

Оценка самочувствия, активности и настроения военнослужащих

ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра общей гигиены и экологии

Резюме

В статье представлены результаты определения самочувствия, активности и настроения военнослужащих бригады радиоэлектронной борьбы, несущих службу в Тамбовской области.

Ключевые слова: труд военных, оценка самочувствия, гигиена военнослужащих

К настоящему времени известны результаты многочисленных исследований, авторами которых доказано влияние неблагоприятных факторов рабочей среды и трудового процесса на состояние физического и психического здоровья работников, занятых в различных отраслях. Особую актуальность эта проблема приобретает для лиц опасных профессий, к числу которых можно отнести и военнослужащих. Военная служба на современном этапе характеризуется не только высокими физическими нагрузками, но и повышенным информационным наполнением и психоэмоциональным напряжением, что создает предпосылки к формированию у военнослужащих состояний хронического стресса и, как следствие, развитию заболеваний. Четкое выполнение поставленных учебных и боевых задач возможно лишь при полном физическом и психическом здоровье военнослужащих, которые должны быть готовы к повышенному психическому напряжению и сохранению устойчивости при тяжелых физических и эмоциональных нагрузках.

Таким образом, учитывая все вышеизложенное, проблема изучения психического и физического здоровья рядового состава военнослужащих, представляет значительный интерес, что и определило **цель** настоящей работы.

Материал и методы

Для выполнения поставленной задачи была разработана анкета с вопросами о образе жизни военнослужащих. Самочувствие военных оценивали по методике САН (самочувствие, активность, настроение). Цель опросника САН оценить уровень самочувствия, активности, настроения. Опросник состоит из 30 пар противоположных характеристик, по которым испытуемого просили оценить свое состояние.

В исследовании приняли участие военнослужащие бригады радиоэлектронной борьбы (РЭБ), несущие службу в Тамбовской области.

Результаты

По итогам проведенного исследования было выявлено, что 85,7% составляли мужчины и 14,3% - женщины. Средний возраст опрошиваемых составил 28,6 лет, при среднем стаже службы 9,2 года. По семейному положению большая часть военнослужащих были холосты (57,2%), в разводе – 4,8%, и в браке – 38%. Градация в званиях выглядела следующим образом: старший лейтенант - 28,6%, рядовой – 33,4%, младший сержант 9,5%, прапорщик 19%, капитан 9,5%. При характеристике образа жизни военнослужащих было выявлено, что преобладающая часть опрошенных не курят (85,7%). Употребление алкоголя периодически отметили 66,6% респондентов. Большинство из анкетированных (66,7%) указали на ежедневное употребление кофе. Суточное водопотребление у военных оказалось ниже физиологических норм, так 42,9 % указали, что в сутки выпивают менее 0,5 л питьевой воды, 14,3% - около 1 л, 42,8% - от 1 до 2 литров. При оценке режима питания было установлено, что большая часть 95 % питаются не менее трех раз в день, при этом фаст фуд в свой рацион периодически включают около 33,4% анкетированных. По результатам оценки калорийности суточного рациона военнослужащих самый большой процент калорийности приходился на обеденный прием пищи и составил в среднем 1292,2 Ккал, на втором месте оказался ужин – 1095,6 Ккал. На завтрак и полдник военнослужащие употребляли в среднем 826,54 и 674,7 Ккал соответственно.

Для характеристики состояния здоровья анкетированных военнослужащих было учтено количество перенесенных заболеваний за год. Среди наиболее часто встречаемых заболеваний были отмечены: тонзиллит, бронхит, гайморит.

Не маловажной характеристикой здоровья человека является его психоэмоциональное состояние. Самочувствие — это комплекс субъективных ощущений, отражающих степень физиологической и психологической комфортности состояния человека, направление мыслей чувств и т.п. При трактовке результатов теста САН военнослужащие оценили свое самочувствие как высокое и среднее 38,2% и 52,3% соответственно. При этом у 9,5% анкетированных данный показатель был трактован, как низкий. Активность — одна из сфер проявления темперамента которая определяется интенсивностью и объемом взаимодействия человека с физической и социальной средой. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным или стремительным. В исследуемой группе у большей части военнослужащих активность была оценена как средняя (81%), оставшиеся разделились поровну на людей с высокой и низкой активностью. Низкая активность может указывать на усталость, высокая активность - располагает к деятельности разного рода. Настроение — сравнительно продолжительные, устойчивые состояния человека которое может быть представлено как 1) эмоциональный фон (приподнятое, подавленное) 2) четкое идентифицируемое состояние (скука, печаль, тоска, страх, увлеченность, радость, восторг и пр.). По данному показателю были получены самые высокие результаты: высокое – 42,9%, среднее – 52,5%, низкое – 4,6%.

Вывод

Таким образом, по итогам проведенного исследования можно сделать выводы, о том, что большая часть военнослужащих данной части характеризуется допустимыми показателями самочувствия, активности и настроения, но выделяется небольшой процент людей с низкими значениями, что может быть обусловлено нерациональной организацией их режима труда и отдыха.

Литература

1. Астраханцева Ю.С., Наумова Е.В., Сатуева Э.Я., и др. Гигиеническая оценка условий труда врачей-рентгенологов города Саратова Бюллетень медицинских интернет-конференций. 2013; (11):1169-1170.
2. Буданова Е.И., Медведев В.Р., Тяжев К.В. Психофизиологические особенности здоровья военнослужащих-контрактников Здоровье населения и среда обитания.2015;(2):15-17.
3. Елисеев Ю.Ю, Дерин В.Н., Рахманов У.Х. Санитарно-гигиенический мониторинг факторов обитаемости и состояния здоровья военнослужащих, проходящих службу в учебных бригадах Известия самарского научного центра российской академии наук. 2011: том 13, (1):1869-1873.
4. Разгулин, С.А., Багрий В.Г., Трофимов С.А. и др.. Современные подходы к оценке состояния здоровья работников профессиональных групп с высоким уровнем физической активности Медицинский альманах. 2011; (4):16-18.
5. Резванцев М.В. Кузнецов С.М., Иванов В.В., Закурдаев В.В. Состояние и перспективы мониторинга здоровья военнослужащих Военно-медицинский журнал. 2014;(1):17-24.