

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
Вищий державний навчальний заклад України
«УКРАЇНЬКА МЕДИЧНА СТОМАТОЛОГІЧНА АКАДЕМІЯ»

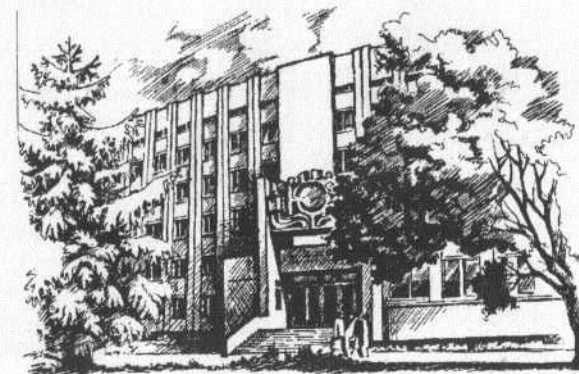


**ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ
СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ЗАСОБАМИ ОСВІТИ**

(Частина II)

*(Матеріали всеукраїнської
навчально-методичної конференції)*

27 січня 2011 р



Полтава – 2011 р.

ВПЛИВ АЛКОГОЛІЗМУ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ <i>Пилипченко В.А., Іванова Т.А.</i>	
ПИТАННЯ ЕКОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ НА КАФЕДРІ БІОФІЗИКИ <i>Пилипченко В.І.</i>	
ОСНОВНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ <i>Пікуль К.В., Прилуцький К.Ю.</i>	34
ДІАЛОГІЧНА ВЗАЄМОДІЯ ВИКЛАДАЧІВ ТА СТУДЕНТІВ <i>Пісоцька О.О.</i>	36
КУЛЬТУРНО-ПРОСВІТНИЦЬКА РОБОТА, ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ	
<i>Погребняк О.І.</i>	37
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЛІКАРІВ НА ЕТАПІ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ	
<i>Потяженко М.М., Соколюк Н.Л., Люлька Н.О., Гаєвський С.О., Голко О.Ф.</i>	38
ЗДОРОВ'Я ЯК ІНТЕРДИСЦИПЛІНАРНА КАТЕГОРІЯ В СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНИХ І ЖИТТЄВИХ ІНТЕРЕСІВ МАЙБУТНЬОГО ЛІКАРЯ	
<i>Похилько В. і, Траверсе Г. М., Цвіренко С. М., Ковальова О. М.</i>	40
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ УМОВАХ	
<i>Почеряєва В.Ф., Васько Л.Н., Жукова Т.А.</i>	41
<i>Проніна О.М., Білич А.М., Данильченко С.І., Половик О.Ю., Коптєв М.М.</i>	43
ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ, ЯК ОСНОВА ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ ВНУТРІШНІХ ОРГАНІВ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ	
<i>Пустовойт Г.Л., Кострікова Ю.А., Ярмола Т.І.</i>	44
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ЗАСОБАМИ ОСВІТИ	
<i>Ракова Н.О.</i>	
ПЕРСПЕКТИВНІ МОМЕНТИ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТСЬКОЇ	
РОЛЬ ВИКЛАДАЦЬКОГО СКЛАДУ КАФЕДРИ ТОПОГРАФІЧНОЇ АНАТОМІЇ І ОПЕРАТИВНОЇ ХІРУРГІЇ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ МОЛОДІ	
<i>Рибалов О. В., Волошина Л.І.</i>	
НАЦІЛЕНА МОТИВАЦІЯ - ОДНА З СТУДЕНТА	
<i>Рибалов О. В., Мах ракова Г.П.</i>	
АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО ЗБЕРЕЖЕННЯ В КОНТЕКСТІ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	
<i>Римар М.П., Кириленко Л.Г.</i>	51
ЗМІСТ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК ЦІННОСТІ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ	
<i>Римар М.П., Кіприч С.В.</i>	52
ОРГАНІЗАЦІЯ ПОЗААУДИТОРНОЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ - ОДИН ІЗ ШЛЯХІВ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
<i>Розколупа О.О., Бондаренко В.В.</i>	54
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ - ВИМОГА ЧАСУ	
<i>Рубаненко О.Б., Вонсович Л.П., Мастеров Ю.І.</i>	55
РОЛЬ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОЇ РОБОТИ ЗІ СТУДЕНТАМИ У ПРОПАГАНДІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
<i>Санік О.В., Литвиненко Н.В., Дельва М.Ю., Пінчук В.А., Самарченко Л.А., Дельва, І.І., Таряник К.А.</i>	57

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ КАФЕДРА УРОЛОГІЇ, МЕДИЧНОЇ СЕКСОЛОГІЇ З АНЕСТЕЗІОЛОГІЄЮ ТА ІНТЕНСИВНОЮ ТЕРАПІЄЮ	
<i>Саричев Л.П., Супруненко С. М.</i>	59
ПРОВІДНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ	
<i>Саричев Л.П., Сухомлин С. А.</i>	61
ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ	
<i>Сидорова А.І., Павленко С.А., Амосова Л.І., Павленкова О.В.</i>	62
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
<i>Сільнича Н.А.</i>	64
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ОСВІТИ <i>Скікевич М. Г., Бойко І. В.</i>	65
ОСОБЛИВОСТІ СКЛАДАННЯ ТЕСТОВИХ ЗАВДАНЬ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ КОНТРОЛЮ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ З ХІРУРГІЧНОЇ СТОМАТОЛОГІЇ	
<i>Скікевич М. Г., Должкова К. П., Бойко І. В.</i>	68
ПРИНЦИПИ, ЗАСАДИ ТА МЕТОДИ ВПРОВАДЖЕННЯ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИЙ ПРОЦЕС ОСВІТНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я	
<i>Скрипник І. М., Давиденко Г. М., Нідзельський М. Я.</i>	70
КОНЦЕПЦІЯ БОРОТЬБИ З ПАЛІННЯМ В СИСТЕМІ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ	
<i>Скрипник І. М., Соколюк Н. Л., Стародубцев С. Г., Шепітько К. В., Маслова Г. С., Шарбенко Т. В.</i>	72
ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВНОЇ РОБОТИ СЕРЕД ЛІКАРІВ-ІНТЕРНІВ НА КАФЕДРІ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ	
<i>Скрипников П. М., Скрипнікова Т. П., Богашова Л. Я., Радліньська В. М.</i>	75
КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДІВ З ГІГІЄНИ ПОРОЖНИНИ РОТА	
<i>Скрипников П. М., Скрипнікова Т. П., Хміль Т. А.</i>	76
ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЗАСАД У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА КАФЕДРІ ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ВДНЗУ «УМСА»	
<i>Скрипніков А. М., Сонник Г. Т., Рудь В. О., Ісаков Р. І., Животовська Л. В., Фисун Ю. О., Герасименко Л. О., Казаков О. А., Борисенко В. В.</i>	78
РІВЕНЬ ЗДОРОВ'Я - РІВЕНЬ ОСВІТИ	
<i>Смаглюк Л. В., Куліш Н. В.</i>	79
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ОКРЕМИХ ІНОВАЦІЙНИХ ОСВІТНИХ ТЕХНОЛОГІЙ	
<i>Сорокіна С. і, Тесленко О. І., Сорокіна Є. О.</i>	81
САМОВИХОВАННЯ - ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	
<i>Ставицька Н. П., Ющенко Ю. П.</i>	82
РОЛЬ ВИКЛАДАЧА У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ	
<i>Тарасенко Л. М., Непорада К. С., Тарасенко К.В., Білець М. В., Омельченко О. Є.</i>	84
ОСНОВНІ СКЛАДОВІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ТА ЇХ ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ	
<i>Татушенко М. В.</i>	86
РОЛЬ ВИКЛАДАЧА У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ	
<i>Тесленко О. І., Сорокіна С. Л., Сорокіна С. О.</i>	88
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ВИВЧАННЯ ДИТЯЧОЇ ХІРУРГІЧНОЇ СТОМАТОЛОГІЇ	
<i>Ткаченко П. І., Лохматова Н. М., Гуржій О. В., Білоконь С. О.</i>	89

можливе зараження, заходи захисту від ВІЛ-інфекції; онкологів - у зв'язку з високою розповсю- дженістю даної патології, ускладненнями в діагностиці та лікуванні.

На запрошення завідувача кафедри вчені інших клінік читають лекції, присвячені професійній тематиці: проф. Окушко В., проф. Куцєвляк В. та ін. Професійне виховання полягає й у проведенні щомісячних конференцій з лікарями-інтернами на різну тематику.

У рамках заходів щодо патріотичного виховання кафедра має можливість залучати до роботи з інтернами ветерана Великої Вітчизняної війни проф. Максименка П. Т. Співробітники та інтерни з захопленням слухають його спогади про участь у війні, основні події визвольного руху, зокрема на Полтавщині.

Естетичне виховання лікарів-інтернів проводять індивідуально керівники груп. У першу чергу до естетичного виховання належать заходи, об'єднані тематикою «Мій рідний край»: знайомство з м. Полтавою, відвідування театру, виставок картин, фотографій, квітів, тварин, знайомство з музеями міста й медакадемії, відвідування виставок творчості наших студентів, викладачів академії.

Важливе значення має духовне виховання лікарів-інтернів. Керівники груп проводять бесіди з лікарями про шкідливість паління, вживання спиртних напоїв, застосування наркотичних препаратів.

У плані роботи кафедри є пункт про запрошення для зустрічі й бесіди з лікарями інтернами священика Філарета.

Для здорового способу життя молодому лікарю необхідно не тільки бути гарним фахівцем, але бути культурною людиною, мати уявлення про художні цінності країни, бути духовно багатого людиною, вільною від шкідливих звичок, а також брати участь у спортивних змаганнях, тобто бути фізично та професійно підготовленим лікарем та всебічно розвинутою особистістю.

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДІВ З ГІГІЄНИ ПОРОЖНИНИ РОТА

Скрипників П. М., Скрипнікова Т. П., Хміль Т. А.
ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія»

В останні десятиріччя проблема здоров'я людини набула нового осмислення. Згідно з ухваленим у 1998 р. міжнародним документом «Політика досягнення здоров'я для всіх у XXI столітті» всі держави - члени Єврооб'єднання ВООЗ, серед яких і Україна, повинні здійснювати політику формування здорового способу життя населення. Здоровий спосіб життя - це дії людини щодо збереження і зміцнення здоров'я, виконання своїх людських функцій через посередництво діяльності щодо оздоровлення умов життя - праці, відпочинку, побуту.

Стан здоров'я населення України значною мірою зумовлений недостатнім рівнем знань щодо закономірностей його формування, збереження і зміцнення, а іноді легковажним ставленням до такої цінності. В Україні ідея створення мотивації до здорового способу життя реалізувалася в Національній доктрині розвитку освіти, Національній програмі патріотичного виховання громадян, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства, Національних програмах «Діти України», «Репродуктивне здоров'я», «Забезпечення профілактики ВІЛ-інфекції, допомоги та лікування ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД», Міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації», Цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання - здоров'я нації» та інших документах. Держава сприяє утвердженню здорового способу життя населення шляхом розповсюдження наукових знань з питань охорони здоров'я, організації медичного, екологічного і фізичного виховання, здійснення заходів, спрямованих на підвищення гігієнічної культури населення, створення необхідних умов, зокрема медичного контролю, для занять фізкультурою, спортом і туризмом, розвиток мережі профілакторіїв, баз відпочинку та інших оздоровчих закладів, на боротьбу з шкідливими для здоров'я людини звичками, встановлення системи соціально-економічного стимулювання осіб, які ведуть здоровий спосіб життя.

Якщо раніше вирішення проблеми здоров'я людини пов'язувалося переважно з медико-біологічними або санітарно-гігієнічними факторами, то сьогодні доведено, що здоров'я людини зумовлене як природними і соціальними зовнішніми чинниками, так і внутрішніми, такими, що визначають психологічне ставлення людини до себе і до тих обставин, в яких вона реалізує власне життя. Змінити ставлення лікаря-інтерна до власного здоров'я й особистого способу життя можливо за умови розуміння ним цих цінностей, надання пріоритетності збереження фізичного та психічного здоров'я через освіту. Вищі навчальні заклади цю проблему вирішують завдяки оновленню педагогічних технологій, форм, засобів, змісту і методики навчання.

Які б зусилля щодо забезпечення високого рівня здоров'я своїх громадян не робили держава і вуз, конкретна їх реалізація відбувається кожною особою. Кожна людина, визначаючи проблеми формування власного здорового способу життя, має усвідомити просту істину: ніхто не може зробити здоровим іншого; стати здоровим можна лише доклавши зусиль, навчившись цього особисто. Отже, в процесі здобуття здоров'я, отриманні інформації про нього, формування стійких навичок здорового способу життя та реалізації його принципів у повсякденному житті лікар-інтерн не повинен бути пасивним об'єктом. Він повинен активно здобувати знання, усвідомлювати їх, на практиці (власним прикладом) доводити їх значущість - бути суб'єктом даного напрямку освіти.

Досвід економічно розвинутих країн свідчить, що більш перспективний і економічно вигідний для суспільства шлях по збереженню здоров'я пов'язаний з широким впровадженням профілактичних технологій. Про це свідчать результати численних епідеміологічних досліджень: визначальними факторами формування та зміцнення здоров'я, запобігання захворюванням є умови та спосіб життя (більш ніж на 50 %). Велике значення для здорового способу життя мають інформованість людей, можливість доступу до спеціальних профілактичних процедур, достатньої системи охорони здоров'я.

На сучасному етапі розвитку стоматології основна роль у профілактиці стоматологічних захворювань відводиться засобам гігієни порожнини рота. До формування гігієнічних навичок лікарів-інтернів кафедра післядипломної освіти лікарів-стоматологів розробила комплексний підхід: надання інформації, навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, виховання в дусі безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я в усіх його проявах, сферах, рівнях. Для цього залучаються представники широковідомих компаній - виробників засобів гігієни порожнини рота.

Компанія Oral-B є світовим лідером на ринку звичайних і електричних зубних щіток, виробляє зубні щітки для дітей і дорослих, а також виробляє широкий спектр стоматологічної продукції для чистки зубів, розробляє і виготовляє інтердентальні нитки для очищення інтервалів між зубами. Стандартні щітки Oral-B є найбільш популярними в категорії гігієни порожнини рота. На українському ринку компанія існує з 2003 року та представляє лише найсучасніші, високоякісні європейські продукти.

Засоби для гігієни порожнини рота фірми «Президент» засновані на сучасних наукових досягненнях фармацевтичної лабораторії Betafarma в Мілані. Представлено відомі італійські продукти для догляду за зубами і яснами. Ця серія включають зубні пасти, лосьйони, гелі, флоси, спреї, інструменти для ортодонтичного дизайну, різні щітки для дорослих і дітей різного віку. Усі зубні щітки «Президент» та «Срібний догляд» містять срібний антибактеріальний захист. У 2007 році «Прем'єр плюс» представляє унікальні вироби з Іспанії, які є безпечними і не викликають чутливості зубів при відбілюванні (серія «YOTUEL для домашніх та професійних відбілювань зубів») і антигалітозні засоби Комплекс Air-lift. Насправді, багато людей страждають від галітозу. Частіше за все, це пов'язано з бактеріальною (сполуки сірки й азоту), що є фактором неприємного запаху подиху. Галітоз виникає у людей з проблемами захворювань шлунка, при запаленні ясен, карієсі, після вживання часнику, цибулі, тютюну.

«Colgate-Palmolive» - світовий лідер з більш ніж 200-річною історією виробництва. На ринку України представлений широкий спектр продукції: зубні пасти з антибактеріальною, протизапальною дією, для зменшення чутливості зубів, для ефективного захисту від карієсу; зубні щітки для досконалого догляду порожнини рота, для чутливих зубів; стоматологічні нитки, зубна паста й зубні щітки для дітей різного віку.

При розробці заходів щодо формування гігієнічних навичок кафедра звертає увагу на те, щоб їх зміст якомога повніше охоплював аспекти діяльності, котрі прийнято визначати як основні стратегії формування здорового способу життя. Це окремі напрями діяльності у складі комплексного заходу, які визнані найбільш ефективними з точки зору досягнення остаточного результату.

Застосовуються такі стратегії:

знання учасниками заходу загальних закономірностей і конкретних проблем профілактики стоматологічних захворювань, що стосуються аспектів здоров'я;

надання інформації про наявний стан і можливості покращення стану гігієни порожнини рота, котрі є головними в змісті даного заходу;

сприяння розвитку свідомості й активності груп лікарів-інтернів, яких найбільше стосується дана проблема здоров'я, управління і координація їхніх власних зусиль в напрямі вирішення проблеми на робочих місцях;

розвиток і досягнення змін в організаційному забезпеченні діяльності з проблеми гігієни порожнини рота - застосування сучасних засобів у вирішенні конкретних проблем, на які спрямований даний захід;

формування політики здоров'я як необхідної частини діяльності по вихованню правильних ціннісних орієнтирів лікарів-інтернів;

міжгалузєва співпраця (партнерство з усіма, хто може бути корисним при проведенні заходу); самодопомога та взаємодопомога (прищеплення особистих навичок гігієни порожнини рота, розвиток бажання і уміння допомагати членам найближчого оточення, громади тощо).

Таким чином, орієнтування лікарів-інтернів на здоровий спосіб життя завдяки запровадженню на кафедрі комплексних заходів з формування гігієнічних навичок, визначення мети, форм із активною взаємодією доповідача і аудиторії, методів, змісту освіти буде сприяти вирішенню проблеми здоров'я нації взагалі.

ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЗАСАД У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА КАФЕДРІ ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ВДНЗУ «УМСА»

Скрипніков А. М., Сонник Г. Т., Рудь В. О., Ісаков Р. І., Животовська Л. В., Фисун Ю. О., Герасименко Л. О., Казаков О. А., Борисенко В. В.

ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія»

В умовах нестабільного соціально-економічного становища, яке склалося в Україні впродовж довгого проміжку часу, виховання духовно здорового підрастаючого покоління, навчання здорового способу життя як необхідної умови індивідуального та соціального розвитку стало однією з найгостріших проблем сучасної системи освіти в країні, що особливо важливо для вищої медичної школи. Ефективним шляхом виходу з кризового стану, як показав досвід багатьох країн світу, є валеологічна та медико-психологічна освіта. У зв'язку з цим очевидно, що пріоритетними напрямками розвитку вищої медичної освіти в Україні має бути забезпечення в кожному навчальному закладі гуманістичного підходу до студентів, створення відповідних умов для розвитку і формуванню фізично та психічно здорової особистості майбутнього лікаря, запобігання пияцтву, наркоманії, насильству, що негативно позначаються на здоров'ї. Головним шляхом реалізації Цього завдання є активний розвиток системи валеологічної освіти, яка б передбачала розробку основних положень та умов здорового способу життя, методику їх запровадження, набуття та засвоєння студентами. Враховуючи професійну направленість майбутніх спеціалістів, які в своїй просвітницькій роботі повинні, в подальшому, бути носіями санітарно-гігієнічних та профілактичних знань серед населення, необхідно з самого початку навчання формувати системний підхід до висвітлення і засвоєння цих знань, а на окремих клінічних кафедрах уже висвітлювати окремі питання в аспектах клінічних дисциплін, що викладаються.

На кафедрі психіатрії, наркології та медичної психології студенти медичного та стоматологічного факультетів з'являються згідно з навчальним планом, на третьому курсі та спочатку освоюють основи медичної психології. Навчальна дисципліна передбачає досить глибоке висвітлення питань впливу стресу на організм людини, взаємодії соматичних і психічних в здоровому та хворому організмі, особливостей психічного конфлікту та захисних психологічних механізмів особистості. Ці знання дозволяють формувати у студентів адекватні уявлення про вплив несприятливих психологічних чинників на організм людини, можливі негативні наслідки та методи їх подолання, шляхом усвідомленої правильної поведінки в конфліктних ситуаціях і створення комфортного психологічного мікроклімату. Освоєння навичок психогігієни праці, психопрофілактики в побуті та в організації навчання дозволяють закласти основи усвідомленої адекватної поведінки та сформувати психологічні навички здорового способу життя.

У подальшому, на четвертому та п'ятому курсах, при вивченні психіатрії та основ профілактики алкоголізму та наркоманії, студенти знайомляться з особливостями несприятливого впливу на організм людини психотравмуючих та інших негативних факторів навколишнього, перш за все соціального, середовища, що є чинниками розвитку психічної патології. Формуються уявлення про психічну норму і патологію, особистісну стійкість до різних факторів. Визначається роль і місце психогігієни і психопрофілактики в запобіганні виникненню психічної патології, формуванню валеологічних уявлень про психологію здорового способу життя.

Особливу увагу при вивченні цих дисциплін приділяють на кафедрі розкриттю проблеми небажаного впливу вживання психоактивних речовин. Слід зазначити, що до ознайомлення з основами наркології у багатьох студентів досить поверхневі уявлення про швидкість становлення фізичної та психічної залежності, психотоксичну та соматотоксичну дію даних речовин, існує невідрізнена легковажність у ставленні до вживання алкоголю (особливо слабоалкогольних напоїв) та «легких» наркотиків. Тому особлива увага при вивченні основ профілактики алкоголізму

му та наркоманії, на кафедрі приділяється висвітленню саме цих питань. Теоретичні знання з підручників в обов'язковому порядку підкріплюються прикладами із клінічної практики, роботою із пацієнтами, що дозволяє руйнувати поверхневі стереотипи щодо вживання психоактивних речовин, формувати більш відповідальне ставлення до особистості безпеки та здорового способу життя.

Таким чином, протягом усього навчального процесу на кафедрі психіатрії, наркології та медичної психології поетапно від одної до іншої клінічної дисципліни у студентів формуються уявлення про особливості здорового способу життя в межах предметів, що вивчаються, набуваються теоретичні та практичні знання з психогігієни і психопрофілактики, що в подальшому, на нашу думку, допоможе в усвідомленому веденні здорового способу життя та практичній лікарській діяльності.

РІВЕНЬ ЗДОРОВ'Я - РІВЕНЬ ОСВІТИ

Смаглюк П. В., Куліш Н. В.
ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія»

У реальному житті чотири складових - соціальна, духовна, фізична, психічна - діють одночасно на людину, і їх інтегрований вплив визначає стан здоров'я людини як цілісного складного феномена.

Кафедра ортодонції як один із структурних підрозділів академії веде курацію студентів V курсу стоматологічного факультету. На кафедрі проходять навчання студенти III, IV та V курсів стоматологічного факультету, тому ми маємо можливість під час занять, виховних годин, читання лекцій впливати на духовний, психічний та фізичний стан студентів, використовуючи різні способи впливу на свідомість щодо виховання здорового способу життя (бесіди про вплив шкідливих звичок, правильна організація дозвілля, керування власними емоціями шляхом автосугестії).

27 червня кожного року вся молодіжна спільнота відзначає День молоді. Але щороку кількість тих, хто може радіти цій події зменшується, проте збільшується чисельність молодих людей, що починають страждати на хронічні захворювання, отримують тяжкі травми за рахунок власної безпечності, страждають на невиліковні хвороби. Станом здоров'я молодого населення країни стурбовані на всіх рівнях охорони здоров'я. Постановчий документ парламентських слухань від 26 листопада 2003 р. «Формування здорового способу життя української молоді: стан, проблеми та перспективи» відзначає, що у цій сфері впродовж останніх років в Україні досягнуто певних зрушень на краще, проте становище залишається дуже складним, а в деяких аспектах - навіть загрозливим для безпеки країни і її майбутнього. Колишній заклик «здоров'я народу - багатство країни» стає доволі актуальним на сьогоднішні. Здоров'я населення значною мірою залежить від економічного та політичного стану держави. І первинна профілактика, яка повинна здійснюватися на державному рівні, на сьогодні бажає бути кращою. Це стосується реклами алкогольних та слабоалкогольних напоїв, що стимулюють роботу центральної нервової системи, яка у студентської молоді і так доволі перенапружена. Демонстрація по телебаченню фільмів, де головними засобами зняття втоми є вживання спиртних напоїв, відпочинку в ресторанах та нічних клубах сприяють формуванню у молоді уяви, що саме такий спосіб життя є правильним. Студенти-медики не є винятком. Вони аналогічно сприймають всю інформацію стосовно проведення вільного часу і здебільшого повторюють у своєму житті. Враховуючи навантаження в медичному навчальному закладі (щоденні опитування, значний об'єм інформації для запам'ятовування, підвищена відповідальність за опанування майбутньою професією) ми можемо припустити, що стан нервового напруження у студентів досить значний, а відповідно потребує вивільнення негативних емоцій. Більша частина студентів, що навчається в академії, приїхали з інших міст, тобто відсутній контроль батьків, які значною мірою обмежують вплив навколишнього середовища на власну дитину. Отже, ці функції перекладаються на викладачів академії, адміністрацію, організаторів гуртків.

Рівень здоров'я, як правило, безпосередньо пов'язаний з рівнем освіти. Чим вище середній рівень освіти в певному соціальному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я воно демонструє. Чим глибші знання основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створювати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методами, прийомами і навичкам здорового способу життя, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я в усіх його проявах, сферах, рівнях.

Люди можуть по-різному усвідомлювати проблеми, що стосуються здоров'я, та їх вирішення, скажімо, вони можуть усвідомлювати проблеми, пов'язані зі здоров'ям інших, але не усвідомлю-