



Рисунок 1 — Распределение уровней напряженности электрического поля тока промышленной частоты 50 Гц электрической подстанции «Петровщина»

Выводы

Таким образом, электрические подстанции 110/10 кВ открытого типа могут оказать воздействие на прилегающую к ним территорию, создавая уровни электрического поля тока промышленной частоты 50 Гц выше нормативных, в особенности в местах «входа» воздушных линий электропередачи.

УДК 613.97-057.875:614.2

ГИГИЕНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Ильина Д. В.

Научный руководитель: к.м.н., доцент *В. Н. Бортновский*

Учреждение образования

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

Введение

В настоящее время имеют место выраженные негативные тенденции в состоянии здоровья студентов. Обучение в вузе характеризуется высоким уровнем нервно-эмоционального напряжения. Повышенная учебная нагрузка вынуждает студентов нарушать принципы организации здорового образа жизни, что неизбежно ведет к снижению уровня здоровья студентов. Большой интерес представляет состояние здоровья студентов медицинских вузов. Очевидно, существуют особенности процесса обучения в вузах данного профиля, определяемых наличием ряда негативных факторов.

Цель

Провести гигиенический анализ условий жизни, организации учебного процесса и выявить основные социально-гигиенические факторы, влияющие на состояние здоровья студентов Гомельского государственного медицинского университета (ГомГМУ).

Материал и методы исследования

Проведено социально-гигиеническое исследование студентов 1–6 курсов ГомГМУ по разработанной нами анкете, в котором приняли участие 173 человека. Возраст испытуемых от 17 до 26 лет, из них юношей — 61, девушек — 112.

Результаты исследования и их обсуждение

На момент опроса 3 % респондентов оценили состояние своего здоровья, как отличное, 40 % дали состоянию своего здоровья хорошую оценку, удовлетворительную — 50 %, неудовлетворительную — 7 %. При этом обращает на себя внимание тот факт, что 40 % опрошенных страдают хроническими заболеваниями.

Наиболее распространенными среди хронических заболеваний являлись: гастрит (33 % от общего числа опрошенных студентов), бронхит (16 %), гайморит (7 %), пиелонефрит (6 %).

Данные анкетирования показали, что 58 % студентов стараются придерживаться здорового образа жизни, 18 % опрошенных уверены, что их образ жизни соответствует общепринятым здоровьесберегающим установкам, 24 % считают, что ведут «нездоровый» образ жизни. Основным фактором, мешающим студентам заниматься своим здоровьем, является недостаток времени — 35 %, отсутствие условий — 20,6 %, материальные затруднения — 18,4 % и лень — 26 %.

Следует отметить, что здоровье молодых людей напрямую зависит от образа жизни, которого придерживаются в их семьях. Оказалось, что среди опрошенных, страдающих хроническими заболеваниями, значительно меньше процент тех, в чьих семьях было принято правильно питаться, регулярно проходить медицинские осмотры, заниматься спортом, то есть вести здоровый образ жизни.

Представляет интерес результат оценки ежедневной учебной нагрузки студентов ГомГМУ. В среднем студент 1–3 курсов проводит в вузе по 9–10 часов в день, из них 3–4 часа он тратит на переезды между корпусами, расположенными в разных районах города, что по мнению 80 % опрошенных является очень утомительным. На самообучение в день необходимо минимум 2–3 часа, а во время зачетных недель около 5 часов.

Более половины опрошенных студентов (64 %) не соблюдают режим питания. Проблема экзогенной витаминной недостаточности учащейся молодёжи тесно связана с общими тенденциями режима и качества питания: в большинстве своём студентам не удаётся соблюдать режим и обеспечивать сбалансированное питание; значительное число опрошенных студентов постоянно или периодически испытывают проблемы с желудочно-кишечным трактом. Не успевают регулярно завтракать 51 % студентов. Характерным для опрошенных является 3–4 разовый прием пищи — об этом сообщили 58 % респондентов. Вместе с тем, достаточно большое количество студентов (38 %), указали на то, что они принимают пищу только 1–2 раза в день. Четырёхразовое и более питание имеют лишь 8 % опрошенных.

До 20 % опрошенных студентов сообщили, что они спят менее 6 часов в сутки. В основном это первокурсники — 69 % студентов, опрошенных на первом курсе университета. При недосыпании почти все респонденты отмечают снижение работоспособности, ухудшение памяти и настроения, появление раздражительности и тревожности.

Наибольшую напряжённость в режиме дня имеют студенты, которые совмещают работу с учёбой (9 %).

Выявлен относительно высокий процент студентов, употребляющих спиртные напитки. На вопрос «Какие спиртные напитки употребляете чаще всего?», — ответили: «пиво — 4 %, вино — 30 %, ликеро-водочные изделия — 51 %» и только 15 % — не употребляют вообще.

Все это говорит о необходимости усиления гигиенического воспитания и пропаганды здорового образа жизни среди студентов, в том числе по борьбе с курением. По нашим данным курят 34 % парней и 18 % девушек.

Немаловажным фактором, оказывающим влияние на состояние здоровья человека, является физическая активность. Среди опрошенных 51 % студентов отметили, что основным видом физической активности для них являются занятия физкультурой в рамках учебного процесса.

По результатам анкетирования было выявлено, что 43 % студентов часто испытывают стресс и нервные срывы. В связи с этим охрана нервно-психического здоровья, профилактика нервного переутомления, вызываемого обилием информации и высокой интенсивностью умственной деятельности студентов, приобретает важное значение. Снять напряжение, по мнению студентов, помогают прогулки на свежем воздухе. Так проводят свободное время и избавляются от стресса 56 % респондентов.

Выводы

1. Состояние здоровья, уровень и характер заболеваемости студентов зависит от особенностей учебной нагрузки и образа жизни.

2. Большой объем заданий, напряженность в период сессий, утомительные переезды между корпусами являются основными факторами, оказывающими отрицательное влияние на здоровье студентов.

3. В связи со значительным психоэмоциональным напряжением студентов охрана нервно-психического здоровья и профилактика нервного переутомления приобретают важное значение.

УДК 613.4/.7:614.2

ВЛИЯНИЕ УСЛОВИЙ ТРУДА, БЫТА И ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ЗДОРОВЬЕ ЛИЦ ТРУДОСПОСОБНОГО ВОЗРАСТА

Исаченко В. С., Никитюк К. В.

Научный руководитель: к.м.н., доцент Л. П. Мамчиц

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Человек связан с обществом, со всеми элементами его структуры множеством отношений, поэтому невозможно решать проблемы здоровья без учета широкого спектра социальных факторов. В последние годы исследование формирования здоровья населения стало одним из приоритетных направлений медицинской науки. Актуальность исследования данной проблемы обусловлена существенными изменениями в образе жизни, из которых наиболее значимыми являются вопросы влияния питания, двигательной активности, умственной нагрузки и других социальных факторов на здоровье людей [1]. В оценке здоровья населения в зависимости от социальных факторов активно используются функциональные показатели, которые являются интегрирующими и информативными для оценки здоровья населения [2].

Цель

Проанализировать влияние условий труда, условий и образа жизни людей трудоспособного возраста на их состояние здоровья.

Материал и методы исследования

Проведено анкетирование по специально разработанному стандартизованному вопроснику, включающему блоки вопросов о состоянии здоровья, условиях жизни, образе жизни. Объектом исследования были 106 человек в возрасте от 20 до 60 лет (94 жен-