

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

В анкетировании по анализу и выявлению факторов риска, предопределяющих развитие ХНИЗ, приняли участие 62 студента медицинского колледжа, из них: 85,5% - женского пола, 14,5% - мужского.

Общее число студентов, принимавших участие в анкетировании разделены на категории, среди которых студенты первого курса - 40,3%, студенты второго курса - 45,2% и к последней категории относятся студенты третьего курса - 14,5% от общего количества опрошенных.

При ответе на вопрос занимаются ли студенты физической активностью или собираются ли начать в ближайшие 6 месяцев большинство (85,5%) ответили отрицательно, и лишь малая часть 14,5% дали положительный ответ, а пытаются начать занятия, но на нерегулярной основе - 37,1%.

По градации распределения частоты тренировок: менее 3-5 раз в неделю физической активностью занимаются 17,7% студентов от общего числа опрошенных. По 30 минут в день 5 дней в неделю в течение последних 1-5 месяцев - 17,7%. По полчаса в день 5 дней в неделю в течение последних 6 или более месяцев - 8,1% опрошенных. Интенсивной физической активностью 3 раза и более в неделю в течение 6 месяцев - 4,8%, а 6 раз и более в неделю на протяжении 6 и более месяцев - 3,2% студентов.

В течение последнего месяца, по причине непредвиденных событий в жизни, иногда огорчались 51,6% студентов, довольно часто - 24,2%, почти никогда - 11,3%, очень часто - 8,1% респондентов и никогда не огорчались - 4,8%.

Большинство респондентов (48,4%) в течение последнего месяца иногда чувствовали неспособность контролировать важные вещи, которые происходили в их жизни, напротив никогда не чувствовали - 35,5% студентов, а довольно часто - 16,1% опрошенных.

Выявлено, что 45,2% студентов иногда испытывают стресс в течение последнего месяца, довольно часто - 38,7%, а никогда и почти никогда не находятся в нервном состоянии - 16,2% респондентов.

Уверенность в способности решать свои личные проблемы в течение месяца довольно часто чувствовали 53,2% обучающихся, иногда испытывали такое чувство 38,7%, и лишь малая часть (8%) никогда и почти никогда такого не испытывали.

Чувство беспомощности в течение последнего месяца иногда испытывали 56,5% студентов, довольно часто - 30,6%, и 12,9% опрошенных никогда не испытывали чувство неспособности справиться с тем, что должны были делать.

Контролируют свои чувства 62,9% опрошенных и никогда не контролируют - 9,7% респондентов.

Полное владение ситуацией в течение последнего месяца иногда чувствовали 58,1% опрошенных, 27,4% - довольно часто и очень часто, а никогда и почти никогда - 14,6% респондентов.

На вопрос испытывали ли студенты злость на вещи, которые были вне их контроля в течение последнего месяца иногда испытывали 43,5% опрошенных, 35,5% - довольно часто и 22% студентов никогда не чувствовали в такие моменты злость.

На вопрос испытывают ли студенты напряженность большинство студентов иногда замечают у себя такое состояние, часто - 11,3%, совсем не испытывают - 11,3% и все время чувствуют, что им не по себе - 8,1% опрошенных.

Медлительность в делах иногда появляется у 35,5% респондентов, совсем ее нет у 25,8% опрошенных, напротив часто и практически все время у 22,6% и 17,7% соответственно студентов появляется свойство делать все медленно.

У 25,8% опрошенных то, что когда-то приносило большое удовольствие, и сейчас вызывает такое же чувство, 56,5% респондентов не уверены в этом или в очень малой степени согласились, а 17,7% вовсе поменяли свои интересы.

На вопрос испытывают ли студенты страх, кажется ли, будто что-то ужасное вот-вот случится, большинство (38,7%) и (32,2%) ответили, что иногда у них возникает такое чувство, но это их не беспокоит или страх не очень сильный. Не испытывают чувство тревоги и беспокойства 22,6%, напротив постоянно ощущают сильный страх 6,5% респондентов.

Отмечено, что 56,5% респондентов следят за своей внешностью также, как и раньше, а 19,4% не достаточно времени уделяют своей внешности.

Большинство студентов (93,5%) заметили, что способны рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное, и лишь 6,5% ответили отрицательно. Испытывают неусидчивость в той или иной степени 75,8% студентов, более концентрированные и терпеливые – 24,2%.

Более половины (82,3) опрошенных иногда или очень редко испытывают бодрость в течение дня, практически все время – 12,9%, и 4,8% студентов совсем не испытывают бодрости.

Часто у 27,5% студентов возникают панические атаки, напротив 33,9% 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 56,5% студентов, редко - 22,6% и 12,9% опрошенных соответственно, и лишь 8,1% очень редко могут получить от этого радость.

На вопрос личной оценки состояния своего здоровья 35,5% студентов оценивают, как удовлетворительное, хорошее и очень хорошее – 32,3% и 22,6% соответственно, отличное состояние здоровья у 6,5% студентов, и лишь 3,2% считают себя нездоровыми.

По мнению 54,8% опрошенных, их здоровье такое же, в сравнении со сверстниками, а 27,4% респондентов считают здоровье хуже и 17,7% - лучше их.

Результаты проведенного исследования по вопросам раннего выявления и профилактики хронических неинфекционных заболеваний указывают на выраженную распространенность факторов риска среди студентов медицинского колледжа и является основанием для создания и реализации профилактических программ, направленных на коррекцию наиболее распространенных в студенческой среде факторов риска: стресс, страх, озабоченность, эмоциональная нестабильность и дискомфорт. Наряду с просветительской деятельностью, рекомендуем пропагандировать здоровый образ жизни среди студентов, включая отказ от вредных привычек, рациональное питание, физическую культуру и спорт, и соблюдение режима труда и отдыха.