Міністерство охорони здоров'я України
Вищий державний навчальний заклад України
«Українська медична стоматологічна академія»

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ: Том 15, Випуск 2 (50) 2015

ВІСНИК Української медичної стоматологічної академії

НАУКОВО-ПРАКТИЧНИЙ ЖУРНАЛ Заснований в 2001 році

Виходить 4 рази на рік

Зміст

Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю
«Суспільство і медицина: діалог в умовах євроінтеграції»
(м.Полтава, 1-2 жовтня 2015 року)

Безкоровайна І.М., Ряднова В.В., Воскресенська Л.К., Наконечний Д.О. 4
ЛІКУВАННЯ ПОРУШЕНЬ АКОМОДАЦІЙНОЇ ФУНКЦІЇ У СТУДЕНТІВ МЕДИЧНОГО ВУЗУ НА ФОНІ КОМП'ЮТЕРНОГО НАВАНТАЖЕННЯ

Боброва Н.О., Ананьєва М.М., Звягольська І.М., Басараб Я.О., Лобань Г.А. 8
СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ПРОЦЕС НАВЧАННЯ

Бойко Д.М., Бойко М.Г., Бойко О.С., Чорнуха В.Л., Хрищук В.О. 13
СТАН ПРОБЛЕМИ ТЮТЮНОПАЛІННЯ СЕРЕД СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ

Знагован С. Ю., Приземина И. Н., Ладыш И. А. 17
АНАЛИЗ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ С ВРЕМЕННОЙ УТРАТОЙ ТРУДОСПОСОБНОСТИ ПРИ СОВМЕСТНОМ ПРИМЕНЕНИИ СУБД ACCESS И ПРОГРАММЫ STATISTICA

Капустянська А.А., Моісєєва Н.В., Вахненко А.В., Рябушко М.М., Островська Г.Ю. 22
ПЕРСПЕКТИВИ ІНТЕГРАЦІЇ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА ІНТЕРАКТИВНИХ ЕЛЕМЕНТІВ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС З КЛІНІЧНОЇ ФАРМАКОЛОГІЇ

Kostenko V. G. 26
ESP TEXTBOOKS FOR MEDICAL STUDENTS DEVELOPED IN AND OUT OF THE LOCAL SITUATION: PROS AND CONTRAS

Лобань Г.А., Зачепило С.В., Коваленко Н.П., Ганчо О.В., Комишан І.В. 30
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ЯК ЗАПОРУКА СУСПІЛЬНОГО ТА ЕКОНОМІЧНОГО РОЗВИТКУ ДЕРЖАВИ

Малахова С.М. 33
РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ПОГЛИБЛЕНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ПІДЛІТКІВ

Мірошниченко В. Г. 36
МЕДИЦИНА У РАННЬОСЕРЕДНЬОВІЧНІЙ МОНАСТИРСЬКІЙ КУЛЬТУРІ (V-XI СТОЛІТТЯ)

Свінцицька Н.Л., Шерстюк О.О., Устенко Р.Л., Рогуля В.О., Пілюгін А.В., Білаш В.П. 39
РОБОТА У СТУДЕНТСЬКОМУ НАУКОВОМУ ТОВАРИСТВІ – ПЕРША ЛАНКА У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ СУЧАСНОГО ЛІКАРЯ

Тарасенко К.В., Громова А.М., Нестеренко Л.А., Мамонтова Т.В. 43
РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ВАГІТНИХ З НАДМІРНОЮ ВАГОЮ ТІЛА ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Тарасенко Л.М., Непорада К.С., Омельченко О.Є., Білець М.В., Цубер В.Ю. 46
СИСТЕМАТИЧНА САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТА – ЗАПОРУКА ПІДГОТОВКИ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНОГО ЛІКАРЯ

Треумова С.І., Петров Є.Є., Боряк В.П. 49
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Шевченко В.В. 54
ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ СТВОРЕННЯ ТА СТАНОВЛЕННЯ МІЖНАРОДНОГО ГУМАНІТАРНОГО ПРАВА

СТОМАТОЛОГІЯ

Желнин Е.В. **57**
РОЛЬ ПОЛИМОРФИЗМОВ ГЕНОВ IL-1B И TNFRSF11B В РАЗВИТИИ ХРОНИЧЕСКОГО ПЕРИОДОНТИТА

Лобач Л.М., Шундрик М.А., Ткаченко І.М., Марченко І.Я. **62**
ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ОСТЕОПЛАСТИЧНОГО МАТЕРІАЛУ ТРАПЕКС-ГЕЛЮ ПРИ ЛІКУВАННІ ХРОНІЧНОГО ГРАНУЛЮЮЧОГО ТА ГРАНУЛЬОМАТОЗНОГО ПЕРІОДОНТИТІВ

Скрипник В. М. **65**
ГЕН ЕЛАСТИНУ ВИЗНАЧАЄ СХИЛЬНІСТЬ ДО УТВОРЕННЯ ПАТОЛОГІЧНИХ РУБЦІВ

Стебловский Д.В. **69**
БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА КОЖИ СОСЦЕВИДНОЙ ОБЛАСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ КОСМЕТИЧЕСКОЙ ОТОПЛАСТИКИ И РИТИДЭКТОМИИ

Череда В.В., Петрушанко Т.О. **74**
ЗАСТОСУВАННЯ НОВИХ ДІАГНОСТИЧНИХ МЕТОДІВ У ПРОГНОЗУВАННІ РИЗИКУ ВИНИКНЕННЯ ЗАПАЛЬНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ПАРОДОНТА

Яценко О.И., Рыбалов О.В., Черевко Ф.А. **79**
АНАТОМИЧЕСКАЯ АСИММЕТРИЯ НИЖНЕЙ ЧЕЛЮСТИ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЖЕВАТЕЛЬНЫХ МЫШЦ У ЛИЦ С ГЛУБОКИМ РЕЗЦОВЫМ ПЕРЕКРЫТИЕМ

КЛІНІЧНА МЕДИЦИНА

Безкоровайна І.М., Стебловська І.С. **83**
ЗМІНИ МОРФОЛОГІЇ СІТКІВКИ У ПАЦІЄНТІВ З ДЕГЕНЕРАТИВНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ

Васько Л.М. **86**
СПІРАЛЬНА КОМП'ЮТЕРНА ТОМОГРАФІЯ В ОЦІНЦІ ЕФЕКТИВНОСТІ НЕОАД'ЮВАНТНОГО ХІМІОПРОМЕНЕВОГО ЛІКУВАННЯ МІСЦЕ ВОПОШИРЕНОГО РАКУ ПРЯМОЇ КИШКИ.

Жукова Т.О., Сулиз Т.О. **89**
ОБГРУНТУВАННЯ ПЕРЕВАГ ОПРОМІНЕННЯ В РЕЖИМІ МУЛЬТИФРАКЦІЇ НАД ТРАДИЦІЙНИМ ЗА ПОКАЗНИКАМИ ЯКОСТІ ЖИТТЯ

Заїкіна Т.С., Цівенко В.М., Глєбова О.В., Сапричова Л.В., Леонідова В.І. **93**
ДИНАМІКА МАРКЕРІВ ПОШКОДЖЕННЯ ЕНДОТЕЛІЮ – SVE-КАДГЕРИНУ, SCD40-ЛІГАНДУ ТА ФАКТОРУ ВІЛЛЕБРАНДА У ХВОРИХ НА ГОСТРИЙ ІНФАРКТ МІОКАРДА З СУПУТНІМ ЦУКРОВИМ ДІАБЕТОМ 2 ТИПУ

Павліченко П.П., Попов В.Д. **97**
МЕТОДИ ДІАГНОСТИКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ПРОФЕСІЙНИХ СПОРТСМЕНІВ В РІЗНИХ УМОВАХ

Мельникова С.В. **104**
ИЗУЧЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ВЕГЕТАТИВНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ В СОЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ «СТУДЕНТЫ-ПСИХОЛОГИ»

Палєнка О.Є., Литвиненко Н.В., Кривчун А.М. **109**
КЛІНІКО-ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ ДИСЦИРКУЛЯТОРНОЇ ЕНЦЕФАЛОПАТІЇ ПРИ ОЖИРІННІ

Попруга А.О. **113**
ГЕНДЕРНІ ТА ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ КЛІНІЧНОГО ПЕРЕБІГУ ЦУКРОВОГО ДІАБЕТУ 2 ТИПУ У ПОЄДНАННІ З ІШЕМІЧНОЮ ХВОРОБОЮ СЕРЦЯ

Приступа Л.Н, Псарьова О.В **118**
ВПЛИВ ГІПОЛІПІДЕМІЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ВМІСТ МАРКЕРІВ ЗАПАЛЕННЯ У ХВОРИХ НА ІШЕМІЧНУ ХВОРОБУ СЕРЦЯ ЗАЛЕЖНО ВІД ГЕНОТИПУ Є2/Є3/Є4 – ПОЛІМОРФІЗМУ ГЕНА АПОЛІПОПРОТЕЇНУ Е ТА МАСИ ТІЛА

Приходько Н.П., Гопко О.Ф. **123**
ОЦІНКА ЯКОСТІ ЖИТТЯ У ПАЦІЄНТІВ З ХРОНІЧНИМ ОБСТРУКТИВНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ ЛЕГЕНЬ В ПОЄДНАННІ З КАРДІОВАСКУЛЯРНОЮ ПАТОЛОГІЄЮ

Прихідько Р.А. **127**
ПРОГНОЗУВАННЯ РОЗВИТКУ ГНІЙНО-ЗАПАЛЬНИХ УСКЛАДНЕНЬ ПРИ ГОСТРІЙ ІНТРААБДОМІНАЛЬНІЙ ПАТОЛОГІЇ

Пурденко Т.Й. **130**
ТЕРАПЕВТИЧНІ МОЖЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ПСИХОВЕГЕТАТИВНИХ РОЗЛАДІВ ПРИ ДИСЦИРКУЛЯТОРНІЙ ЕНЦЕФАЛОПАТІЇ

Руснак І.Т. **135**
ОСОБЛИВОСТІ ЕЛЕКТРО- ТА ЕХОКАРДІОГРАФІЧНИХ ПРОЯВІВ ГІПЕРТРОФІЇ ЛІВОГО ШЛУНОЧКА, ВІКОВІ АСПЕКТИ

Русин В.І., Болдіжар П.О., Лопіт В.М., Сірчак С.С., Краснопольська О.С. **138**
ОСОБЛИВОСТІ ХІРУРГІЧНОЇ ТЕХНІКИ ПРИ ГОСТРОМУ ВАРИКОТРОМБОФЛЕБІТІ ПРИТОК МАЛОЇ ПІДШКІРНОЇ ВЕНИ

Рябушко Р.М. **142**
УСКЛАДНЕННЯ ВЕНЕКТОМІЙ У ХВОРИХ ІЗ ТРОФІЧНИМИ ВИРАЗКАМИ НИЖНІХ КІНЦІВОК ВЕНОЗНОГО ГЕНЕЗУ

Сем'янчук В.Б. **145**
ПОШИРЕНІСТЬ ПРОЯВІВ НЕДИФЕРЕНЦІЙОВАНОЇ ДИСПЛАЗІЇ СПОЛУЧНОЇ ТКАНИНИ У ДІТЕЙ ПРИКАРПАТТЯ, ХВОРИХ НА БРОНХІАЛЬНУ АСТМУ

Слабкий Г.О., Знаменська М.А. **150**
ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОФІЛАКТИЧНОЇ РОБОТИ ЛІКАРЯМИ ЗАГАЛЬНОЇ ПРАКТИКИ-СІМЕЙНИМИ ЛІКАРЯМИ

Хорош М.В. **156**
СЕРЦЕВО-СУДИННА ЗАХВОРЮВАНІСТЬ, ЯК СКЛАДОВА НЕІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ТА ФАКТОРИ РИЗИКУ КАДІОЛОГІЧНОЇ ПАТОЛОГІЇ МІСТО ПОЛТАВА

Чернявська Ю.І. 164
ОПТИМІЗАЦІЯ ЛАБОРАТОРНОЇ ДІАГНОСТИКИ РАННЬОГО СЕПСИСУ У ПЕРЕДЧАСНО НАРОДЖЕНИХ ДІТЕЙ

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА МЕДИЦИНА ТА МОРФОЛОГІЯ

Гринь И. В., Звягинцева Т. В. 171
ВЛИЯНИЕ МАЗИ ТИОТРИАЗОЛИНА С НАНОЧАСТИЦАМИ СЕРЕБРА НА СОДЕРЖАНИЕ IL-1B И TNF-A В СЫВОРОТКЕ КРОВИ И ОЧАГЕ ПРИ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОМ ТЕРМИЧЕСКОМ ОЖОГЕ

Ковтун А.М. , Макаренко О.М., Бібікова В.М 176
ВПЛИВ ЗАСОБУ МІТОХОНДРИНУ (М2) НА ГЛІАЛЬНУ СИСТЕМУ СЕНСОМОТОРНОГО ЦЕРЕБРОКОРТЕКСУ ДОСЛІДНИХ ЩУРІВ ІЗ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО ВІДТВОРЕННИМ ГОСТРИМ ГЕМОРАГІЧНИМ ІНСУЛЬТОМ

Кузнецова Т.Ю., Соловйова Н.В., Міщенко А.В. 187
МОДЕЛЮВАННЯ ВПЛИВУ ВОДНОГО СЕРЕДОВИЩА НА МЕХАНІЗМ ВЗАЄМОДІЇ МОЛЕКУЛИ ГЛУТАТІОНУ ІЗ ВІЛЬНИМИ РАДИКАЛАМИ КИСНЮ

Нагорняк І.В., Костенко В.О. 191
РОЛЬ АРГІНАЗИ У МЕХАНІЗМАХ ПОРУШЕНЬ ВІЛЬНОРАДИКАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ ТА ФУНКЦІЇ СЛИННИХ ЗАЛОЗ ЩУРІВ ЗА УМОВ ДІЇ МЕТИЛОВОГО ЕФІРУ МЕТАКРИЛОВОЇ КИСЛОТИ

Николаенко Т.В., Гарманчук Л.В., Макаренко А.Н., Сараева И.В., Петрук Н.А., Джус Е.И., Никулина В.В., Ступак Ю.А. 194
КОРРЕКЦИЯ УРОВНЯ БИЛИРУБИНА И ГЛЮКОЗЫ АНТИИНСУЛЬТНЫМИ СРЕДСТВАМИ КАК МЕХАНИЗМ НОРМАЛИЗАЦИИ СОСУДИСТОЙ ДИСФУНКЦИИ ПРИ ГЕМОРРАГИЧЕСКОМ ИНСУЛЬТЕ

Саркисян Е. Г. 198
ФОРМА И МИКРОСКОПИЧЕСКОЕ СТРОЕНИЕ КОРЕННЫХ ЗУБОВ КРОЛИКА И КРЫСЫ

Сербін С.І 203
ТОПОГРАФО-АНАТОМІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЛОБОВОЇ ПАЗУХИ ЛЮДЕЙ ЗРІЛОГО ВІКУ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ТИПУ БУДОВИ ГОЛОВИ (ЧЕРЕПА) ТА СТАТІ

Талаш В.В., Костенко В.О. 208
ВПЛИВ СКЕВЕНДЖЕРУ ПЕРОКСИНІТРИТУ L-СЕЛЕНОМЕТІОНІНУ НА ПАТОГЕНЕЗ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО МЕТАБОЛІЧНОГО СИНДРОМУ

Шевченко Ю.С. 212
ПОЗИТИВНИЙ ЕНЕРГЕТИЧНИЙ БАЛАНС ПРИЗВОДИТЬ ДО ПІДВИЩЕННЯ МАСИ ТІЛА У МОЛОДИХ ОСІБ

ГУМАНІТАРНІ ПРОБЛЕМИ МЕДИЦИНИ ТА ПИТАННЯ ВИКЛАДАННЯ У ВИЩІЙ МЕДИЧНІЙ ШКОЛІ

Макаренко О.В. 219
ВИКОРИСТАННЯ ХМАРО ОРІЄНТОВАНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ

Тітова А.В. 224
МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МУЗИКОТЕРАПІЇ У ВИЩІЙ ШКОЛІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА УСПІШНІСТЬ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ

Чернюк Н.В. 228
ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ ПРИ ВИВЧЕННІ ВНУТРІШНЬОЇ МЕДИЦИНИ, КЛІНІЧНОЇ ІМУНОЛОГІЇ ТА АЛЕРГОЛОГІЇ У ВИЩИХ МЕДИЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

ОГЛЯДИ ЛІТЕРАТУРИ

Акимов О.Е. 232
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПОИСКУ ПРЕПАРАТОВ ДЛЯ ДЕЗИНТОКСИКАЦИОННОЙ ТЕРАПИИ ПРИ ХРОНИЧЕСКОЙ ИНТОКСИКАЦИИ НИТРАТАМИ И ФТОРИДАМИ

Скотаренко Т. А. 237
СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН НАДНИРНИКІВ В НОРМІ, ПРИ ГОСТРОМУ ЗАПАЛЕННІ ТА МОЖЛИВОСТІ ВПЛИВУ НА НИХ ФЕТОПЛАЦЕНТАРНИХ ТКАНИН

Стоєва Т.В. Прохорова С.В., Копійка Г.К., Годлевська Т.Л., Бурмус І.В. 242
ПРОЯВИ ТА ПРИНЦИПИ ТЕРАПІЇ КАРДІО – ВАСКУЛЯРНОЇ ПАТОЛОГІЇ

У ДІТЕЙ З ДИСПЛАЗІЄЮ СПОЛУЧНОЇ ТКАНИНИ

71% of cases (104 patients), and was more pronounced in the groups with hyperopia and astigmatism in 100% and in 91% of the test subjects respectively and less marked in the groups with myopia and emmetropia, in 53% of cases and 47% of cases respectively. After the completion of the accommodation exercises course by using «BREEZE» vision stimulating apparatus, the parameters of relative accommodation reserve increased in the groups of the students with emmetropia, myopia and astigmatism, except of mixed, on the average by 3,4 ± 0,1D (p <0,01); 3,2 ± 0,01D (p <0,01) and 2,3 ± 0,1D (p <0,01) respectively, the parameters were observed as unchanged in the group with hypermetropia. After the course of therapy by the apparatus "Rucheek" in combination with a set of eye exercises the parameters changed to a greater extent in the groups of students with emmetropia, to 2,7 ± 0,09D (p <0,01), with myopia to 2,0 ± 0, 04D (p <0,05) and to a lesser degree in the group with astigmatism and hyperopia, to 0,4 ± 0,01D (p> 0,05).

УДК 371.71+613.865:313(083.41)+616-084

Боброва Н.О., Ананьєва М.М., Звягольська І.М., Басараб Я.О., Лобань Г.А.

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ПРОЦЕС НАВЧАННЯ

ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія» м. Полтава

Аналіз сучасного стану здоров'я населення України свідчить про реальну загрозу життю людей. Особливе занепокоєння викликає здоров'я молоді – майже 90% якої мають відхилення фізичних показників здоров'я. Метою дослідження є аналіз способу життя студентів, виявлення факторів та причини, які впливають на погіршення стану здоров'я студентів. Розроблено анкету, питання якої детально відображають ставлення студентів до здорового способу життя, дозволяють критично оцінити свій спосіб життя, висловити свої побажання стосовно оздоровчих заходів. Проведено аналіз опитування 523 осіб віком 18-20 років (216 юнаків та 307 дівчат). Встановлено, що основними чинниками, які впливають на якість навчання студентів, є виснаженість та «синдром хронічної втоми», стрес в умовах навчання, порушення режиму харчування. Таким чином, проведене дослідження дає змогу привернути увагу студентської молоді до проблеми здорового способу життя та знайти шляхи покращення успішності навчання і зміцнення здоров'я студентів.

Ключові слова: студенти, здоровий спосіб життя, стан здоров'я, чинники ризику, профілактика, якість навчання, анкетування.

Вступ

У проекті Національної стратегії побудови нової системи охорони здоров'я в Україні на період 2015-2025 рр. оголошено низку принципових позицій та ціннісних орієнтирів у ставленні до здоров'я: «...Відповідальність за здоров'я – це у першу чергу індивідуальна відповідальність. Держава може забезпечити тільки популяційні інтервенції... . Однак вона не може забезпечити індивідуальне здоров'я. Здоров'я – це невід'ємне людське право. Ним розпоряджається людина...» [1]. Тобто, стан здоров'я людини залежить не тільки від зовнішніх умов – соціальних і економічних факторів довкілля, а у першу чергу від його власного ставлення до свого здоров'я.

Аналіз сучасного стану здоров'я населення України свідчить про реальну загрозу життю людей. Свідченням про це є загальна і демографічна ситуація в Україні, яка характеризується високим рівнем смертності. Особливе занепокоєння викликає здоров'я молоді, майже 90% якої мають відхилення фізичних показників здоров'я [2-4].

«Бережи здоров'я змолоду...» – цей вислів протягом століть повинен бути програмою збереження життя, важливою умовою оздоровлення суспільства. Сучасна молодь досить легковажно ставиться до стану свого здоров'я, не усвідомлює переваги ведіння здорового способу життя, нехтує багатьма загрозами, а деякі звички взагалі не вважає шкідливими [5,6]. Студенти медичних вузів, як майбутні лікарі, з найбільшою мірою відповідальності повинні усвідомлювати важливість проблеми збереження здоров'я і починати вони повинні, у першу чергу, з самих себе. Мотивацією до здорового способу життя (ЗСЖ) у студентів-медиків у процесі навчання є формування їх готовності до організації здорової життєдіяльності у подальшій професійній сфері. Коли під час занять на клінічних кафедрах, проходження практики у лікувальних закладах при спілкуванні з хворими студенти бачать страждання людей, до них приходить розуміння, що здоров'я – це найбільша життєва цінність, яку не можна замінити ніякими матеріальними благами. Тому збереження і підтримка здоров'я, як власного, так і чужого, безпосередньо пов'язані з моральною і фізичною поведінкою студента, фахівця. Таким чином, міра усвідомлення важливості ЗСЖ студентами, як міра відповідальності майбутніх лікарів за своїх пацієнтів, має пряме відображення на результатах процесу навчання [7-9,11-13].

Мета дослідження

Проаналізувати спосіб життя студентів за такими складовими: ставлення до здорового способу життя, наявність шкідливих звичок, обізнаність з питань дотримання ЗСЖ. Виявити фактори та причини, які впливають на погіршення стану здоров'я студентів.

Матеріал та методи дослідження

Нами розроблено анкету, питання якої детально відображають ставлення студентів до ЗСЖ, ступінь дотримання або не дотримання режиму дня та харчування. Анкета дозволяє респонденту критично оцінити свій спосіб життя, замислитися над шляхами поліпшення свого стану здоров'я, висловити свої побажання стосовно оздоровчих заходів.

Анкетування проводили з 23 березня по 6 квітня 2015 р. серед студентів ІІ курсу медичного та стоматологічного факультетів ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія». Проведено аналіз опитування 523 осіб віком 18-20 років (216 юнаків та 307 дівчат). Анкета заповнювалась студентами самостійно та була анонімною. Результати розраховані у відсотках та відображені у таблицях 1-7.

Результати та їх обговорення

Було опитано 523 осіб. У відсотковому відношенні це: 41 % – юнаків та 58,7 % – дівчат.

Як свідчать відповіді на запитання «Як Ви оцінюєте рівень свого здоров'я» (табл. 1), відмінно почуваються 24% юнаків проти 16% дівчат, добре – 52,5% юнаків та 50,7 % дівчат, задовільно – 21,5% юнаків проти 29,7% дівчат. Тобто більша частина респондентів (майже 51,6 %) оцінюють стан свого здоров'я на добре. Своє здоров'я як «відмінне» характеризують 24% юнаків, як «задовільне» - 29,7% дівчат.

Поганим своє здоров'я вважає більше дівчат – 3,7% проти 1,5% юнаків. І тільки один юнак оцінює своє здоров'я як дуже погане.

Тобто доволі великий загальний відсоток (25,6%) відповідей «задовільно» свідчить, що у молоді переважають можливі хронічні захворювання або присутня хронічна перевтома.

Основні причини погіршення свого здоров'я студенти вбачають (табл. 2): у неправильному харчуванні – 78% юнаків та 64,7% дівчат (71,4% – загальний процент) та шкідливому впливі стресу в умовах навчання – 65% юнаків та 76,7% дівчат (70,9% – загальний процент).

Таблиця 1

Розподіл відповідей на запитання «Як Ви оцінюєте рівень свого здоров'я?»

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
Відмінно	48	24	48	16	20
Добре	105	52.5	152	50,7	51,6
Задовільно	43	21,5	89	29,7	25,6
Погано	3	1,5	11	3,7	2,6
Дуже погано	1	0,5	–	–	0,25

Таблиця 2

Розподіл відповідей на запитання «Яка, на Вашу думку, причина погіршення здоров'я?»

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
Безвідповідальне ставлення до свого здоров'я	100	50	120	40	45
Вплив стресу в умовах навчання	130	65	230	76,7	70,9
Неправильне харчування	156	78	194	64,7	71,4
Малорухливий спосіб життя	71	35,5	124	41,3	38,4
Шкідливі звички	118	59	111	37	48
Забруднення навколишнього середовища	87	43,5	198	66	54,8
Спадковість	44	22	42	14	18
Відсутність профілактичних заходів безпеки	30	15	51	17	16
Інші причини (тривала робота за комп'ютером)	68	34	112	37,7	35,9

Шкідливі звички псують здоров'я більшості юнаків – 59%, а малорухливий спосіб життя більшості дівчат – 41,3%. Алкоголь вживають більше юнаків (рідко – 58%, часто – 8,5%), а дівчата: (рідко – 48%, часто – 3,3%). Тобто рідко вживають алкоголь 53,2% опитаних, це більше половини респондентів. Загрозою здоров'ю вважають забруднення навколишнього середовища 43,5% юнаків та 66% дівчат (55% – загальний процент), та безвідповідальне ставлення до свого здоров'я – 50% юнаки та 40% дівчата (45% – загальний процент). Серед інших причин – тривала робота за комп'ютером – 35,7% (загальний процент), та відсутність профілактики – 16% (загальний процент). Тобто, на думку студентів, на погіршення стану їх здоров'я впливає саме ефективність процесу навчання та порушення режиму харчування (табл. 2,3,4).

Таблиця 3

Розподіл відповідей на запитання «Чи дотримуєтесь Ви режиму на протязі дня?» (ранкова гімнастика; сніданок; навчання; прийом їжі (обід); відпочинок; підготовка до наступних занять; вечеря; нічний сон (7-8 годин))

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
Завжди	28	14	50	16,7	15,4
Частіше дотримуюсь	64	32	92	30,7	31,4
Інколи дотримуюсь	80	40	144	48	44
Ніколи	28	14	14	4,7	9,4

Таблиця 4
Розподіл відповідей на запитання «Які шкідливі звички ви маєте?»

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
Куріння	70	35	50	16,7	25,9
Вживання алкоголю (рідко)	116	58	145	48,3	53,2
Вживання алкоголю (часто)	17	8,5	10	3,3	5,9
Інші	9	4,5	17	5,7	5,1

Таблиця 5
Розподіл відповідей на запитання «Які заходи для укріплення свого здоров'я ви здійснюєте?»

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
Загартовування	46	23	34	11,3	17,5
Заняття фізкультурою, спортом	152	76	170	56,7	66,4
Правильне та корисне харчування	92	46	126	42	44
Імунопрофілактика	–	–	–	–	–
Мої особисті заходи *	3	1,5	19	6,3	3,9
Не роблю нічого спеціально	18	9	55	18,3	13,6

** вживання вітамінів*

Для зміцнення свого здоров'я більшість молодих людей (66,4% – загальний процент) використовують заняття фізкультурою і спортом: 76% юнаків та 56,7% дівчат, та велику увагу приділяють корисному та своєчасному харчуванню: 46% юнаків та 42% дівчат (44% – загальний процент). Але решта (майже 40% опитаних) веде малоактивний спосіб життя та більше половини опитаних неякісно та не своєчасно харчуються. Невеликий процент дівчат – 6,3% та ще менший юнаків – 1,5% віддають перевагу вживанню вітамінів. Опитані студенти не застосовують імунопрофілактику, 13,6% опитаних взагалі нічого не роблять для поліпшення свого здоров'я (табл. 5).

На питання «З яких джерел отримуєте інформацію з питань збереження здоров'я?» респонденти майже одностайно виділяють засоби масової інформації: 74% юнаків та 76% дівчат (75% – загальний процент). На другому місці – вплив родини: 64% юнаків, 58,7% дівчат (61,35% – загальний процент). Цікаво, що з лекцій про ЗСЖ дізнається більшість дівчат – 40%, порівняно з юнаками – всього 27%. Це свідчить, що загалом дівчата більш уважні на лекціях, практичних і лабораторних заняттях та краще сприймають інформацію. Від лікарів дізнається про оздоровлення тільки 29% опитаних і 5% не цікавиться проблемою зміцнення здоров'я взагалі (табл. 6).

Таблиця 6
Розподіл відповідей на запитання «З яких джерел переважно Ви отримуєте інформацію з питань збереження та зміцнення здоров'я?»

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
З лекцій на заняттях	54	27	120	40	33,5
З засобів масової інформації	148	74	228	76	75
Від сімейного лікаря, або інших лікарів	46	23	104	34,7	28,8
Від членів родини (мама, батько, родичі)	128	64	176	58,7	61,4
Не цікавлюсь взагалі	16	8	9	3	5,5

Таблиця 7
Розподіл відповідей на запитання «Які заходи, на Вашу думку, необхідно розробити системі охорони здоров'я для поліпшення здоров'я населення?»

Варіанти відповіді	юнаки		дівчата		заг.
	абс.	%	абс.	%	%
Більше пропагувати здоровий спосіб життя у засобах масової інформації	101	50,2	124	41,3	45,8
Заборонити рекламування цигарок та алкоголю	120	60	188	62,7	61,4
Підвищити поінформованість населення про різні небезпечні хвороби та їх наслідки	110	55	166	55,3	55,2
Підвищити надання інформації та рекомендацій щодо профілактики захворювань на прийомах у лікувальних закладах	111	55,5	130	43,3	49,4
Забезпечувати профілактичні заходи у періоди епідемій	118	59	187	62,3	60,6
Забезпечити наявність та доступність профілактичних та лікарських препаратів	119	59,5	189	63	61,3
Забезпечити доступну вакцинацію	78	39	72	24	31,5
Мої особисті побажання	24	12	10	3,3	7,6

Заслуговують на увагу, на наш погляд, відповіді на запитання «Які заходи, на Вашу думку, необхідно розробити системі охорони здоров'я для поліпшення здоров'я населення?» (табл. 7). Як майбутні лікарі, студенти дуже активно висловили свої пропозиції та побажання що до заходів з поліпшення здоров'я населення. Більшість респондентів (61,4%), як юнаки так і дівча-

та, пропонують заборонити рекламування цигарок та алкоголю, а багато хто висловив думку про заборону цих видів шкідливої продукції взагалі або про значне підвищення цін на неї. Забезпечити профілактичні заходи у періоди епідемій та наявність, а головне цінову доступність профілактичних та лікарських препаратів рекомендують 59% юнаків та 63% дівчат. Загалом, 55,2% опитаних вважають за необхідне підвищити поінформованість населення про небезпечні хвороби та їх наслідки, 45,8% пропонують пропагувати здоровий спосіб життя. Із особистих пропозицій: 12% юнаків та 3,3% дівчат пропонують надати можливість безкоштовно займатися спортом та організовувати повноцінний медичний огляд студентів (табл.7).

Висновки та пропозиції

Проведене дослідження дало змогу з'ясувати загальну картину усвідомлення студентською молоддю ставлення до свого здоров'я, значення ЗСЖ в їх соціумі. Встановлено, що складові способу життя є майже спільними як у юнаків, так і у дівчат. Звертає увагу той факт, що велика кількість студентів (майже 71%) скаржаться на шкідливий вплив стресу в умовах навчання та порушення режиму харчування. Тобто студентам «бракує часу» на відпочинок, повноцінний сон та раціональне харчування. Таким чином, виснаженість та «синдром хронічної втоми» – це основні причини, які за даними опитування впливають на якість навчання студентів. Але оптимістичним є той факт, що майбутні лікарі розуміють діючий ефект зазначених чинників та усвідомлено обирають шляхи подолання наслідків їх негативного впливу на якість життя і здоров'я. Про це свідчать надані студентами пропозиції щодо досягнення ЗСЖ (60%). Таким чином, ми вважаємо проведене дослідження ефективним, бо воно дало змогу привернути увагу студентської молоді до проблем здорового способу життя та знайти шляхи покращення успішності навчання і зміцнення здоров'я студентів.

Література

1. Про Національну стратегію побудови нової системи охорони здоров'я в Україні: ключові моменти // Здоров'я України. – 2015. – № 3 (352). – С. 25.
2. Шекера О.Г. Охорона здоров'я – найважливіша складова державної політики України / О.Г. Шекера, Н.В. Медведовська, Д.В. Мельник // Сімейна медицина. – 2014. – № 2. – С. 10–14.
3. The world health report 2012: a safer future: global public health security in the 21st century. – Geneva : WHO, 2013. – 72 p.
4. Лисак В.П. Характеристика медико-демографічної ситуації в Полтавській області / В.П. Лисак ; Головне упр. охорони здоров'я Полтавської ОДА // Вісник проблем біолог. і мед. – 2011. – Вип. 2, т. 1. – С. 89–93.
5. Лукьяненко В.Б. Формирование культуры здоровья нации / В.Б. Лукьяненко, Н.В. Цветкова, А.Н. Давиденко // Рос. стоматол. журнал. – 2012. – № 3. – С. 54–55.
6. Проблеми формування здорового способу життя молоді: Матеріали III Всеукр. наук.-практичн. конференції студентів, магістрантів та аспірантів / заг. ред. Сіренко Р.Р. – Львів : Видав. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2011. – 493 с.
7. Отношение студентов к здоровому образу жизни / Н.И. Белова, С.П. Бурцев, Е. А. Воробцова, А.М. Мартыненко // Проблемы соц. гигиены, здравоохран. и истории мед. – 2006. – № 1. – С. 14–15.
8. Формування здорового способу життя студентів-медиків засобами освіти : матеріали Всеукр. навч.-метод. конф., (Полтава, 27 січ. 2011 р.): [у 2-х ч.] / [редкол.: В. М. Ждан, В. М. Бобирьов, О. В. Шешукова та ін.] ; МОЗУ ; УМСА. – Полтава, 2011. – 134 с.
9. Бідучак А.С. Ставлення медичних працівників до здорового способу життя / А.С. Бідучак // Буковин. мед. вісник. – 2014. – Т. 18, № 1. – С. 178–181.
10. Изучение образа жизни, состояния здоровья и успеваемости студентов при интенсификации образовательного процесса / Н.А. Агаджанян, Т.Ш. Миннибаев, А.С. Северин [и др.] // Гигиена и санитария. – 2005. – № 3. – С. 48–52.
11. Кожевникова Н.Г. Питание студентов: гигиеническая оценка и пути оптимизации / Н.Г. Кожевникова // Мед. помощь. – 2009. – № 3. – С. 7–9.
12. Микиртичан Г.Л. Будущие педиатры: состояние здоровья и образ жизни / Г.Л. Микиртичан, С.Л. Акимова, А.З. Лихтшангоф // Вопросы практич. педиатрии. – 2012. – Т. 7, № 2. – С. 25–29.
13. Smoking among university students: Is education important? / Chkhaidze Ivane, Maglakelidze Nino, Maglakelidze Tamaz, Paata Gvetadze, Tamaz Lobzhanidze // Аллергология и иммунология. – 2012. – Т. 13, № 3. – С. 233–235.
14. Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи / [за ред. М. Лук'янченка, В. Куриш, Ю. Мігасєвіча, А. Магльованого]. – Дрогобич : Швидкодрук, 2009. – 552 с.
15. Огнєв В.А. Соціально-психологічні особливості способу життя студентів і їх вплив на здоров'я / В.А. Огнєв, Н.О. Галічева, К.М. Сокол [та ін.] // Експериментальна і клінічна медицина. – 2012. – № 1 9540. – С. 164–169.
16. Ушаков И.Б. Современные проблемы качества жизни студентов / И.Б. Ушаков, Н.В. Соколова // Гигиена и санитария. – 2007. – № 2. – С. 56–58.
17. Янченко С.М. Нормативно-правові аспекти формування здорового способу життя населення України / С.М. Янченко// Правові аспекти. – 2005. – № 1. – С. 83–86.
18. Как быть здоровым (из зарубежного опыта обучения принципам здорового образа жизни) / пер. с англ. Е.А. Кретова. – М. : Медицина, 1990. – 239 с.

References

1. Pro Nazional'nu strategiyu pobudovi novoї sistemi ochoroni zdorov'ya v Ukraїni: klyuchovi momenti // Zdorov'ya Ukraїni. – 2015. – № 3 (352). – S. 25.
2. Shekera O.G. Ochorona zdorov'ya – nayvazhlivisha skladova derzhavnoї politiki Ukraїni / O.G. Shekera, N.V. Medvedovs'ka, D.V. Mel'nik // Simeyna medizina. – 2014. – № 2. – S. 10–14.
3. The world health report 2012: a safer future: global public health security in the 21st century. – Geneva : WHO, 2013. – 72 p.
4. Lisak V.P. Charakteristika mediko-demografichnoї situaziї v Poltavs'kiy oblasti / V.P. Lisak ; Golovne upr. ochoroni zdorov'ya Poltavs'koї ODA // Visnik problem biolog. i med. – 2011. – Vip. 2, t. 1. – S. 89–93.
5. Luk'yanenko V.B. Formirovanie kul'tury zdorov'ya nazii / V. B. Luk'yanenko, N. V. Zvetkova, A. N. Davidenko // Ros. stomatol. zhurnal. – 2012. – № 3. - 54–55.
6. Problemi formuvannya zdorovogo sposobu zhittya molodi: Materiali III Vseukr. nauk.-praktichn. konferenziї studentiv, magistrantiv ta aspirantiv / zag. red. Sirenko R. R. – L'viv: Vidav. zentr LNU im. I. Franka, 2011. – 493 s.
7. Belova N.I. Otnoshenie studentov k zdorovomu obrazu zhizni / N.I. Belova, S.P. Burzev, E.A. Vorobzova, A.M. Martynenko // Problemy soz. gigieny, zdravoochran. i istorii med. – 2006. – № 1. – S. 14–15.
8. Formuvannya zdorovogo sposobu zhittya studentiv-medikiv zasobami osviti: materiali Vseukr. navch.-metod. konf., (Poltava, 27 sich. 2011 r.): [u 2-ch ch.]/ [redkol. : V.M. Zhdan, V.M. Bobir'ov, O.V. Sheshukova ta in.]; MOZU ; UMSA. – Poltava, 2011. – 134 s.
9. Biduchak A.S. Stavlennya medichnich prazivnikiv do zdorovogo sposobu zhittya / A.S. Biduchak // Bukovin. med. visnik. – 2014. – T. 18, № 1. – S. 178–181.
10. Agadzhanyan N.A. Izuchenie obraza zhizni, sostoyaniya zdorov'ya i uspevaemosti studentov pri intensifikazii obrazovatel'nogo prozessa / N.A. Agadzhanyan, T. Sh. Minnibaev, A. S. Severin [i dr.] // Gigiena i sanitariya. – 2005. – № 3. – S. 48–52.
11. Kozhevnikova N. G. Pitanie studentov: gigienicheskaya ozenka i puti optimizazii / N.G. Kozhevnikova // Med. pomosch'. – 2009. – № 3. – S. 7–9.
12. Mikirtichan G.L. Buduschie pediatry: sostoyanie zdorov'ya i obraz zhizni / G.L. Mikirtichan, S.L. Akimova, A.Z. Lichtshangof //Voprosy praktich. pediatrii. – 2012. – T. 7, № 2. – S. 25–29.
13. Smoking among university students: Is education important? / Chkhaidze Ivane, Maglakelidze Nino, Maglakelidze Tamaz, Paata Gvetadze, Tamaz Lobzhanidze // Allergologia i immunologia. – 2012. – T. 13, № 3. – C. 233–235.
14. Realizaziya zdorovogo sposobu zhittya – suchasni pidchodi / [za red. M. Luk'yanchenka, V. Kurish, Yu. Migasevicha, A. Magl'ovanogo]. – Drogobich : Shvidkodruk, 2009. – 552 s.
15. Sozial'no-psichologichni osoblivosti sposobu zhittya studentiv i їch vpliv na zdorov'ya / V.A. Ognev, N.O. Galicheva, K.M. Sokol [ta in.] // Eksperimental'na i klinichna medizina. – 2012. – № 1 9540. – S. 164–169.

16. Ushakov I.B. Sovremennye problemy kachestva zhizni studentov / I.B. Ushakov, N.V. Sokolova // Gigiena i sanitariya. – 2007. – № 2. – S. 56–58.
17. Yanchenko S.M. Normativno-pravovi aspekti formuvannya zdorovogo sposobu zhittya naselennya Ukraïni / S.M. Yanchenko// Pravovi aspekti. – 2005. – № 1. – S. 83–86.
18. Kak byt' zdorovym (iz zarubezhnogo opyta obucheniya prinzipam zdorovogo obraza zhizni) / per. s angl. E.A. Kretova. – M. : Medizina, 1990. – 239 s.

Реферат

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ

Боброва Н.А., Ананьєва М.Н., Звягольская И.Н., Басараб Я.А., Лобань Г.А.

Ключевые слова: студенты, здоровый образ жизни, состояние здоровья, факторы риска, профилактика, успеваемость, анкетирование.

Анализ современного состояния здоровья населения Украины свидетельствует о реальной угрозе жизни людей. Особое беспокойство вызывает здоровье молодежи, почти 90% которой имеют отклонения в физических показателях здоровье. Целью исследования является анализ образа жизни студентов, выявление факторов и причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья студентов. Разработана анкета, вопросы которой подробно отражают отношение студентов к здоровому образу жизни, позволяют критически оценить свой образ жизни, высказать свои пожелания относительно оздоровительных мероприятий. Проведен анализ опроса 523 человек в возрасте 18-20 лет (216 юношей и 307 девушек). Установлено, что основные факторы, которые влияют на качество обучения студентов, это истощение и «синдром хронической усталости», стресс в условиях обучения и нарушение режима питания. Таким образом, проведенное исследование позволяет привлечь внимание студенческой молодежи к проблемам здорового образа жизни и найти пути улучшения успеваемости и укрепления здоровья студентов.

Summary

MEDICAL STUDENTS' ATTITUDE TO HEALTHY LIFESTYLE AND ITS INFLUENCE ON THEIR LEARNING

Bobrova N.A., Ananieva M.N., Zvyagolska I.N., Basarab Ya.A., Loban G.A.

Key words: students, healthy lifestyle, health status, risk factors, prevention, academic progress, questioning.

Analysis of the current health status of the population of Ukraine indicates a real threat to the life of people. The health of young people is of particular concern, because almost 90% of them are reported to have various lapses in terms of physical health. The aim of the study is to analyze the lifestyle of students, to identify the factors and causes that deteriorate their health. We developed a questionnaire, detailing the issues that would reflect that students' attitude to healthy mode of life. This questionnaire allows of critical self-evaluation of own life, express own wishes regarding health measures and activities. The analysis of the survey covered 523 people aged 18-20 years (216 males and 307 females). It was found out the main factors affecting the quality of students' learning were the exhaustion and "chronic fatigue syndrome", and worrying about the training course and improper diet. Thus, this study makes it possible to attract the attention of students to the healthy lifestyle and to find ways to improve their academic progress and boost their health.