

УДК 316.728:616-036.12-53

**ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ НА РАЗВИТИЕ  
ХРОНИЧЕСКОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ**

*Тутина Е. Ю.*

**Научный руководитель: ассистент Н. Н. Смагина**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

***Введение***

Общественное здоровье — это здоровье населения, обусловленное комплексным воздействием биологических и социальных факторов окружающей среды при определяющем значении общественно-политического и экономического строя и зависящих от него условий жизни общества (труд, быт, характер питания, отдых, уровень образования и культуры, здравоохранение) [1]. По данным Всемирной организации здравоохранения здоровье человека на 50–55 % зависит от условия и образа жизни, на 25 % — от экологических условий, на 15–20 % оно определяется генетическими факторами и лишь на 10–15 % деятельностью системы здравоохранения [2]. Исследование влияния образа жизни и своевременная его коррекция является актуальным профилактическим направлением в медицине.

***Цель***

Проанализировать влияние образа жизни на развитие хронических заболеваний у студентов Гомельского государственного медицинского университета.

***Материал и методы исследования***

Было проведено анкетирование студентов первого курса в возрасте 17–20 лет в 2016 г., а затем — среди студентов того же курса в 2018 г. Анкета включала в себя вопросы по характеру питания, наличию сниженного настроения и вредных привычек (курения, употребления алкоголя), продолжительности сна, а также наличию хронических заболеваний. В анкетировании принимали участие 94 человека (32 — юноши и 62 — девушки).

***Результаты исследования и их обсуждение***

По результатам анкетирования были установлены следующие показатели. Увеличение массы тела отмечены в течение трех лет у 55 % опрошенных, снижение веса — у 39 %. Было выявлено, что 86 % опрошенных студентов питаются всего лишь 1–2 раза в сутки. Только 45 % юношей и девушек завтракают, 26 % не обедают, но все ужинают. Следует отметить, что 75 % молодых людей употребляют пищу после 23.00. 66 % студентов употребляют пищу, приготовленную самостоятельно, а 34 % предпочитают полуфабрикаты и «фастфуд».

В результате исследования выявлено, что у молодых людей нарушен режим сна. Так, 36 % спят по 5–6 ч, а 52 % опрошенных — менее 5 ч. Только 12 % спят по 7–8 ч.

По результатам анкетирования установлено, что 40 % юношей курят ежедневно, 37,5 % — иногда, 22,5 % не курят вообще. Среди девушек показатели еще хуже: 40 % — курят ежедневно, 25 % — иногда и только 35 % не курят вообще.

Выявлен интересный факт, что 44,6 % опрошенных студентов при сниженном настроении употребляют алкоголь и табачную продукцию.

57 % опрошенных студентов не имеют хронических заболеваний. Этот показатель снизился на 6,5 % по отношению к 2016 г. Остальные опрошенные имеют заболевания различных органов и систем. По сравнению с 2016 г. получены следующие результаты: 10,5 % имеют заболевания желудочно-кишечного тракта, что увеличилось на 1,5 %;

4,4 % имеют заболевания сердечнососудистой системы, что остался на прежнем уровне. 4 % имеют заболевания дыхательной системы — не отмечались у опрошенных в прошлом периоде; 4 % имеют заболевания эндокринной системы, произошло увеличение на 2 %; 1 % имеют заболевания опорно-двигательной системы, но не отмечалось два года назад; 5,8 % имеют аллергические заболевания, что уменьшилось на 2,5 %; 13,3 % опрошенных отмечают наличие 2 и более хронических заболеваний, что остался на прежнем уровне по сравнению с предыдущим опросом.

Нарушения в режиме и рационе питания могут стать причиной заболеваний пищеварительной, сердечно-сосудистой систем; курение и употребление алкоголя приводят в будущем к заболеваниям сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и эндокринной системы; нарушение ритма сна и бодрствования способствует возникновению заболеваний нервной системы и возникновению тревожных расстройств и депрессивных состояний, а также эндокринных нарушений. Период обучения в медицинском вузе должен быть направлен не только на подготовку к будущей профессиональной деятельности, но и на формирование ответственного, сохраняющего здоровья поведения для успешной дальнейшей жизни. Только в этом случае у медицинского работника врача появится желание активно трудиться, оказывать помощь, пропагандировать здоровый образ жизни.

#### **Выводы**

1. У опрошенных студентов было установлена большая распространенность факторов риска хронических неинфекционных заболеваний и отрицательная динамика заболеваемости органов пищеварения и эндокринной системы. Среди студентов медицинского университета необходимо активизировать работу по пропаганде здорового образа жизни с целью профилактики неинфекционных заболеваний у будущих врачей.

2. Студенты медицинского университета, независимо от курса обучения, должны владеть знаниями о факторах риска неинфекционных заболеваний и проводить обучение населения РБ принципам предотвращения развития неинфекционных заболеваний, которые являются основной причиной смерти в нашей стране.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Здравоохранение и общественное здоровье: учебник [Электронный ресурс] / под ред. Г. Н. Царик. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. — Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970443279.html>.
2. Юшук, Н. Д. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний / Н. Д. Юшук, И. В. Моев, К. Г. Гуриевич. — М., 2016. — С. 7–15.
3. Давиденко, Д. Н. Здоровье и образ жизни студентов / Д. Н. Давиденко, Ю. Н. Щедрин, В. А. Щеголев. — М., 2015. — С. 18–30.
4. Яшин, В. Н. ОБЖ. Здоровый образ жизни / В. Н. Яшин. — М., 2017. — С. 19–35.

**УДК 617.7:616.379-008.64**

### **ДИАБЕТИЧЕСКАЯ РЕТИНОПАТИЯ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ 2 ТИПА**

*Удодова В. Г., Калайда Р. И.*

**Научные руководители: ассистент А. Ю. Прислопская,  
к.м.н., доцент Е. Г. Малаева**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

#### **Введение**

Сахарный диабет (diabetes mellitus) (СД) — это хроническое, гетерогенное, прогрессирующее эндокринное заболевание, характеризующееся абсолютным (тип 1) или отно-