3. Організація охорони здоров’я

**ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНИХ ОБМЕЖЕНЬ ПРИ ДОСЛІДЖЕННІ ЯКОСТІ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНОГО ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ**

*Доктор медичних наук, професор Галічева Н.О., професор кафедри соціальної медицини, організації та економіки охорони здоров’я Харківського національного медичного університету*

**Актуальність.** Якість життя визначають як інтегральну характеристику фізичного, психологічного і соціального функціонування людини, яка ґрунтується на суб’єктивному сприйнятті; як ступінь задоволення людських потреб, якість життя як спроможність індивіда функціонувати у суспільстві відповідно свого положення та отримувати задоволення від життя, якість життя як ступінь комфортності людини як у собі, так і в рамках свого суспільства [1]. Для дослідження якості життя застосовуються дві групи методик. Методика включає у себе опитувальник, методику опитування та спосіб розрахунку коефіцієнту якості життя згідно з опитувальником. Перша група методик – це загальні методики, які оцінюють якість життя людини незалежно від його захворювання або стану. Друга група методик – це специфічні методики, які відображають безпосередній вплив хвороби та її симптомів на якість життя пацієнта. В останні десятиріччя почали проводитись дослідження по вивченню якості життя у різних груп населення. Особливо це відноситься до молодих людей, в тому числі і до студентської молоді [2,3,4,5,6], яка представляє особливу соціальну групу, об’єднану певними віковими ознаками, інтенсивною розумовою працею під час навчання, способом життя та інш. Для даного дослідження нами була розроблена та запропонована методика оцінювання якості життя, яка базується на рекомендаціях та вимогах ВООЗ щодо складових критеріїв цього поняття. Ми користувались анонімною анкетою – «Анкета анонимного опроса студентов ХНМУ», яка складається з двох частин. В першій частині міститься загальна інформація про студента. У другій частині анкети розташовані питання, які розкривають сутність певних блоків обмежень. Анкета має блоки фізичних та психологічних обмежень, рівня незалежності та сприйняття самого себе.

**Метою** даного дослідження є вивчення фізичних обмежень при дослідженні якості життя студентів-медиків.

**Методологія дослідження** базувалась на системному підході та аналізі , а основними його методами стали:

-бібліосемантичний – для вивчення світового досвіду стосовно досліджуваного питання

-соціологічний – для вивчення та характеристики компонентів якості життя

-статистичний – для збору, обробки та оцінки отриманої інформації

**Результати.**  Всього було опитано 297 респондентів – студентів 4 курсів медичних факультетів ХНМУ. Серед них 20,2% чоловіків та 79,8% жінок, що відображає гендерну структуру студентської молоді вищого медичного закладу. Серед опитаних у повних сім’ях (батько, мати) виховувались 76,4%, в неповних (один із батьків) – 23,6 %. Тільки 22 студенти (7,4%) знаходяться в шлюбі, 5 (1,7%) – розлучені.

Мають хронічні захворювання 140 респондентів – 47,1%. Із них по одному захворюванню – 77,9%, по два – 20,7%, більше ніж 2 – 1,4%. Не мають захворювань 52,9% респондентів. В структурі зареєстрованих захворювань перше та друге місця займали відповідно захворювання органів дихання – 29,9% та захворювання травного тракту – 28,7%, на третьому місці – захворювання серцево–судинної системи – 15,5%. На неврологічні, гінекологічні та інші захворювання припадало від 6,3 до 10,4%. Серед шкідливих звичок – паління та вживання алкоголю: з 297 респондентів – палило 19,2%, вживало алкоголь – 19,9% опитаних.

Фізичні обмеження досліджувались: 1) щодо можливості виконання фізичної роботи вдома – таких обмежень не мають 252 респонденти (84,8% ).

У 45 опитаних такі обмеження пов’язані: з інвалідністю з дитинства – 3 чол., з різними травмами – 2, наявністю хронічного захворювання – 40; 2) щодо необхідності відпочинку протягом робочого дня – таких обмежень не мають 23 респонденти (7,7%). Решта опитаних 274 (92,2%) – скаржились на сильну втомлюваність до кінця робочого дня, роздратованість, головні болі, неурівноважений характер та інше, які негативно впливали на їхнє здоров’я.

Важливим фактором, який впливає на фізичний стан людини є сон. Не скаржились на проблеми зі сном 131 (44,1%) опитаних. Проблеми зі сном мали більше половини респондентів – 166 (55,9%). Вони скаржились на безсоння, слабкість, втомлюваність, нервозність. Аналіз загальної кількості скарг, тобто, скільки разів називалась та чи інша скарга, показав, що перше місце серед них займає загальна втома вкінці робочого дня – її респонденти відмітили 118 раз (35,7%), на другому місці – безсоння – 88 раз (26,7%), на третьому – нервозність – 72 рази (21,9%), на четвертому – слабкість – 52 рази (15,7%).

Не мають обмежень в заняттях фіззарядкою і спортом у зв’язку зі станом здоров’я 231 студент (77,8%), а 66 опитаних (22,2%) відповіли, що мають такі обмеження, серед яких наявність хронічного захворювання, часті респіраторні захворювання, фізичні дефекти.

Для характеристики фізичної сфери респондентів важливо знати як часто та швидко вони піддаються втомі. За нашими даними з 297 опитаних не відчувають втомлюваності тільки 43 (14,5%), а відчувають – 254 (85,5%). Були названі такі її причини: перебування в ВНЗ більше 8 годин (з 800 до 1700), велике учбове навантаження, недостатньо часу для відпочинку, недотримання режиму дня та здорового способу життя.

Фізичну сферу характеризує також такий фактор як відчуття болю на протязі життя. З 297 респондентів тільки 70 (23,6%) не скаржились на це, решта – 227 (76,4%) відмітили відчуття фізичного болю. Серед причин, які викликали біль були: захворювання, спортивні навантаження, травми, переломи, кліматичні умови.

**Висновки.** Таким чином нами проаналізована фізична сфера по найбільш значимих її складових, які негативно впливали на здоров’я студентів. Необхідно відмітити, що на відсутність відпочинку на протязі робочого дня вказало 92,2% респондентів, проблеми зі сном мали 55,9% опитаних, на обмеження в заняттях фіззарядкою і спортом у зв’язку зі станом здоров’я скаржилось тільки 22,2% опитаних; часто та швидко втомлюються у зв’язку з тривалим перебуванням в університеті, великим учбовим навантаженням – 85,5%; наявність відчуття фізичного болю протягом життя відмітило 76,4% респондентів.

Отримані дані дозволять визначити реальні резерви для корекції показника якості життя у студентів.

ДЖЕРЕЛА І ЛІТЕРАТУРА:

1. Пономаренко В.М. Методичні підходи до вивчення якості життя населення у взаємозв'язку зі станом здоров'я / В.М.Пономаренко, Г.Л.Апанасенко, Н.І.Чебаненко // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я. – 2002. - №2. - С.74-77.
2. Качество жизни студентов-медиков и клинических ординаторов. Г.А.Зелезинская, П.Н.Коренько, М.А. Кравченок, А.И.Саллум. <http://bsmu.by/index.php?option=com_content&view=article&id=649:-&catid=53:s-42006&Itemid=52>.
3. Курка Я.В. Аналіз параметрів якості життя студентів різних спеціальностей /Тернопільський національний технічний університет ім.Івана Пулгоя /Педагогіка, психологія та медико-біолгічні проблеми фізичного виховання та спорту., №3, 2012, С.68-70.
4. Папулова М.А. Оценка качества жизни студентов-медиков <http://nomus.ucoz.net/forum/12-54-1>.
5. Тулайдан В. Порівняльна характеристика якості життя студентів різних спеціальностей // Молода спортивна наука України.- 2010.- Т.2.- С. 253-258.
6. Оринчук Вячеслав Анатольевич. Педагогические условия формирования качества жизни студентов : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01 / Оринчук Вячеслав Анатольевич; [Место защиты: Нижегор. гос. архитектур.-строит. ун-т].- Нижний Новгород, 2009.- 200 с.: ил. РГБ ОД, 61 09-13/888.