

Анализ результатов анкетирования по вопросам раннего выявления и профилактики хронических неинфекционных заболеваний студентов ЮУГМУ.

В анкетировании по анализу и выявлению факторов риска, предопределяющих развитие ХНИЗ, приняли участие 581 студент медицинского университета, из них: 76,4% - женского пола, 23,6% - мужского.

Общее число студентов, принимавших участие в анкетировании разделены на категории, среди которых студенты первого курса - 37,5%, студенты второго курса - 21%, студенты третьего курса - 18,8%, четвертого - 11,7%, пятого - 3,8%, и к последней категории относятся 7,2% студентов шестого курса обучения от общего количества опрошенных.

Большинство опрошенных составляют лечебный факультет (47,7%), педиатрический факультет включает 18,1%, медико-профилактический факультет - 11,4%, стоматологический - 9,8%, фармацевтический - 7,2% студентов и лишь 5,9% респондентов включают факультет клинической психологии и социальной работы.

При распределении студентов по возрастной периодизации, то было выявлено, что в университете обучаются большинство (43,7%) студентов в возрасте 19-20 лет, 33,2% - 21-25-летний возраст, 21,3% - 16-18 лет и лишь 1,8% обучающихся старше 25-30 лет.

При ответе на вопрос занимаются ли студенты физической активностью или собираются ли начать в ближайшие 6 месяцев, большинство (88,3%) ответили отрицательно, и лишь малая часть 11,7% дали положительный ответ, а пытаются начать занятия, но на нерегулярной основе - 25,6%.

По градации распределения частоты тренировок: менее 3-5 раз в неделю физической активностью занимаются 25,3% студентов от общего числа опрошенных. По 30 минут в день 5 дней в неделю в течение последних 1-5 месяцев - 10,2%. По полчаса в день 5 дней в неделю в течение последних 6 или более месяцев - 6,9% опрошенных. Интенсивной физической активностью 3 раза и более в неделю в течение 6 месяцев - 7,2%, а 6 раз и более в неделю на протяжении 6 и более месяцев - 3,1% студентов.

В течение последнего месяца, по причине непредвиденных событий в жизни, иногда огорчились 37,5% студентов, довольно часто - 23,8%, почти никогда - 15,1%, очень часто - 13,9% респондентов и никогда не огорчились - 9,6%.

Большинство респондентов (32,5%) в течение последнего месяца иногда чувствовали неспособность контролировать важные вещи, которые происходили в их жизни, напротив никогда не чувствовали - 40,5% студентов, а довольно - 27,1% опрошенных.

Выявлено, что 30,3% студентов иногда испытывают стресс в течение последнего месяца, довольно часто - 53,2%, а никогда не находились в нервном состоянии 16,5% респондентов.

Уверенность в способности решать свои личные проблемы в течение месяца довольно часто чувствовали 51,2% обучающихся, иногда испытывали такое чувство 36%, и лишь малая часть (12,8%) никогда такого не испытывали.

Чувство беспомощности в течение последнего месяца иногда испытывали 36,5% студентов, довольно часто – 36,7%, и 26,8% опрошенных никогда не испытывали чувство неспособности справиться с тем, что должны были делать.

Контролируют свои чувства 82,4%, а никогда не контролируют – 17,5% респондентов.

Полное владение ситуацией в течение последнего месяца иногда чувствовали 39,6% опрошенных, 39,9% - довольно часто и очень часто, а никогда и почти никогда – 20,5% респондентов.

На вопрос испытывали ли студенты злость на вещи, которые были вне их контроля в течение последнего месяца иногда испытывали 33,7% опрошенных, 35,1% - довольно часто, и лишь 31,2% студентов никогда не чувствовали в такие моменты злость.

На вопрос испытывают ли студенты напряженность большинство студентов иногда замечают у себя такое состояние, часто – 28,2%, совсем не испытывают – 16,0% и все время чувствуют, что им не по себе - 10,2% опрошенных.

Медлительность в делах иногда появляется у 34,9% респондентов, совсем ее нет у 25,8% опрошенных, напротив часто и практически все время у 26,3% и 12,9% соответственно студентов появляется свойство делать все медленно.

У 29,8% опрошенных то, что когда-то приносило большое удовольствие, и сейчас вызывает такое же чувство, 62,6% респондентов не уверены в этом или в очень малой степени согласились, а 8,6% вовсе поменяли свои интересы.

На вопрос испытывают ли студенты страх, кажется ли, будто что-то ужасное вот-вот случится, большинство (31,2%) и (27,5%) ответили, что иногда у них возникает такое чувство, но это их не беспокоит или страх не очень сильный. Не испытывают чувство тревоги и беспокойства 29,6%, напротив постоянно ощущают сильный страх 11,7% респондентов.

Отмечено, что 67,5% респондентов следят за своей внешностью также, как и раньше, а 16% не достаточно времени уделяют своей внешности.

Большинство студентов (97,8%) заметили, что способны рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное, и лишь 2,2% ответили отрицательно. Испытывают неусидчивость в той или иной степени 74,7% студентов, более концентрированные и терпеливые – 25,3%.

Более половины (68,7) опрошенных иногда или очень редко испытывают бодрость в течение дня, практически все время – 22,5%, и 8,8% студентов совсем не испытывают бодрости.

Часто у 66,6% студентов возникают панические атаки, напротив 33,4% не испытывали их в жизни, с легкостью 90,3% респондентов могут расслабиться, а 9,7% совсем не могут этого сделать.

Очень часто могут получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы 51,6% студентов, редко – 41,6% опрошенных, и лишь 7,7% очень редко могут получить от этого радость.

На вопрос личной оценки состояния своего здоровья 34,8% студентов оценивают, как удовлетворительное, хорошее и очень хорошее – 52,4%, отличное состояние здоровья у 7,2% студентов, и лишь 5,7% считают себя нездоровыми.

По мнению 55,1% опрошенных, их здоровье такое же, в сравнении со сверстниками, а 22,4% респондентов считают здоровье хуже, и 22,5% - лучше их.

В целом образ жизни студентов ЮУГМУ может быть охарактеризован как недостаточно здоровый, незначительно отличается от среднепопуляционных показателей и требует модификации. Высокая частота факторов риска ХНИЗ среди студенческой молодежи, такие как эмоциональная нестабильность и стрессы, низкая физическая активность, неправильное питание и личная гигиена, указывает на необходимость совершенствования мер по повышению эффективности профилактики, лечебно-оздоровительных мероприятий, формирования здорового образа жизни.