

ID: 2016-01-27-T-5875

Тезис

Власова П.О., Берюхова А.А., Ермолаева Е.В.

Отношение студентов-медиков к здоровому образу жизни*ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра философии, гуманитарных наук и психологии*

Медикам обычно предъявляются высокие требования к состоянию их здоровья. Студенты, обучающиеся в медицинских вузах, уделяют много времени профессиональной деятельности в области охраны здоровья граждан, но на свое здоровье обращают мало внимания. Среди молодежи за последние 8-10 лет практически незаметно положительных сдвигов в психологических установках и поведении в сторону оздоровления своего образа жизни.

Под здоровым образом жизни обычно понимаем концепцию жизнедеятельности человека, направленную на улучшение и сохранение здоровья с помощью правильного питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.

Опрос студентов 1 курса Саратовского ГМУ (N=80), направленный на выяснение уровня их осведомленности о ведении ЗОЖ и определение отношения к состоянию своего здоровья, показал, что 46% респондентов под ЗОЖ понимают отсутствие вредных привычек; 33% студентов – занятия спортом, а 21% – правильное питание. При этом 69% считают, что ведут ЗОЖ, хотя на самом деле это не так, а 31% признались, что сами не ведут здоровый образ жизни.

На протяжении обучения в вузе, у студентов повышается недовольство, вызванное состоянием своего здоровья, но только 46% респондентов высказали намерение соблюдать принципы ЗОЖ, у 36% опрошенных этому препятствует недостаточная мотивация. В качестве личного примера для пациентов в будущей врачебной деятельности следование принципам ЗОЖ предполагают лишь 18% опрошенных.

Таким образом, очевидно, что реальное представление о здоровье как благополучии у студентов находится в стадии становления, поэтому необходимо проводить как можно больше мероприятий, которые будут направлены на формирование мотивации к ведению здорового образа жизни.

Литература

1. Ермолаева Е.В., Павлова Л.А. Медицинская профессия: требования современного общества // Общество и здоровье: современное состояние и тенденции развития. М., 2013. С. 369-375.
2. Девличарова Р.Ю., Андриянова Е.А., Акимова Н.А., Клоктунова Н.А. Исследование профессиональных рисков среднего медицинского персонала как вариант реализации междисциплинарного подхода к изучению рисков здоровья // Саратовский научно-медицинский журнал. 2014. Т. 10. № 4. С. 674-680.

Ключевые слова: студенты, здоровье, ЗОЖ