

ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ОЧИМА СТУДЕНТІВ МЕДИКІВ

Сирова Г.О., Петюніна В.М., Завада О.О.

Харківський національний медичний університет, м. Харків

Проблема формування здорового способу життя (ЗСЖ) хвилювала людство з глибокої давнини. Відомі філософи - праотці сучасної медицини Гіпократ, Авіцена, Парацельс та ін. в своїх натурфілософських трактатах давали визначення поняттю «здоров'я», пропагували традиції по дотриманню принципів ЗСЖ [1]. Сучасна проблема формування способу і якості життя визначається негативним впливом науково-технічного прогресу, глобалізації, що призвело до загрози екологічної кризи. Наслідок – підвищення рівня захворюваності серед різних верств населення, яке потребує також і значних фінансових витрат. Тому на даний час в нашій державі профілактика захворювань, яка в першу чергу передбачає ведення ЗСЖ, напевно, є єдино можливим виходом з цієї негативної ситуації. Пропагандистами і провідниками ЗСЖ в першу чергу виступають лікарі. На кафедрі медичної та біоорганічної хімії ХНМУ навчаються студенти першого курсу медичних та стоматологічного факультетів. Авторам цієї роботи було цікаво дослідити наскільки важливим для майбутніх лікарів є питання ЗСЖ, який спосіб життя вони ведуть, які фактори ЗСЖ (матеріальні, побутові, духовні, екологічні, економічні) є найпріоритетнішими для молоді. Цікавим було також оцінити виховну роботу середньої школи у цьому напрямку. У зв'язку з цим ми запропонували студентам анкетування. У ньому прийняло участь 240 студентів 1 курсу медичних та стоматологічного факультетів віком від 17-18 років. Студентам було запропоновано розташувати деякі фактори ЗСЖ за ступенем їх важливості. Результати показали, що 31,7% опитаних найважливішим для себе вважають сприятливий психологічний клімат, 31,3% на друге місце за важливістю поставили раціональне харчування. Заняття спортом (25,4%) посіли третє місце. Роботі по підвищенню захисних сил організму студенти віддали четверте місце (21,3%). На п'ятому місці (18,8%) – зниження впливу несприятливих екологічних факторів. Невибагливими є опитувані до вимог побуту. Фактор «організація побуту» – на 6 позиції. І, нарешті, 7 місце по пріоритетності посідає боротьба зі шкідливими звичками (56,31%). Це той фактор ЗСЖ, який ми – викладачі, вважаємо одним із найважливіших. Таким чином, аналіз результатів анкетування свідчить про те, що на першому місці серед перерахованих чинників, які впливають на ЗСЖ, студенти-медики першокурсники вважають суспільний фактор.

Література:

1. Бойчук Ю.Д. Внесок стародавніх філософів у формування еколого-валеологічних понять // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2006. – №12 – С.17.
2. Юрченко І.С. Досвід реалізації проектів по формуванню здорового способу життя молоді в Україні // Соціально-педагогічні аспекти збереження та зміцнення здоров'я дітей та молоді в Україні: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (12-13 квітня 2007 р.) - Мелітополь, 2007.- С.92.