана программа и сценарий, в которых могут принимать участие студенческая молодежь различных профилей обучения. Объединив разные наклонности студенческой молодежи: художественные, творческие, спортивные, исследовательские, ораторские с использованием национальных традиций различных народов мира по

сохранению здоровья, показав через красоту слова, мысли, движения, звука приоритетность человека, обладающего навыком самосохранительного поведения, преследуют цель - осознание каждым участником мероприятия престижности «быть здоровым».

Семинар-акции проведены для подростковой и молодежной аудитории в городе Гродно на базе среднеспециального учебного заведения – колледжа Бытового обслуживания, электротехнического колледжа, в среде детей и коллектива воспитателей и персонала дошкольного учреждения №45, школах и гимназиях Гродно и Гродненского района. В семинар-акциях приняли участие студенты пяти факультетов Гродненского медицинского университета. Основные постулаты «как быть здоровым» были преподнесены студентами участникам акции с использованием мультимедийных лекций-презентаций и художественных приемов. Демонстрируя физические и интеллектуальные возможности, они используя стихи, песни, танцы и прозу тех народов, которые представляют, показали достоинства и красоту Человека. Студенты из Сирии, острова Маврикий, Туркмении, России, Беларуси рассказали о традициях жителей их стран сохранять свое здоровье и окружающих. Рассказали о роли патриотических приоритетов в формировании психологического статуса каждого человека. Особым мотивом в акциях прозвучала тема миропонимания, через приятие каждым добра, умения увидеть красоту, желания сделать себя и окружающий мир лучше не только сегодня, но и завтра. Девизом каждого мероприятия было «зажечь у всех участников таких мероприятий огонек самосозидания».

При организации и проведении таких мероприятий преподавателям отводится только консультативная и направляющая роль. Этот вид управляемой самостоятельной работы студентов воспитывает у них ответственность, дает возможность творчески подойти к решению поставленной задачи, лично участвовать в реализации своих профилактических разработок.

Формы внеаудиторной подготовки медицинских специалистов по вопросам пропаганды здорового образа жизни – семинары-лекции, семинары-акции силами студентов медицинского вуза вносит большой вклад в пропаганду гигиенических знаний, и, являясь одним из каналов коммуникации среди детей, подростков и молодежи, способствуют формированию здорового образа жизни среди подрастающего поколения нашей республики.

Студенты, организаторы таких мероприятий – это кадровый потенциал медицинских специалистов в области профилактической медицины, который может использоваться не только в сфере медицинского обслуживания, но и в качестве консультантов для средств массовой информации, учреждений образования, культуры. К 6 курсу - это подготовленный специалист для Республиканского государственно-общественного объединения «Белорусское общество «Знание» и врач-профилактик для сферы экологического туризма.

Использование в арсенале туристического сервиса информационно-образовательных технологий, включающих такие формы, как семинар-акции, актуально при организации туристических маршрутов в период

студенческих и школьных каникул, где целевой аудиторией могут быть школьники различных возрастных групп и студенты. Особенно это важно для учащихся из районных центров, детей и подростков из сельской местности, из других регионов, возможно и для гостей Республики Беларусь. Все это будет способствовать повышению уровня информированности по вопросам экологии личности, гигиенического воспитания и здорового образа жизни, формированию здоровьесберегающего мировоззрения у больших контингентов школьников и молодежи и может представить одно из направлений работы сферы экологического туризма. А совместная деятельность общества «Знание» в этом направлении с туристическими структурами, согласовав графики проведения мероприятий может сделать одну из остановок туристического экологического маршрута для школьников, студентов из других регионов на семинар-акции «Мы за здоровый образ жизни мир и красоту».