

Лебедев С.М.

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТА КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ЕГО СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

УО «Белорусский государственный медицинский университет», г. Минск

Здоровый образ жизни относится к базовым ценностям, составляющим личность любого человека, а одной из важнейших медико-социальных задач современного здравоохранения является сохранение здоровья молодежи. Формирование осознанного отношения к сохранению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих, личной ответственности за свое здоровье, способности противостоять факторам риска, освоение необходимых знаний в этой области актуально и для студентов медицинского вуза. Студенты представляют наиболее динамичную общественную группу на этапе достижения социальной и физиологической зрелости. Они хорошо адаптируются к факторам социального и природного окружения, но и подвержены риску возникновения нарушений в состоянии здоровья, что связано с особенностями во время обучения в высшем медицинском учреждении образования. Особенности обучения в медицинском вузе, такие как интенсивность образовательного процесса, значительные стрессовые нагрузки, разъездной принцип обучения, высокая ответственность принимаемых решений, контакт с пациентами, имеющими проблемы со здоровьем, обуславливают высокую умственную и физическую нагрузку, приводящую нередко к срыву компенсаторных возможностей и как следствие возникновению различных патологических процессов. Неудивительно, что специалисты отмечают стойкое ухудшение состояния здоровья учащихся высших образовательных учебных заведений в процессе учебы. Так, если на втором курсе количество случаев заболеваний увеличивается на 23%, то на четвертом - на 43%. Среди студентов медицинских ВУЗов выявлено значительное количество лиц входящих в группу риска или имеющих хронические заболевания (85,0%). За время обучения в вузе доля студентов 1 и 2 групп здоровья снижается в 1,9 раза (с 48,7% до 25,2%), удельный вес студентов, страдающих хроническим заболеванием – увеличивается в 1,5 раза (с 51,3% до 74,8%).

Учитывая важность проблемы сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи, формирования установок на здоровый образ жизни в Белорусском государственном медицинском университете разработана комплексная программа «Здоровье студентов 2014-2017 гг.». Комплексность программы обусловлена тем, что понятие "здоровье" является интегративной категорией, включающей физическую, интеллектуальную, эмоциональную, личностную, социальную, духовную стороны его

проявления. В реализации программы требуется обязательное участие студентов, структурных подразделений, организаций Университета и специалистов различных направлений деятельности.

Комплексная программа содержит три раздела: информационно-образовательный (предусматривает разработку и внедрение программ, лекториев, круглых столов, конференций, семинаров и тренингов, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, формирования культуры здоровья, подготовки и размещение информации на сайте университета); социально-бытовой (мероприятия по созданию здоровьесберегающих условий учебы и быта, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям техники безопасности, оптимизация учебной нагрузки создание возможности занятий физической культурой и спортом, развитие и совершенствование материально-технической базы спортивного комплекса университета, общежитий); медико-профилактический (направлен на совершенствование системы профилактики, своевременного выявления и лечения соматических заболеваний, проведение комплексного мониторинга здоровья и социальной адаптации студентов с анализом факторов негативного влияния и разработкой мер профилактики, оказание психологической помощи, совершенствование материально-технической базы студенческого санатория-профилактория, медицинского пункта, улучшение организации питания). При организации и проведении мероприятий программы учитывается, что совершенствование валеологического мировоззрения студентов на современном этапе происходит в условиях широкого распространения нездорового образа жизни среди всего населения. Не менее важными в комплексной программе считаются мероприятия, направленные на становление и развитие духовно-нравственных качеств личности студента. Установлено, что люди, придерживающиеся в жизни нравственных принципов, обнаруживают повышенные адаптационные резервы здоровья, психики, иммунореактивности, гармоничные показатели душевного и физического здоровья по сравнению с лицами, не придерживающимися указанных принципов.

В целом программа «Здоровье студентов 2014-2017 гг.» направлена на формирование культуры здоровья и создание здоровьесберегающей среды, которая максимально отвечает своеобразию образовательного процесса в медицинском университете и условиям жизни студентов, а также системы контроля, сохранения и коррекции их состояния здоровья.