



федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра биологии с основами генетики и паразитологии

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ- ПЕРВОКУРСНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ К ВУЗУ В ПОЛИКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ

*Докладчик: студент 1 курса педиатрического факультета, гр.
2077, Трофимова Дарья Дмитриевна*

*Научный руководитель: заведующий кафедрой, д-р биол.наук, профессор
Начева Любовь Васильевна*

Кемерово 2021

Аннотация

- В статье рассматриваются адаптации студентов, поступивших в вуз в 2020 году в период пандемии COVID-19, их отношение к здоровому образу жизни при адаптации в образовательной поликультурной среде.
- Проанализированы результаты анкетирования, которое проведено у студентов первого курса, и предложены рекомендации.

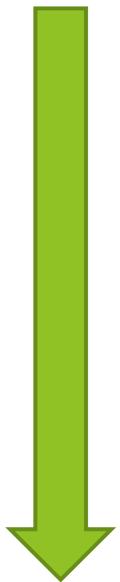
Цель исследований:

провести анкетированный опрос студентов первого курса и проанализировать их отношение к здоровому образу жизни в процессе адаптации к обучению в поликультурной среде.

Методы исследования

- ▶ В настоящей работе использовали метод анкетирование.
- ▶ Респондентами были 102 человека студентов первого курса, поступивших в КемГМУ в условиях масштабной пандемии COVID-19. Респонденты были разных национальностей, но этнические приоритеты не учитывались.
- ▶ В анкету вошло 15 вопросов, которые состояли из 4 до 11 вариантов ответов плюс собственное мнение, возможно не учтённое при составлении анкеты.
- ▶ Среди вопросов были такие как: Когда вы мыли руки до пандемии, утром, или каждый раз до еды, чаще ли стали мыть руки в период пандемии и чем отличалось мытье рук?; В период пандемии вы сразу приняли правила соблюдения асептического режима?; Сколько раз в день вы питаетесь?; Какую еду вы предпочитаете, как часто вы питаетесь?; Увлекаетесь ли вы табакокурением?; Как вы оцениваете свое здоровье на данный момент?; Чем увлекаетесь в свободное от учебы время? Ваше хобби, напишите конкретно!
- ▶ Анкетный опрос был ранжирован, статистически обработан и полученные результаты проанализированы.

Результаты исследования и обсуждение



Респонденты по типам 4-м темперамента составляли приблизительно равное количество, но больше сангвиников – 35 человека, в тоже время холериков 21, меланхоликов 27 и флегматиков 23.

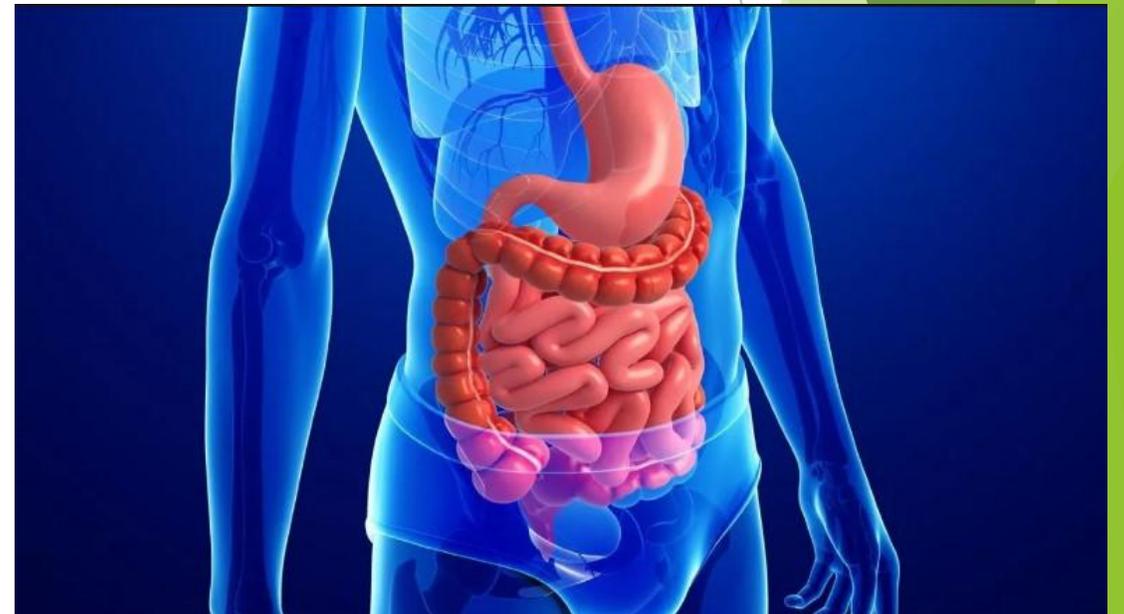
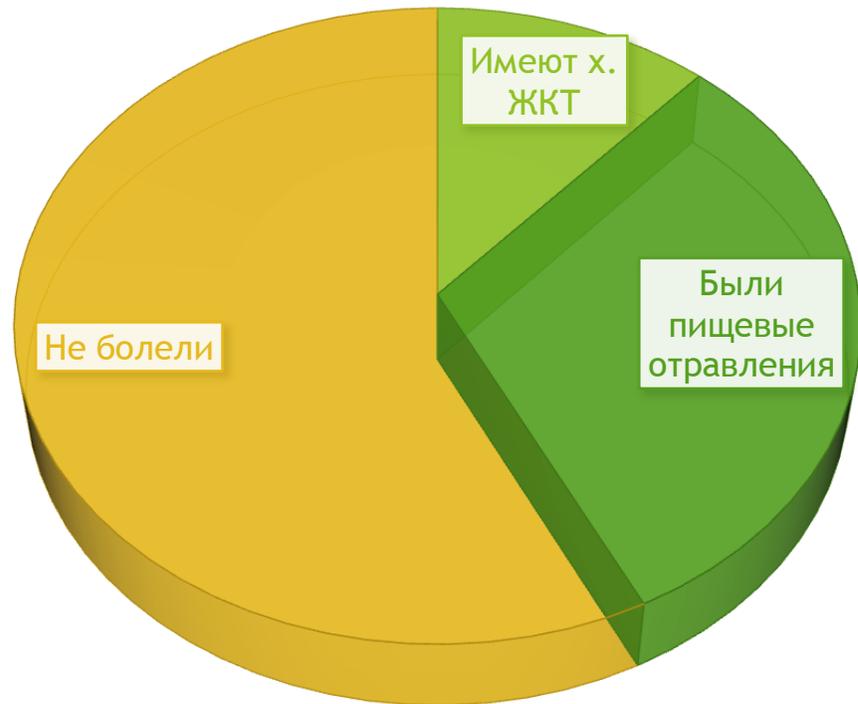


На вопрос: «Были ли у вас заболевания пищеварительной системы?», - 15 человек ответили, что имеют хронические болезни ЖКТ.

А 40 студентов указали, что у них были пищевые отравления.

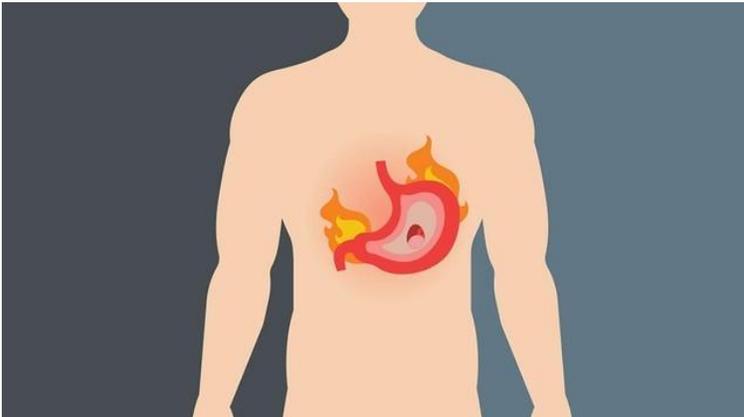
Очень любопытно, но 74 человека написали, что диагноз «гастродуоденит» им никогда не ставили.

БОЛЕЗНИ ЖКТ





При выяснении наличия заболеваний хронического характера, отмечено, что 1/4 часть студентов-первокурсников уже имели хроникку задолго до поступления в КемГМУ.



Из хронических заболеваний в небольших количествах были перечислены следующие:

язва – 1, бронхиальная астма- 4, тонзиллит – 4, эзофагит – 1, сахарный диабет – 2, астма – 4, гипертония – 1, сколиоз позвоночника – 1, гнойная ангина – 1, гастрит – 3, гайморит – 1, синдром Гарриса – 1.

Итого, 23,5 % студентов отметили наличие хронических заболеваний.

Хронические заболевания



■ Есть ■ Нет

Очень интересным были результаты по вопросы: «Бывает ли у вас аллергия на что-то (продукты, травы, цветение, холод...)

Если да, то укажите на что?».

В своих анкетах 50% студентов указали на наличие у них аллергических реакций:

на холод – 9,

на цитрус – 14,

на цветение – 7 человек.

По 1-2 респондента указали на положительную реакцию, хотя бы на один из аллергенных факторов:

**мёд, кокос, шоколад, молока, желток, ягода, ульт
рафиолет, зеленая трава, пыль, укусы комаров.**



На вопрос: Сколько раз в день вы питаетесь?

Ответы были разные.

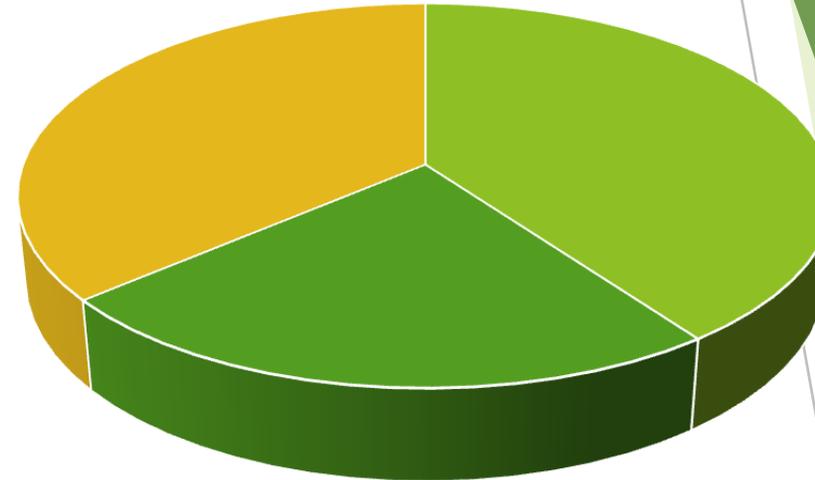
Из них 32 человека ответили:

«два раза в день - утром и вечером»,

19 студентов написали: «бывает, что весь день голодный и только вечером ужинаю, не очень плотно».

Любопытно, что 29 человек отметили, что едят три раза в день – утром, в обед и вечером, при этом обедают, как правило, в столовой.

Питание



■ **два раза в день - утром и вечером**

■ **бывает, что весь день голодный и только вечером ужинаю, не очень плотно**

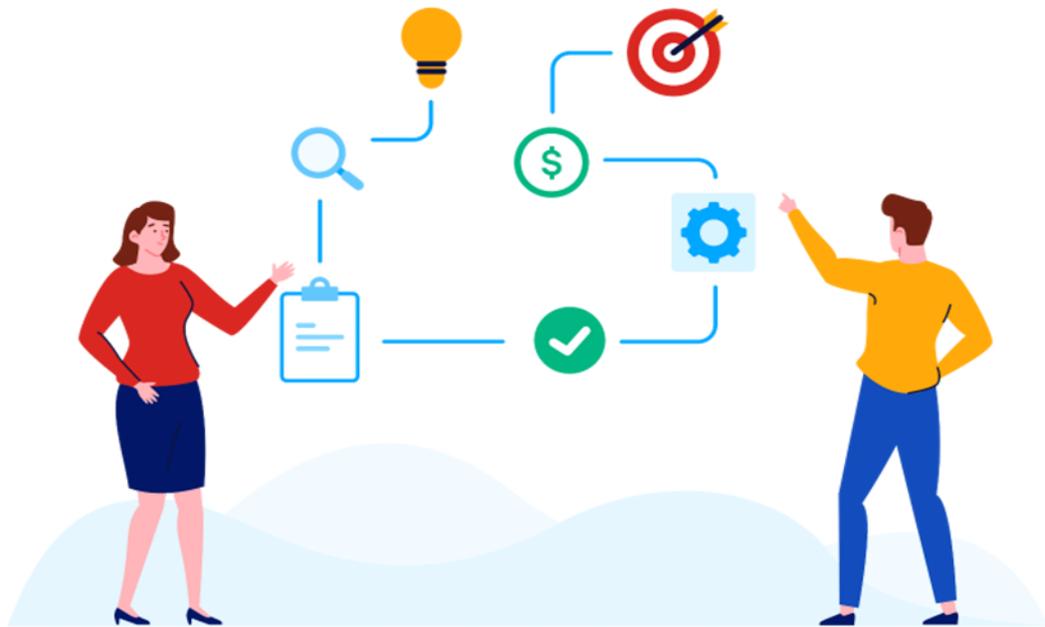
■ **едят три раза в день - утром, в обед и вечером**

Здоровый образ жизни ведут всего 15-20% от общего числа опрошенных студентов, 20-25% занимаются спортом, но не придерживаются правил ЗОЖ.

Остальные респонденты 55-65% не занимаются спортом и ведут не совсем здоровый образ жизни, игнорируют рекомендации приверженцев ЗОЖ.

Несмотря на то, что будущая профессия врача связана с пропагандой здорового образа жизни, 27 % обучающихся не считают отказ от курения и злоупотребления алкоголем, включая раскуривание кальяна, главной причиной слабого здоровья.





Вывод

Изучение факторов в поликультурной среде вуза следует продолжать, оно поможет быстрее понять истинные причины отсутствия настроения на ЗОЖ, и в то же время способствовать созданию модели целенаправленной профилактики заболеваний в поликультурной среде студенческой молодежи

"Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше то, что полезно для его здоровья, чем он сам".

Сократ

Благодарю за внимание!