

Шагина Инна Рудольфовна,

доцент кафедры физики, математики и медицинской информатики,
Астраханский ГМУ Минздрава России,
г. Астрахань;

Репина Дарья Николаевна,

ассистент кафедры физики, математики и медицинской информатики,
Астраханский ГМУ Минздрава России,
г. Астрахань

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Аннотация. В статье раскрываются процессы, происходящие с иностранными студентами медицинского университета имеющие прямое отношение к их состоянию здоровья. Далее приведен анализ основных подходов к понятию здоровье и здоровьесбережение.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесбережение иностранных студентов, студенты медики, медицинский вуз.

Культурно-историческая и финансовая привлекательность нашей страны в последние годы увеличивает приток иностранных студентов в медицинские вузы России. На сегодняшний день у России есть все возможности для совершенствования образования будущих врачей в соответствии с предъявленными современными требованиями.

Обучение студентов в медицинском университете включает в себя продолжительный рабочий день, транспортные перемещения по городу в связи с расположением клинических учреждений, необходимость поиска и материала после учебы в библиотеке, на кафедрах с препаратами, работа в контакте с больными, ночные дежурства. Всё это приводит к значительному физическому, психическому напряжению и перенапряжению.

Студенты-медики, относятся к социальной группе с выраженной динамикой. Молодежь, находящаяся в условиях становления личностной и профессиональной зрелости, подвержена значительным физическим и психическим нагрузкам. Вышеперечисленные факты во многом обуславливают специфику здоровьесбережения. По окончании учебы квалификация студентов меняется, но образ жизни медицинских работников подлежит незначительным изменениям.

Анализ литературных источников, посвященных изучению здоровья и качества жизни медицинских работников, позволил выявить ряд важных проблем. Здоровый образ жизни не рассматривается как условие и как результат успешной социализации личности. До настоящего времени не выработано стратегии формирования здоровьесберегающего поведения.

Между тем, Совет ректоров медицинских и фармацевтических вузов отметил, что формирование здорового образа жизни играет важную роль в подготовке специалистов с высшим медицинским образованием, и рекомендовал включить здоровьесберегающие методики в качестве составной части учебно-воспитательного процесса и в учебные программы подготовки специалистов [2].

Данный вопрос был изучен на примере медицинского осмотра иностранных студентов. При поступлении в медицинский университет от 22% до 33% иностранных студентов имеют отклонения в состоянии здоровья. Это отрицательно сказывается на их работоспособности, как умственной, так и физической. Следовательно, замедляется процесс адаптации в новой образовательной среде.

В связи с результатами исследований, необходимо включать в образовательный процесс оздоровительные методики, имеющие направление на профилактику ОРВИ, укрепление дыхательной системы, уравнивание эмоционального фона и урегулирование психосоматики.

Важно учитывать свойство систем в результате реакций, компенсирующих влияние внешнего воздействия, сохранять внутреннюю стабильность на определенном, относительно постоянном уровне. Опираясь на это, был проведен опрос. Результаты оказались следующими.

Основная часть студентов с высоким уровнем саморегуляции, источником информации в отношении поддержания здоровья выбрала консультации со специалистами - 67%. Немного меньше студентов доверяют советам друзей и знакомых - 51%. Для респондентов с низким уровнем воли наиболее достоверными источниками информации являются СМИ - 72%, а также консультации с медицинскими специалистами - 65%.

Ключевыми факторами, оказывающими наиболее существенное влияние на состояние здоровья, по мнению студентов с высоким уровнем саморегуляции, являются особенности образа жизни - 71%, питания - 68%, влияние экологии на состояние организма - 56%.

Незначительную роль играют вредные привычки и качество медицинского обслуживания. В группе респондентов с низким уровнем саморегуляции преобладают следующие факторы: вредные привычки - 78%, образ жизни - 62% и питание - 57%.

В студенческой среде здоровье и здоровый образ жизни относятся не к самым важным ценностным ориентирам. Нужно подчеркнуть, что когнитивный и поведенческий уровни здоровья преобладают. Уровень мотивации для поддержания и улучшения здоровья, интерес к обучению практике здравоохранения, является низким. Приоритетными ценностями студенты считают признание, уважение, карьеру, здоровье, которое не находится на переднем плане этих ценностей. В то же время, нехватка времени, необходимость сохранения здоровья и наличие текущих дел являются более важными, что может указывать на потребительское отношение к здоровью.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агафонова И.А., Мирзабекова О.В. *Формирование диагностических компетенций у студентов медицинских вузов при обучении физике*// *Человек и образование. 2015 № 4 (45). С. 103-107*
2. Веретельникова Ю.Я., Чернышкова Е.В., Беляков А.Е. *Личностные детерминанты стратегий преодоления трудных ситуаций у студентов медицинского вуза* // *Саратовский научно-медицинский журнал. - 2013. - Т. 9. - № 1. - С. 132-136.*
3. Чернышков Д.В., Проценко О.Ю. *Основные аспекты здоровья и здоровьесбережения студентов-медиков* // *Бюллетень медицинских интернет-конференций. – 2015. – Т. 5. – № 5. – С. 738.*