

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ПОВЕДЕНЧЕСКИХ ФАКТОРОВ РИСКА КАК ОДНА ИЗ ПРИОРИТЕТНЫХ ФОРМ ВЫЯВЛЕНИЯ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Занкевич И. Г. (очный магистрант кафедры гигиены детей и подростков)
УО «БГМУ», Минздрава Республики Беларусь
Кафедра гигиены детей и подростков
Научный руководитель - зав. кафедрой, к.м.н., доцент Борисова Т. С.

Актуальность. Здоровье людей - главная визитная карточка социально-экономической зрелости, культуры и преуспевания любого государства. Базисом гармоничной жизнедеятельности человека является здоровый образ жизни, определяемый его повседневным мотивированным поведением [Молодцов С.А и др., 1997].

Подростковый возраст является тем этапом жизни, в период которого формируются психологические особенности, отмечается наивысший потенциал для физического и интеллектуального развития, формируется образ жизни, социальные навыки и жизненные приоритеты. Именно в этот период подростки наиболее уязвимы к определенным поведенческим факторам риска, так как, несмотря на достаточный уровень валеограмотности и здоровосозидающей мотивированности, их образ жизни нередко сопряжен с желанием испытать все новое на себе, либо обусловлен доминирующей физической, социальной, экономической или культурной средой окружения. Поэтому диагностика поведенческих факторов риска и их своевременное устранение является основой сохранения здоровья подрастающего поколения, играет важную роль в определении физического и интеллектуального потенциала будущих трудовых ресурсов и демографической основы государства.

Цель: на основе гигиенической диагностики состояния здоровья и образа жизни подростков выявить поведенческие факторы риска и склонность к аддиктивному поведению.

Материалы и методы. Проанкетировано 102 ученика 8-9 классов общеобразовательных учреждений г. Минска с помощью унифицированной анкеты для мониторинга поведенческих факторов риска и методики диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП). Статистическая обработка осуществлена с помощью компьютерной программы MS Excel.

Результаты и их обсуждение. Приоритетами в системе жизненных ценностей учащихся 8-9 классов являются дружба, здоровье, семья и любовь.

Большинство из них оценивают состояние своего здоровья как хорошее (8 класс) или как удовлетворительное (9 класс), у 13% и 28% учащихся соответственно наблюдаемым группам регистрируются хронические заболевания. При этом 1/3 подростков осознает, что недостаточно уделяет внимания своему здоровью.

Основу здравотворческой жизненной позиции составляет должная степень валеограмотности. Подростки хорошо осведомлены о составляющих здорового образа жизни, на что указывает рейтинг распределения, по их мнению, основных факторов, благоприятно влияющих на состояние здоровья человека, в порядке убывания их вклада в формирование здоровья: правильное питание, достаточный отдых, физическая активность, отказ от вредных привычек, хорошие условия учёбы, взаимопонимание в семье и коллективе. Однако, несмотря на понимание роли рационального питания в обеспечении оптимальной жизнедеятельности, 80,4% учащихся указывает на несоблюдение режима питания. Как следствие, у 43,1% обследованных школьников регистрируется отклонение массы тела от должной (у 19,6% отмечается её избыток и у 23,5% - недостаток).

Почти все опрошенные убеждены в важности для поддержания здоровья адекватной физической нагрузки, при этом 100% респондентов отметили, что ведут преимущественно «сидячий образ жизни».

Свободное от учебы время 35,3% учащихся проводит за экраном телевизора или монитора, 21,6% - посвящает кружкам и дополнительным занятиям, 11,8% использует разнопланово, однако преимущественно с организацией занятий статического характера. Только 1/3 учащихся предпочитают во время досуга прогулки на воздухе, занятия спортом или физической культурой, либо выполняют работу по дому.

Несмотря на то, что ценность здоровья для подавляющего большинства респондентов является, бесспорно, значимой, саморазрушающее поведение широко распространено в их среде: 27,5% учащихся курят; 19,6% употребляют алкогольные напитки несколько раз в неделю, 39,2% - более 2-х раз в месяц; 16% (в основном восьмиклассники) пробовали наркотические вещества. Причины зависимого поведения во многом обусловлены особенностями аффективного этапа развития личности подросткового периода.

Сильно выраженная предрасположенность к аддиктивному поведению, наличие «сенсорной жажды» и склонности к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем характерна преимущественно для юношей (установлена у 40% учащихся 8 классов и 20% девятиклассников). Выраженная потребность в острых ощущениях и готовность реализовать различные формы аутоагрессивного поведения определяется у 60% мальчиков, агрессивная направленность личности - у 20% мальчиков и 10% девочек, 10% мальчиков имеют выраженный уровень деликвентных тенденций.

Выводы:

- 1 Среди учащихся 8-9 классов учреждений образования г. Минска широко распространены поведенческие факторы риска.
- 2 Группой риска формирования аддикции являются мальчики 8 классов.
- 3 Наличие группы риска аддиктивного поведения диктует необходимость организации среди учащихся старших классов общеобразовательных учреждений целенаправленных профилактических мероприятий и усиления пропаганды гигиенических знаний.
- 4 Своевременная донологическая диагностика, целенаправленная коррекция и устранение поведенческих факторов риска являются не только профилактикой аддиктивного поведения, но и залогом сохранения здоровья подрастающего поколения.