ID: 2015-07-6-T-5358 Тезис

Андреева Г.Ф.

Антропологические факторы, влияющие на здоровье человека

ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России

Andreeva G.F.

Anthropological factors, that effect human health

Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky

В настоящее время для развития человечества особое значение имеет здоровый человек и здоровое общество, поэтому в XX веке сформировалось представление о здоровье как о социальном феномене. Здоровье имеет несколько составляющих: физическое, психическое, духовное. В настоящее время появились новые термины, обозначающие здоровье: биологическое здоровье, социальное, ноосферное здоровье и т.д. Питание рассматривается как часть физического здоровья. Социальная среда формирует качества индивида и создает определенное удовлетворение или неудовлетворение жизнью. Культура отражает меру осознания и отношения человека к самому себе и подразумевает не только систему знаний о здоровье, но и соответствующее поведение по его сохранению и укреплению. Культура питания помогает сохранить здоровье. Сохранение и воспроизводство здоровья находится в прямой зависимости от уровня культуры человека.

Цель исследования: выявить личностное отношение к своему здоровью студентов.

Проведенное нами эмпирическое исследование среди студентов первых курсов медицинского университета (исследования 2014-2015 года) показало, что свыше 90% студентов не готовы питаться правильно, с учетом изменившихся условий жизни (кто-то стал жить самостоятельно, выехав из привычной жизни в семье школьника, кого-то стали считать взрослым и самостоятельным), т.е. ежедневное нарушение частоты приёма пищи из-за большой занятости, не умение составить разнообразное меню из употребляемых продуктов, ежедневное нарушение водного режима (прием воды не более 500-700 мл в сутки), что приводит к нарушению не только водного режима, но и снижению калорийности употребляемой пищи (уменьшение содержания белков и жиров).

Молодое поколение является наиболее мобильной группой, отражающей все процессы, происходящие в обществе. Отношение к состоянию личного здоровья, являющегося составляющей социального здоровья популяции, нужно начинать воспитывать в семье от младшей школы до высшего учебного заведения.

Ключевые слова: антропологические факторы, здоровье

Key words: anthropological factors, health