

## ОТНОШЕНИЕ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ



Тулаганов Бехзод Ботиржонович<sup>1</sup>, Ризаев Жасур Алимджанович<sup>2</sup>, Тухтаров Бахром Эшназарович<sup>2</sup>

1 - Ташкентский государственный стоматологический институт, Республика Узбекистан, г. Ташкент;

2 – Самаркандский государственный медицинский университет, Республика Узбекистан, г. Самарканд

### СТОМОЛОГИЯ ТИББИЁТ ХОДИМЛАРИНИ ЎЗ САЛОМАТЛИГИГА МУНОСАБАТИ

Тулаганов Бехзод Ботиржонович<sup>1</sup>, Ризаев Жасур Алимджанович<sup>2</sup>, Тухтаров Бахром Эшназарович<sup>2</sup>

1 - Тошкент давлат стоматология институти, Ўзбекистон Республикаси, Тошкент ш.;

2 – Самарканд давлат тиббиёт университети, Ўзбекистон республикаси, Самарканд ш.

### ATTITUDE OF DENTAL MEDICAL WORKERS TO THEIR HEALTH

Tulaganov Bekhzod Botirjonovich<sup>1</sup>, Rizaev Jasur Alimdjanovich<sup>2</sup>, Tukhtarov Bakhrom Eshnazarovich<sup>2</sup>

1 - Tashkent State Dental Institute, Republic of Uzbekistan, Tashkent;

2 - Samarkand State Medical University, Republic of Uzbekistan, Samarkand

e-mail: [info@sammu.uz](mailto:info@sammu.uz)

**Резюме.** 180 нафар стоматолог ва 50 нафар тиббиёт олий ўқув юртлирининг стоматология мутахассислиги бўйича профессор-ўқитувчилари соғлом турмуш тарзи талабларини бажариши ва рағбатлантириши нуқтаи назаридан уларнинг ўз соғлигига муносабатини ўрганилди.

**Калим сўзлар:** стоматолог, саломатлик, соғлом турмуш тарзи.

**Abstract.** 180 dentists and 50 teachers of medical universities in the specialty of dentistry studied the attitude to their health in terms of fulfilling the requirements of a healthy lifestyle and motivation.

**Key words:** dentist, health, healthy lifestyle.

Одним из наиболее актуальных направлений исследования здоровья является изучение закономерностей его формирования и отношения к нему среди различных групп населения. Отношение к здоровью выступает в данном случае как одна из существенных характеристик здорового образа жизни [1-3]. Проведение человека в отношении здоровья зависит от совокупности мотивов, ценностных ориентаций, влияющих на степень заботы о своем здоровье и образ жизни. С другой стороны, имеющееся противоречие между достижениями научно-технического прогресса и тем влиянием, которое он оказывает на здоровье, выражается в снижении физической активности,

нервно-психических перегрузках, конфликтных ситуациях, снижении адаптационных возможностей организма. Все это требует от человека здорового образа жизни. В первую очередь это следует отнести к медицинским работникам, обеспечивающим здоровье населения нашей Республики [4,5].

Например, как показывают исследования бюджета времени медицинских работников: стоматологического профиля, они тратят на медицинские манипуляции и оформление документации гораздо больше времени, чем предусматривается в рабочей неделе: результатом является переутомление нервной системы, снижение умственной и физической работоспособности.

**Таблица 1.** Оценка респондентами своего поведения относительно здоровья (%)

Группа исследования	Уделяю достаточно внимания своему здоровью	Не уделяю достаточного внимания своему здоровью	Не могу сказать
Преподаватели	10,8	57,7	31,1
Врачи стоматологических учреждений	8,4	65,9	25,7
В среднем	9,8	61,8	28,4

Исследователи гигиены труда считают, в частности, что труд врачей стоматологов является тяжелым, с точки зрения условий его работы, сказывается на деятельности сердечно-сосудистой системы и дыхательной системы, на силе мышц-разгибателей спины. Продолжительная статическая работа в стоячем положении вызывает гиподинамию, ведущую к нарушению функции и структуры внутренних органов, особенно органов кровообращения. Отмечается, что средним показателем жизненной емкости легких у мужчин, занимающихся врачебной деятельностью равен 4142 мл, а у людей занятых физическим трудом - 4870 мл; сила мышц разгибателей спины у стоматологов составляет 117,7 кг, когда как у лиц работающих за станком - 144,5 кг. Все это свидетельствует о том, что лица, профессионально занимающиеся врачебной деятельностью, являются своеобразной группой риска и это следует учитывать в процессе спалили мужчины и у 1,5% - женщины. 92,4% представлена лицами в возрасте от 25 до 54 лет.

#### **Материал и методы исследования.**

Исследовалось отношение к здоровью с точки зрения выполнения требований здорового образа жизни и мотивации у 180 врачей стоматологов и 50 преподавателей медицинских вузов по специальности стоматология. (предпочтительные изменения в образе жизни, мнение о месте здоровья в ряду других ценностей, о факторах, влияющих на здоровье и ряд других компонентов жизни).

**Результаты и обсуждение.** Как показало исследование, мотивами поведения в отношении здорового образа жизни являются следующие: 17,8% считают, что здоровье необходимо для профессионального роста; 82,2% уверены, что здоровье - это необходимое условие для гармоничного развития личности. Однако, позицию «Быть здоровым - престижно» разделяют всего 12,4% респондентов (табл. 1).

Уделяют достаточное внимание своему здоровью лишь 11,2% преподавателей медицинской академии и 8,4% врачей стоматологических учреждений.

Приведенные данные показывают, что реально уделяют достаточное внимание своему здоровью 9,8% респондентов. В то же время большинство (97,9%) считают, что здоровье - это большая ценность, и несколько меньший процент (84,2%) полагают, что здоровый человек должен заботиться о своем здоровье. Мнение 12,3% - заботиться о своем здоровье необходимо лишь при первых признаках заболевания. В суждениях о факторах, влияющих на здоровье, респонденты 1-ое место отводят образу жизни (62,9%), 2-ое место - генетическим факторам (19,4%), 3-место - качеству медицинской помощи (17,7%). В то же время, отдавая предпочтение образу жизни как главному фактору, только 9,2% всех респондентов придают

значение приобщению к здоровому образу жизни с детства.

Из ответов на вопрос: «Что могли бы вы сами сделать для сохранения и укрепления своего здоровья?» первое ранговое место занимает позиция: «Находиться на свежем воздухе» (52,3%), второе ранговое место отводится активному двигательному режиму (28,4%), третье - регулярным занятиям утренней гимнастикой (16,8%>), четвертое ранговое место (2,5%)- рациональному питанию.

В пользу отказа от вредных привычек - курения, употребления - высказались соответственно 19,4% и 4,2% респондентов. Приведенные данные в отношении вредных привычек совпадают с ранее полученными результатами опроса мнения рабочих промышленных предприятий города Шымкента (5,6%).

Недостаточна физическая активность врачей стоматологов. Так 36,9% указали, что они не занимаются регулярно физической культурой, 29,3% - занимаются время от времени; 3,4% регулярно делают утреннюю гимнастику; 0,4% регулярно занимаются спортом. Несколько большая физическая активность (6,2% регулярно делают утреннюю гимнастику; 2,9% регулярно занимаются спортом) отмечена среди преподавателей медицинской академии: ( $p < 0,001$ ).

В отношении оценки рациональности питания 52,8% опрошенных охарактеризовали его как умеренное, 31,4% - как избыточное и 15,8% - чрезмерное, без всяких ограничений.

При этом избыточную массу тела (ИМТ) имели 18,2% опрошенных, ИМТ в пределах нормы 75,1% и ниже нормы - 6,7%. Масса тела определялась по индексу Кетле.

Большинство врачей считали, что соблюдали режим сна, чем преподаватели медицинской академии ( $p < 0,001$ ). При расстройстве сна принимались различные действия: врачи больше гуляли на свежем воздухе, меньше читали перед сном, с преподаватели медицинской академии реже употребляли лекарства, чтобы наладить сон. Почти все врачи были единодушны, в признании, что поводом для употребления алкоголя могут быть прием гостей, свадьба, семейное торжество, однако отношение к алкоголю как обязательному ритуалу проведения свободного времени было отрицательным у 42,7%, безразличным у 27,3% и только у 7,7% - положительное. 28,3% опрошенных врачей стоматологов считали, что с потреблением алкоголя нужно бороться. В отношении курения врачи занимают более отрицательную позицию, чем преподаватели медицинской академии ( $p < 0,001$ ).

В целом 58,2% врачей стоматологов и 51,3% преподаватели медицинских вузов отметили, что не курят.

Медицинскую активность во время болезни

нами оценивалась по таким параметрам: обращения к врачу за больничным листом и употребление лекарств по назначению врача амбулаторно-поликлинического учреждения общемедицинской сети. Всегда берут больничный лист во время болезни 0,2% респондентов, чаще не берут 12,3% опрошенных, остальные никогда не брали (87,5%). 48,4% опрошенных принимали лекарства во время болезни по своему усмотрению, только 51,6% респондентов ответили, что употребляют их по рекомендации лечащего врача. Полученные данные могут говорить как о качестве медицинской помощи, так и о недоверии к рекомендациям врача, а также о состоянии санитарной культуры врачей стоматологов. Субъективная оценка своего здоровья выявила довольно хорошее состояние здоровья у 32,6 % опрошенных; свое здоровье оценили, как среднее 59,4% респондентов, как довольно плохое и очень плохое - 8,0%. Поэтому является закономерным отсутствие жалоб у 92% опрошенных. На первом месте среди жалоб на здоровье - жалобы на нервозность, общее недомогание, усталость, переутомляемость, т.е. жалобы, вызванные эмоциональным перенапряжением.

Данные опроса показали также, что референтными факторами в отношении здоровья является семья (74,0%), на втором месте коллектив (18,7%); мнение врача оказалось на последнем месте (7,35%). Если более детально проанализировать ответы о влиянии коллектива гигиеническое проведение респондентов, можно сделать вывод, что врачи стоматологи больше ориентированы на мнение коллектива по вопросам проведения свободного времени, отказа от вредных привычек, рационального питания и в меньшей степени - по вопросам занятия спортом и соблюдения режима дня.

Таким образом, полученные данные показывают, что изучение отношения к здоровью врачей стоматологов важно в связи с тем влиянием на образ жизни населения, которое они оказывают в ходе своей профессиональной деятельности. И это влияние будет тем действеннее, чем активнее их позиция по отношению к здоровью, здоровому образу жизни. При решении задач общеизвестного здравоохранения, которое все в большей степени связывает здоровье с конкретными особенностями микросоциального окружения, типами

отношения к здоровью и гигиенического поведения, исследования подобного рода на группе врачей стоматологов является необходимыми для определения основных направлений пропаганды здорового образа жизни.

#### **Литература:**

1. Баев М.В., Полянский В.В. Гигиена труда медицинских работников – Учебно-методическое пособие – Пенза, 2003. – 23 с. 173.
2. Булешов М.А., Темуров Ф.Т., Ахатаев С.С. и др. Оценка взаимосвязи состояния окружающей среды стоматологических кабинетов и здоровья врачей основных стоматологических профессий //Наука и образование на совр. этапе. Сб. научн. трудов – Шымкент, 2005. – С. 34-37.
3. Дегтярева Э.П. Гигиена труда стоматологов-ортопедов медицинских учреждений различной формы собственности //Автореф. дисс...канд.мед.наук – Волгоград, 2004. – 24 с.
4. Катаева В.А. Труд и здоровье врача-стоматолога – Медицина. 2002. – 208 с.
5. Макеев А.Н. Распространенность болезней полости рта и зубов у работников предприятий городского электротранспорта и пути улучшения организации им стоматологической помощи //Автореф. дисс...канд.мед.наук – Санкт-Петербург, 2005. – 24 с.
6. Петренко Н.О. Гигиеническая оценка условий труда и риска нарушений здоровья медицинских работников стоматологического профиля //Автореф. дисс...канд.мед.наук – Волгоград, 2009. – 24 с.
7. Ризаев Ж.А., Нурмаматова К.Ч. Некоторые факты развития стоматологической службы в Республике Узбекистан //Стоматология – Т., 2018. - №2(71). – С. 5-8.

#### **ОТНОШЕНИЕ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ**

*Тулаганов Б.Б., Ризаев Ж.А., Тухтаров Б.Э.*

**Резюме.** У 180 врачей стоматологов и 50 преподавателей медицинских вузов по специальности стоматология исследовано отношение к своему здоровью с точки зрения выполнения требований здорового образа жизни и мотивации.

**Ключевые слова:** стоматолог, здоровье, здоровый образ жизни.