

ОЦЕНКА МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА, ВЛИЯЮЩИХ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИКУМОВ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ



Юсупов Нурулла Эшмаматович, Мамараджабов Собиржон Эргашевич
Самаркандский государственный медицинский университет, Республика Узбекистан, г. Самарканд

ЖАМОАТ САЛОМАТЛИГИ ТЕХНИКУМЛАРИ ТАЛАБАЛАРИ САЛОМАТЛИГИ ҲОЛАТИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ ТИББИЙ-ИЖТИМОЙ ХАВФ ОМИЛЛАРИНИ БАҲОЛАШ

Юсупов Нурулла Эшмаматович, Мамараджабов Собиржон Эргашевич
Самарканд Давлат тиббиёт университети, Ўзбекистон Республикаси, Самарканд ш.

ASSESSMENT OF MEDICAL AND SOCIAL RISK FACTORS AFFECTING THE HEALTH STATUS OF PUBLIC HEALTH TECHNICAL SCHOOL STUDENTS

Yusupov Nurulla Eshmamatovich, Mamarajabov Sobirjon Ergashevich
Samarkand State Medical University, Republic of Uzbekistan, Samarkand

e-mail: m.sobir@mail.ru

Резюме. Ушбу тадқиқотнинг мақсади жамоат саломатлиги техникумлари талабаларининг саломатлик ҳолатига таъсир этувчи тиббий-ижтимоий омилларни турмуш тарзи ва психоэмоционал ҳолатни баҳолашга мўлжалланган мослаштирилган халқаро шкалалар ёрдамида ўрганишдан иборат бўлди. Қашқадарё вилояти Муборак жамоат саломатлиги техникумида таҳсил олувчи 304 нафар талабалар иштирокида танланма ижтимоий-гигиеник тадқиқот ўтказилди. Тадқиқот жараёнида халқаро баҳолаш шкалалари — IPAQ-SF, FANTASTIC Lifestyle, AUDIT, FTND ва HADS/DASS-21 — минтақавий шароитларга мослаштирилган ҳолда қўлланилди. Олинган натижалар талабаларнинг сезиларли қисмида тиббий-ижтимоий хавф омиллари мавжудлигини кўрсатди: жисмоний фаолликнинг паст даражаси, психоэмоционал зўриқиш белгилари, шунингдек зарарли одатларнинг тарқалганлиги аниқланди.

Калит сўзлар: тиббий-ижтимоий омиллар, зарарли одатлар, жамоат саломатлиги техникуми.

Abstract. The aim of this study was to investigate the medical and social factors affecting the health status of students of public health technical schools using adapted international scales for assessing lifestyle and psycho-emotional condition. A sample-based socio-hygienic study was conducted among 304 students of the Mubarak Public Health Technical School in the Kashkadarya region. The study employed internationally recognized assessment tools, including IPAQ-SF, FANTASTIC Lifestyle Checklist, AUDIT, FTND, and HADS/DASS-21, adapted to regional conditions. The results demonstrated that a considerable proportion of students were exposed to unfavorable medical and social risk factors, including low levels of physical activity, signs of psycho-emotional stress, and the prevalence of harmful habits.

Keywords: medical and social factors, harmful habits, public health technical school.

Введение. В современных условиях реформирования системы здравоохранения особое значение приобретает сохранение и укрепление здоровья молодежи, в том числе студентов образовательных учреждений медицинского и медико-профилактического профиля [1]. По данным Всемирной организации здравоохранения, значительная часть факторов, определяющих состояние здоровья человека, связана с образом жизни и социально-поведенческими характеристиками населения. Формирование привычек, определяющих дальнейшее состояние здоровья, происходит пре-

имущественно в подростковом и студенческом возрасте [2].

Студенческая молодежь характеризуется высокой учебной нагрузкой, психоэмоциональным напряжением и необходимостью адаптации к новым условиям проживания и обучения. Эти факторы могут сопровождаться снижением уровня физической активности, нарушением режима сна и питания, а также формированием вредных привычек. В ряде исследований показано, что среди студентов достаточно широко распространены курение, употребление алкоголя, гиподина-

мия и повышенный уровень стрессовых состояний [3,4].

Особую актуальность данная проблема приобретает в отношении студентов техникумов общественного здоровья и медицинских колледжей, которые в будущем становятся специалистами системы здравоохранения. Несмотря на это, в научной литературе недостаточно данных о медико-социальных факторах, влияющих на состояние здоровья данной категории обучающихся [5,6].

В последние годы в исследованиях состояния здоровья студентов широко используются стандартизированные международные шкалы оценки образа жизни и психоэмоционального состояния. К числу наиболее распространенных инструментов относятся опросники International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), FANTASTIC Lifestyle Checklist, Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT), тест Фангерстрёма для оценки никотиновой зависимости (FTND), а также шкалы оценки тревоги и депрессии (HADS, DASS-21). Применение данных инструментов позволяет получить сопоставимые результаты и повысить достоверность исследований [7,8].

В связи с этим актуальным является проведение комплексного социально-гигиенического исследования состояния здоровья студентов техникумов общественного здоровья с использованием адаптированных международных шкал оценки образа жизни и факторов риска.

Цель исследования – изучить медико-социальные факторы, влияющие на состояние здоровья студентов техникумов общественного здоровья.

Материалы и методы исследования. Объектом исследования являлись студенты Мубаракского техникума общественного здоровья Кашкадарьинской области Республики Узбекистан. В техникуме обучается более 1300 студентов. Ис-

следование носило выборочный социально-гигиенический характер.

В исследование были включены 304 студента в возрасте 17–20 лет. Среди них 146 юношей (48,0%) и 158 девушек (52,0%).

Распределение студентов по курсам обучения было следующим: 1 курс – 101 студент (33,2%), 2 курс – 98 студентов (32,2%), 3 курс – 105 студентов (34,6%)

Большинство студентов являлись выходцами из сельской местности, что отражает особенности демографической структуры региона.

Для изучения медико-социальных факторов использовались международные стандартизированные опросники, адаптированные к региональным условиям:

- IPAQ-SF – для оценки уровня физической активности;
- FANTASTIC Lifestyle Questionnaire – для комплексной оценки образа жизни;
- AUDIT – для выявления риска употребления алкоголя;
- FTND – для оценки никотиновой зависимости;
- HADS / DASS-21 – для оценки психоэмоционального состояния студентов.

Сбор информации проводился методом анкетирования. Полученные данные подвергались статистической обработке с использованием методов описательной статистики и сравнительного анализа.

Результаты исследования. Проведенное социально-гигиеническое исследование позволило выявить ряд медико-социальных факторов, влияющих на состояние здоровья студентов техникумов общественного здоровья.

В исследование были включены 304 студента Мубаракского техникума общественного здоровья в возрасте 17–20 лет. Среди них 146 юношей (48,0%) и 158 девушек (52,0%). Распределение студентов по курсам обучения было относительно равномерным (табл.1).

Таблица 1. Социально-демографическая характеристика обследованных студентов

Показатель	Абс. число	%
Пол		
Юноши	146	48,0
Девушки	158	52,0
Курс обучения		
1 курс	101	33,2
2 курс	98	32,2
3 курс	105	34,6
Место проживания до поступления		
Сельская местность	244	80,3
Город	60	19,7

Таблица 2. Уровень физической активности студентов

Уровень физической активности	Абс. число	%
Низкий	128	42,1
Средний	114	37,5
Высокий	62	20,4
Всего	304	100

Таблица 3. Характеристика образа жизни студентов

Категория образа жизни	Абс. число	%
Благоприятный образ жизни	96	31,6
Средний уровень	158	52,0
Неблагоприятный образ жизни	50	16,4
Всего	304	100

Анализ распределения студентов показал, что большинство обучающихся (80,3%) являются выходцами из сельской местности, что отражает демографические особенности региона.

Результаты оценки физической активности по международному опроснику IPAQ-SF показали, что значительная часть студентов характеризуется недостаточным уровнем двигательной активности (табл.2).

Согласно результатам опросника IPAQ-SF, достаточный уровень физической активности отмечался лишь у части студентов. Около 40–45% студентов имели низкий уровень физической активности, что соответствует данным международных исследований студенческой молодежи. Средний уровень физической активности наблюдался приблизительно у 35–40% студентов, тогда как высокий уровень физической активности был выявлен примерно у 20% обучающихся.

Анализ распределения показал, что низкий уровень физической активности выявлен у 42,1% студентов, что соответствует тенденциям, описанным в международных исследованиях студенческой молодежи.

Сравнительный анализ между курсами обучения показал статистически значимое увеличение доли студентов с низкой физической активностью на старших курсах ($\chi^2 = 6,87$; $p < 0,05$), что может быть связано с увеличением учебной нагрузки.

Оценка образа жизни с использованием опросника FANTASTIC Lifestyle показала, что только около 30–35% студентов демонстрируют благоприятный образ жизни. У значительной части обучающихся выявлены умеренные нарушения режима питания, недостаточная физическая активность и повышенный уровень стрессовых нагрузок.

При этом примерно 50–55% студентов имеют средние показатели образа жизни, требующие коррекции поведенческих факторов.

Комплексная оценка образа жизни студентов проводилась с использованием опросника FANTASTIC Lifestyle Checklist (табл. 3).

Таким образом, лишь 31,6% студентов характеризуются благоприятным образом жизни, тогда как у большинства обучающихся выявлены поведенческие факторы риска.

Распространенность вредных привычек. Анализ результатов теста AUDIT показал, что рискованное употребление алкоголя выявлено у 14,1% студентов, тогда как у 85,9% обучающихся уровень потребления алкоголя находится в пределах низкого риска.

По результатам теста FTND, признаки никотиновой зависимости выявлены у 11,8% студентов, при этом большинство курящих студентов имели низкую степень зависимости.

Статистический анализ показал, что распространенность вредных привычек статистически значимо выше среди студентов мужского пола ($\chi^2 = 7,54$; $p < 0,05$).

Психоэмоциональное состояние студентов. Оценка психоэмоционального состояния с использованием шкал HADS / DASS-21 показала, что признаки тревожных состояний выявлены у 27,6% студентов, а признаки повышенного уровня стресса — у 24,3% обучающихся.

При этом более высокий уровень эмоционального напряжения наблюдался среди студентов младших курсов, что может быть связано с процессом адаптации к образовательной среде.

Статистически значимых различий между юношами и девушками по уровню тревожности выявлено не было ($p > 0,05$).

Обсуждение. Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что состояние здоровья студентов техникумов общественного здоровья формируется под влиянием комплекса взаимосвязанных медико-социальных факторов, среди которых ведущую роль играют особенности образа жизни, уровень физической активности, психоэмоциональное состояние, а также наличие вредных привычек. Подобный многофакторный характер формирования здоровья студенческой молодежи подтверждается данными многочисленных зарубежных и региональных исследований, в которых подчеркивается, что именно в сту-

денческом возрасте формируются устойчивые поведенческие модели, оказывающие влияние на здоровье в последующие периоды жизни.

Одним из наиболее значимых факторов, выявленных в ходе настоящего исследования, является низкий уровень физической активности среди студентов. По данным опросника IPAQ-SF, низкая физическая активность отмечалась более чем у 40% обследованных студентов. Полученные результаты в целом соответствуют данным международных исследований, согласно которым доля студентов с недостаточной физической активностью колеблется в пределах 40–60%. По данным Всемирной организации здравоохранения, недостаточный уровень физической активности является одним из ведущих факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний и рассматривается как важная проблема общественного здравоохранения. В студенческой среде снижение двигательной активности часто связано с интенсификацией учебного процесса, увеличением времени, проводимого за учебной деятельностью, а также уменьшением времени для занятий физической культурой и спортом.

Важным результатом исследования является выявленная связь между курсом обучения и уровнем физической активности студентов. Установлено, что доля студентов с низкой физической активностью увеличивается на старших курсах обучения. Данная тенденция может быть обусловлена увеличением учебной нагрузки, ростом объема самостоятельной подготовки и уменьшением времени для рекреационной физической активности. Аналогичные закономерности отмечены в ряде зарубежных исследований, в которых показано, что по мере продвижения по этапам обучения студенты чаще демонстрируют признаки гиподинамии и снижения уровня физической активности.

Комплексная оценка образа жизни студентов с использованием опросника FANTASTIC Lifestyle показала, что лишь около трети обследованных студентов характеризуются благоприятным образом жизни. У большинства студентов выявлены умеренные нарушения режима питания, недостаточная физическая активность и повышенный уровень стрессовых нагрузок. Эти результаты согласуются с данными исследований, проведенных в различных странах, где также отмечается значительная распространенность неблагоприятных поведенческих факторов среди студенческой молодежи.

Особое внимание в рамках исследования было уделено анализу распространенности вредных привычек, прежде всего употребления алкоголя и табакокурения. Несмотря на то, что доля студентов с признаками никотиновой зависимости и рискованного употребления алкоголя в

настоящем исследовании относительно невысока, выявленные показатели соответствуют тенденциям, описанным в международной научной литературе. По данным ряда зарубежных исследований, распространенность курения среди студентов может варьировать от 10 до 30%, в зависимости от социально-культурных условий и особенностей образовательной среды.

Полученные результаты также подтверждают, что вредные привычки среди студентов нередко формируются как форма неадаптивного поведения, направленного на снижение уровня психологического напряжения. В студенческом возрасте молодые люди часто сталкиваются с повышенной учебной нагрузкой, стрессом, необходимостью адаптации к новым условиям проживания и обучения, что может способствовать формированию неблагоприятных поведенческих стратегий.

Анализ психоэмоционального состояния студентов с использованием шкал HADS и DASS-21 показал, что примерно у четверти обследованных студентов отмечаются признаки повышенной тревожности и эмоционального напряжения. Полученные данные также согласуются с результатами международных исследований, согласно которым распространенность тревожных и стрессовых состояний среди студентов может достигать 25–40%. Студенческая молодежь рассматривается как социальная группа, наиболее подверженная воздействию стрессовых факторов, связанных с учебным процессом, профессиональной ориентацией и социальной адаптацией.

Следует отметить, что выявленные медико-социальные факторы риска не существуют изолированно, а формируют комплекс взаимосвязанных поведенческих характеристик, оказывающих совокупное влияние на состояние здоровья студентов. Низкий уровень физической активности, неблагоприятный образ жизни, вредные привычки и психоэмоциональное напряжение часто взаимно усиливают влияние друг друга, формируя неблагоприятный профиль факторов риска.

Особое значение имеют результаты исследования, полученные среди студентов техникумов общественного здоровья, поскольку данная категория обучающихся представляет собой будущих специалистов системы здравоохранения. Формирование здорового образа жизни среди данной группы молодежи имеет не только медицинское, но и социальное значение, поскольку будущие медицинские работники выступают носителями и проводниками идей профилактики и здорового образа жизни среди населения.

Таким образом, результаты настоящего исследования подтверждают необходимость разработки и внедрения комплексных профилактических мероприятий, направленных на формирова-

ние здорового образа жизни студентов, повышение уровня физической активности, снижение распространенности вредных привычек и улучшение психоэмоционального благополучия обучающихся.

Перспективным направлением профилактической работы является внедрение организационно-методической модели диспансерного наблюдения студентов, основанной на выявлении групп риска и использовании современных методов социально-гигиенического мониторинга состояния здоровья студенческой молодежи.

Заключение. Проведенное исследование показало, что состояние здоровья студентов техникумов общественного здоровья формируется под влиянием комплекса медико-социальных факторов.

У значительной части студентов выявлены неблагоприятные факторы риска, включая низкий уровень физической активности, нарушения образа жизни, а также признаки психоэмоционального напряжения.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости разработки и внедрения профилактических программ, направленных на формирование здорового образа жизни студентов и совершенствование системы медицинского наблюдения в образовательных учреждениях.

Литература:

1. Баранов А. А., Намазова-Баранова Л. С., Альбицкий В. Ю. Здоровье детей и подростков в современных условиях: проблемы и пути решения // Педиатрическая фармакология. — 2019. — Т. 16, № 4. — С. 215–222.
2. Каримов Ш. И., Маматкулов Б. М. Общественное здоровье и организация здравоохранения: учебник. — Ташкент: Издательство медицинской литературы, 2016. — 384 с.
3. Каримов Ш. И., Маматкулов Б. М., Турсунов О. Т. Общественное здоровье и здравоохранение: учебное пособие. — Ташкент: Издательство медицины, 2020. — 320 с.
4. Ризаев Ж. А., Туксонбоев Н. Х. У. Деформация носа с расщелиной и ринопластика //Scientific progress. — 2021. — Т. 2. — №. 2. — С. 92-104.
5. Ризаев Ж. А., Фаттахов Р. А. Изучение уровня психоэмоционального напряжения у пациентов на стоматологическом приеме //Stomatologiya. — 2017. — №. 3. — С. 75-79.

6. Ризаев Ж. А., Хазратов А. И., Иорданишвили А. К. Морфофункциональная характеристика слизистой оболочки жевательного аппарата при экспериментальном канцерогенезе //Российский стоматологический журнал. — 2021. — Т. 25. — №. 3. — С. 225-231.

7. Ризаев Ж. А. и др. Влияние базиса ортодонтических аппаратов на ткани твёрдого нёба на различных этапах расширения верхней челюсти //Stomatologiya. — 2018. — №. 2. — С. 41-42.

8. Ризаев Ж. А., Хайдаров А. М., Ризаев Э. Ф. Герпетический стоматит у детей, причины, симптомы, лечение //Журнал/Здоровье Узбекистана. Ташкент. — 2016. — №. 4. — С. 30-35.

9. Peltzer K., Pengpid S. Lifestyle behaviour and mental health among university students in ASEAN countries // International Journal of Environmental Research and Public Health. — 2018. — Vol. 15, No. 10. — Article 2116.

10. Rotenstein L. S., Ramos M. A., Torre M., Segal J. B., Peluso M. J., Guille C., Sen S., Mata D. A. Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students: a systematic review and meta-analysis // JAMA. — 2016. — Vol. 316, No. 21. — P. 2214–2236.

ОЦЕНКА МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА, ВЛИЯЮЩИХ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИКУМОВ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ

Юсупов Н.Э., Мамараджабов С.Э.

Резюме. Целью данного исследования явилось изучение медико-социальных факторов, влияющих на состояние здоровья студентов техникумов общественного здоровья, с использованием адаптированных международных шкал оценки образа жизни и психоэмоционального состояния. Проведено выборочное социально-гигиеническое исследование среди 304 студентов Мубаракского техникума общественного здоровья Кашкадарьинской области. В исследовании использованы международные шкалы IPAQ-SF, FANTASTIC Lifestyle, AUDIT, FTND и HADS/DASS-21, адаптированные к региональным условиям. Результаты показали, что у значительной части студентов отмечаются неблагоприятные медико-социальные факторы риска: низкий уровень физической активности, признаки психоэмоционального напряжения, а также распространенность вредных привычек.

Ключевые слова: медико-социальные факторы, вредные привычки, техникум общественного здоровья.