

поведения может привести к негативным последствиям, как для психологического, так и для физического здоровья.

Следовательно, необходимо проводить работу по повышению уровня осведомленности населения о психологическом здоровье, а также о способах решения психологических проблем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Пахальян, В. Э. Психопрофилактика и безопасность психологического здоровья детей / В. Э. Пахальян // Прикладная психология. — 2002. — № 5–6. — С. 83–94.
2. Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19 / С. С. Петриков [и др.] // Консультативная психология и психотерапия. — 2020. — Т. 28, № 2. — С. 8–45.

УДК 614.2:378-057.875

ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Ежкова А. С., Хрипунова А. А.

Научный руководитель: м.м.н., старший преподаватель А. М. Островский

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

Введение

Вредные привычки с медицинской точки зрения — патологические зависимости, которые постепенно развиваются в болезни и требуют серьезного и длительного лечения. Пагубное влияние вредных привычек на развитие молодежи являлось актуальной темой на протяжении многих лет и остается таковой по сей день. Негативные последствия халатного отношения молодых людей к своему здоровью являются проблемой как для отдельной личности, так и для общества в целом [1].

Активная пропаганда табачных и алкогольных изделий в СМИ и массовой культуре долгое время формировала в сознании молодежи иллюзию нормального образа жизни. Феномен курения и алкоголизма становился объектом изучения различных наук, что способствовало развитию и обогащению представлений о нем [2].

В связи с большим количеством информации, которая доносится до молодежи в учреждениях образования в виде профилактических мероприятий, в данный момент нет недостатка осведомленности в этом вопросе.

Студенты, обучающиеся в медицинских вузах, тратят много сил на подготовку в рамках будущей профессии, но своему здоровью уделяют мало времени [3].

Именно поэтому важно обратить внимание на данную проблему, поскольку, даже при таком уровне знаний, большая часть молодого поколения имеет вредные привычки.

Цель

Изучить отношение студенческой молодежи к принципам здорового образа жизни и уровень их осведомленности по данной проблеме.

Материал и методы исследования

Проведен опрос студентов УО «Гомельский государственный медицинский университет» и других высших учебных заведений Беларуси по вопросам путей формирования здорового образа жизни. С этой целью была разработана анкета, включающая 12 вопросов, и размещена на базе электронного ресурса <https://forms.gle/cpPjcZNXbsYS15ps5>. Всего в анкетировании приняло участие 370 человек: 130 (35,13 %) студентов УО «Гомельский государственный меди-

цинский университет» и 240 (64,87 %) студентов других высших учебных заведений Беларуси (УО «Белорусский государственный университет», УО «Гомельский государственный университет», УО «Белорусский национальный технический университет», УО «Белорусский государственный университет транспорта», УО «Белорусский государственный технический университет» и др.), средний возраст которых составил $18,62 \pm 1,42$ года и $18,60 \pm 1,52$ лет соответственно. Среди опрошенных студентов-медиков приняло участие 102 (78,5%) девушки и 28 (21,5 %) юношей. Среди учащихся других университетов — 170 (70,8 %) студентов женского пола и 70 (29,2 %) студентов мужского пола. Статистическая обработка результатов исследования проводилась с использованием компьютерной программы «Microsoft Excel 2016» с использованием сравнительной оценки распределений по ряду учетных признаков и достоверностью полученных показателей при уровне значимости $p \leq 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение

Участникам было предложено ответить на ряд вопросов, касающихся их образа жизни.

На вопрос «Считаете ли вы важным придерживаться здорового образа жизни?» 107 (82,2 %) и 204 (85 %) представителя медицинского ВУЗа и других университетов соответственно ответили «Да» ($\chi^2 = 0,28$; $p = 0,598$), в то время как на вопрос «Придерживаетесь ли вы здорового образа жизни?» положительно ответили 103 (79 %) студента-медика и 192 (80 %) студента других вузов ($\chi^2 = 0$; $p = 0,968$).

Так как полноценный сон и правильное питание являются неотъемлемой частью здорового образа жизни, был проведен опрос по этой теме. Исследование показало, что 82 (62,8 %) студента медицинского университета спят достаточное количество времени (6–8 ч), 42 (31,8 %) — менее 6 ч, и лишь 6 (5,4 %) могут себе позволить спать более 8 ч в сутки. При исследовании режима сна представителей других вузов выяснилось, что 171 (71,1 %) респондент спит 6–8 ч, 45 (18,8 %) — менее 6 ч, 24 (10 %) — более 8 ч ($\chi^2 = 7,88$; $p = 0,05$). Среди опрошенных наиболее статистически значимые различия наблюдались среди тех, кто спит менее 6 ч. При этом режим питания (регулярное соблюдение дневной нормы БЖУ) полностью и частично соблюдают 96 (73,7 %) студентов-медиков и 166 (69,1 %) опрашиваемых из других университетов ($\chi^2 = 0,68$; $p = 0,409$).

При выяснении отношения студентов к алкоголю, было установлено, что 88 (67,7 %) студентов медицинского вуза не употребляют алкоголь или могут позволить себе алкогольные напитки в праздничные дни, а 42 (32,3 %) делают это чаще (от 1 раза в неделю до 1 раза в месяц). В результате анализа тех же показателей среди студентов иных университетов выяснилось, что только 143 (59,6 %) опрашиваемых не употребляют алкогольные напитки или делают это по праздникам, 97 (40,4 %) студентов принимают алкоголь чаще или регулярно ($\chi^2 = 2,03$; $p = 0,154$). Стоит отметить, что среди будущих врачей тех, кто употребляет алкоголь регулярно, не выявлено.

Также было исследовано отношение студентов к курению. 94 (72 %) и 179 (74,6 %) респондентов медицинского и других вузов соответственно не курят сигареты, регулярно курят при этом 12 (9 %) студентов медицинского профиля и 22 (9 %) студента иных вузов, оставшиеся 24 (19 %) студента-медика курят иногда (для снятия стресса либо в сочетании с алкоголем), для учащихся других университетов это значение составило 39 (16,4 %) ($\chi^2 = 0,16$; $p = 0,693$). Ни в одном показателе значимых различий не обнаружено.

Оценивая уровень осведомленности в вопросе негативного влияния вредных привычек на организм, 119 (90,9 %) учащихся медицинского вуза считают свои знания достаточными, в то время как 11 (9,1 %) опрашиваемых не уверены в этом вопросе. При этом 215 (89,6 %) студентов других вузов считают уровень своей осведомленности высоким, а 25 (10,4%) — нет ($\chi^2 = 0,18$; $p = 0,673$).

На вопрос «Имеет ли смысл проведение тематического информирования в школах/колледжах/вузах?» 76 (58,3 %) респондентов медицинского университета ответили «Да, это может изменить чье-то мнение» и 54 (41,7 %) считают, что это не может повлиять на выбор человека. Среди респондентов иных профилей 109 (45,4 %) выступают за проведение профилактических мероприятий, а 131 (54,6 %) опрошиваемый находит это бессмысленным ($\chi^2 = 5,23$; $p = 0,022$).

Выводы

Сравнительный анализ с применением критерия соответствия Пирсона показал статистически значимое различие ответов студентов-медиков и студентов немедицинских вузов на вопрос касательно режима сна студентов. Стоит отметить, что, в связи с большей нагрузкой, студенты медицинского профиля уделяют меньше времени здоровому сну, что не может не отразиться на их здоровье.

Статистически значимые различия были обнаружены в ответах на вопрос о важности проведения профилактических мероприятий, направленных на формирование культуры здорового образа жизни среди молодежи. Большее количество студентов медицинского университета считают важным проведение тематического информирования. По их мнению, это может повлиять на формирование культуры здорового образа жизни более юного поколения.

В остальных вопросах статистически значимых различий между ответами студентов-медиков и студентов других университетов не обнаружено. Это даёт понять, что отношение к своему здоровью не зависит от профиля обучения, а определяющее значение имеют личные качества конкретного человека как индивида.

Нужно упомянуть, что студенты медицинского профиля в большей степени осведомлены о последствиях неправильного образа жизни (ухудшение здоровья в результате несоблюдения режима сна, питания, наличия вредных привычек), однако это не влияет на стиль их жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Павлова, Л. А. Здоровье и здоровый образ жизни российского студенчества / Л. А. Павлова, Е. В. Ермолаева // Бюллетень медицинских интернет-конференций. — 2016. — Т. 6, № 1. — С. 101–102.
2. Алкоголь и средства массовой информации // Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. — 1998. — Режим доступа: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/276914>. — Дата доступа: 15.03.2021.
3. Власова, П. О. Отношение студентов-медиков к здоровому образу жизни / П. О. Власова, А. А. Берюхова, Е. В. Ермолаева // Бюллетень медицинских интернет-конференций. — 2016. — Т. 6, № 1. — С. 82.

УДК 618.6:616.89-003.454

ОЦЕНКА ОСВЕДОМЛЕННОСТИ НАСЕЛЕНИЯ О ПОСЛЕРОДОВОЙ ДЕПРЕССИИ

Жогаль К. В., Кочкина О. С.

Научный руководитель: к.пс.н., доцент Н. В. Гапанович-Кайдалов

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Данное исследование посвящено проблеме осведомленности населения о послеродовой депрессии. Депрессивные расстройства у женщин в раннем послеродовом периоде могут повлиять не только на их здоровье, а также оказать негативное влияние на взаимоотношения в семье и на здоровье ребенка. Таким образом, проблема послеродовой депрессии является актуальной. В ходе исследования были проанализированы представления респондентов о причинах, признаках и последствиях послеродовой депрессии. Сделаны выводы о необходимости повышения уровня осведомленности населения о послеродовой депрессии.