

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Новак И. Ю.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Научный руководитель: Олешкевич Р. П.

Актуальность. По формулировке Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия [1].

Здоровый образ жизни – образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. Здоровый образ жизни считается предпосылкой для развития различных сторон жизнедеятельности человека, достижения им интенсивного долголетия и полноценного выполнения социальных функций. Актуальность здорового образа жизни обусловлена возрастанием и изменением характера нагрузок в организм человека в связи с усложнением общественной жизни, повышением рисков техногенного, экологического, психологического, политического и боевого характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья [2].

Цель. Изучение значимости двигательной активности в формировании состояния здоровья и социального поведения студентов-медиков.

Методы исследования. Проводилось анкетирование 100 респондентов в возрасте от 17 до 23 лет, в качестве респондентов выступили студенты Гродненского государственного медицинского университета. Исследование проводилось с помощью платформы Google Forms. Результаты обработаны с использованием программного обеспечения Excel.

Результаты и их обсуждение. Среди респондентов количество лиц женского пола составило 81%, количество лиц мужского пола – 19%. В ходе анкетирования выяснилось, что к основной группе по физическому воспитанию относится 40% респондентов, к подготовительной – 39%, а к специальной – 21% респондентов. Количество респондентов, которые стараются соблюдать режим дня, составило 45%. Осведомлены о факторах, укрепляющих либо наоборот, ослабляющих состояние здоровья, 90% респондентов.

Наиболее частой причиной, заставляющей заниматься физической культурой, является желание сохранить здоровье на протяжении всей жизни (70%), на втором месте располагается причина приобретения дополнительной уверенности в себе (61%). Не менее значимыми причинами физического воспитания учащихся являются желание приобрести успех у противоположного

пола (36%), расширение личных связей (25%), возможность получения интересной высокооплачиваемой работы (9%).

Среди причин, по которым студенты с нежеланием посещают занятия физического воспитания, респонденты выделяют следующие: тяжело выдерживать физические нагрузки (32%), недостаточное обеспечение материально-технической базы кафедры (11%). Освобождено от занятий физического воспитания 11% респондентов.

Большинство респондентов указали, что их привлекают следующие направления физического самосовершенствования: плавание (50%), занятия в спортивных залах (45%), игровые виды спорта (48%), гимнастика (36%), легкая атлетика (20%), боевые искусства (10%). Студенты, которые имеют значительные нарушения осанки (70%), соблюдают режим двигательной активности только во время занятий, а 16% не занимается спортом вне учебных занятий.

Выводы. Исходя из данного исследования, можно сделать вывод о том, что студенты осведомлены о факторах, ведущих к изменению состояния здоровья, тем не менее, наблюдается недостаточно высокий процент студентов, проявляющих физическую активность помимо занятий по физическому воспитанию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru>. – Дата доступа: 10.03.2024.
2. Рукавишникова, А. Р. Здоровый образ жизни / А. Р. Рукавишникова, Е. В. Курганова // Мировая наука. – 2019. – №2(23). – С.202–204.

КОМОРБИДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ У ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЧЕСКИМ РИНИТОМ

Новак И. Ю., Ахременя У. Д.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Научный руководитель: Равская В. В.

Актуальность. Аллергический ринит (АР) у детей является одним из наиболее распространенных заболеваний. Основными клиническими проявлениями АР являются зуд в носу, чихание, отек слизистой оболочки полости носа и ринорея. Часто для купирования симптомов пациенты вынуждены принимать в течение длительного времени множество лекарственных препаратов, что оказывает значительное влияние на качество их жизни [1]. В дополнение к основным симптомам пациенты могут жаловаться на ухудшение сна, кашель, головные боли и снижение концентрации внимания.