

УДК 613.94:[61:378]

## ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ

Шуматов В.Б., Крукович Е.В., Рассказова В.Н., Кузьмина Т.Н.

*ГБОУ ВПО «Тихоокеанский государственный медицинский университет» Минздрава России,  
Владивосток, e-mail: tgmu@mail.ru*

Формирование здоровьесберегающей среды для обучающихся высших учебных заведений является одним из важнейших аспектов для руководства вузов в плане подготовки специалистов, обладающих не только знаниями, умениями, навыками, подтверждающими их компетентность в будущей профессии, но и умение мотивировать себя и окружающих людей на формирование здорового образа жизни. Исследования данного вопроса показали увеличение в пять раз в ГБОУ ВПО ТГМУ Минздрава России числа различных культурно-массовых, спортивных, оздоровительных мероприятий, осознанию ценностного отношения студенчества к общественному и личному здоровью – важнейшему компоненту общей и профессиональной культуры будущих врачей, лидеров общественного мнения. Показана роль университета в обеспечении защиты прав студентов в вопросах охраны здоровья с использованием организационно-управленческих, финансово-экономических, учебно-воспитательных, научно-методических, психолого-педагогических, медико-социальных и иных составляющих здоровьесбережения.

**Ключевые слова:** здоровьесбережение, здоровый образ жизни, социальная зрелость, личное здоровье

## FORMATION OF HEALTH-ENVIRONMENT IN MEDICAL UNIVERSITY

Schumatov V.B., Krukovich E.V., Rasskazova V.N., Kuzmina T.N.

*Pacific State Medical University of Ministry of health of the Russian Federation, Vladivostok,  
e-mail: tgmu@mail.ru*

Formation of health-environment in medical university is one of the most important aspects for guidance of universities in terms of preparation of experts, not only have the knowledge, skills, skills, confirming their competence in a future profession, but also the ability to motivate yourself and the people around them by promoting a healthy lifestyle. A study of the issue showed an increase five times in UNIVERSITY of the Ministry of health of Russia HBO GBOU number of various cultural, sports, recreational activities, awareness of the value students attitudes to public and personal health-essential element of General and professional education of future doctors, leaders of public opinion. The role of the University in ensuring the protection of students' rights in matters of health with the use of organizational and managerial, financial and economic, educational, scientific, educational, psychological, medical, social and other components of the health-environment.

**Keywords:** health-environment, healthy lifestyle, social maturity, personal health

Высшее образование представляет собой сложную систему социальных отношений, где роль вуза как инструмента социализации весьма значительна. Студенты – это наиболее динамичный контингент, находящийся в периоде формирования социальной и физиологической зрелости, хорошо адаптирующийся к комплексу факторов социального окружения и вместе с тем, в силу ряда причин, подверженный высокому риску нарушений в состоянии здоровья. Проблема здоровьесбережения студентов и формирования осознанной мотивации их на охрану личного здоровья становится все более актуальной для вузовского образования. Ослабленное, чаще всего еще до поступления в вуз, состояние организма и психики, экологические проблемы, недостаточное питание, гиподинамия, невысокий в целом уровень валеологической культуры обуславливает то, что более половины студентов не здоровы, многие из них находятся в преморбидных (предболезненных) состояниях [3].

В XXI веке в развивающемся демократическом обществе России формируется

потребность в новом типе личности, с ориентацией на приоритет личного здоровья. Поэтому проблема укрепления здоровья студентов-медиков, основного резерва кадров российского здравоохранения, носит стратегический характер для государства и общества. Задачей любого вуза является подготовка физически здоровых специалистов, способных долго сохранять работоспособность и творческую активность. Хорошее здоровье в совокупности с социальной зрелостью являются необходимыми условиями получения высшего профессионального образования, так как овладение науками сегодня требует от студентов вузов больших умственных, физических и психоэмоциональных затрат [7].

Здоровье подрастающего поколения формируется под влиянием биологических и социальных факторов. От нормального физического развития, функционирования органов и систем студентов зависит способность их организма сохранять устойчивость к экзогенным факторам, адаптироваться к меняющимся условиям внешней среды. Растущий поток информации, потребность

более глубоких знаний от специалистов, требует и будет требовать все больше усилий от студентов. В связи с этим перед вузом возникает ряд задач по решению вопросов рационального сочетания труда и отдыха студентов, необходимости совершенствования здоровьесберегающих технологий преподавания, соответствующей инфраструктуры. На успеваемость могут сказываться и недостатки физического развития [5,6]. Сегодня физическая культура и спорт не просто основные элементы развития, а социально значимые конструкторы, непосредственно влияющие на формирование личности специалистов. Однако, в настоящее время наблюдается тенденция роста числа студентов специальной медицинской группы с 10 до 20 – 25%. Установлено, что за время обучения в вузе здоровье студентов не улучшается, а ряд авторов отмечают его ухудшение. Так ко второму курсу количество случаев заболеваний увеличивается на 23%, а к четвертому – на 43% [1,2]. Вместе с тем, большинство будущих медиков (78,0%) стремятся к охране собственного здоровья, однако устойчивая осознанная мотивация на формирование здорового образа жизни отмечается не более чем у 22,0% опрошенных. Это свидетельствует, что студенты обеспокоены вопросами своего здоровья, причем у старшекурсников это более выражено [4].

Здоровье имеет и экономическую составляющую, которая особенно актуальна в настоящее время, поэтому создание условий для сохранения студенческого здоровья и занятий физической культурой должно стать для вуза задачей и производственной.

Целью работы является изучение здоровьесберегающей среды медицинского вуза.

Задачами исследования выступают: анализ реализации программы охраны здоровья и формирования здорового образа жизни студенческой молодежи, определение влияния среды вуза на сохранение и поддержание здоровья студентов.

Объектом исследования являются студенты медицинского вуза, а предметом – среда вуза как инструмент здоровьесбережения.

### **Материалы и методы исследования**

Для реализации цели использованы следующие методы: аналитический, системного анализа, статистический, социологический.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

В ГБОУ ВПО «Тихоокеанском государственном медицинском университете»

Минздрава России работа по охране здоровья и формированию здорового образа жизни началась и была закреплена рядом стратегических документов, принятых Ученым советом университета в 2008 году: «Концепцией воспитательной деятельности в условиях реализации стратегического плана развития вуза на период 2009-2015 гг.» и целевой программой «Охрана здоровья и формированию здорового образа жизни обучающихся и сотрудников вуза на период 2009/2013 гг.».

В ходе реализации данных документов полностью поменялись организационно-управленческие подходы к проблеме здоровьесбережения. В настоящее время главным органом управления данного направления в студенческой среде, стал объединенный Совет самоуправления ТГМУ.

За период с 2009 по 2013 годы число различных культурно-массовых, спортивных, оздоровительных мероприятий возросло в пять раз, включая разные уровни: всероссийские, региональные, муниципальные, межвузовские, вузовские, межфакультетские, факультетские, курсовые и пр. Охват обучающихся и сотрудников участвующих в реализации здоровьесберегающих мероприятиях возрос с 5-10% до 30%.

Особое значение придается формированию здорового образа жизни и ценностному отношению студенчества к общественному и личному здоровью – важнейшему компоненту общей и профессиональной культуры будущих врачей, лидеров общественного мнения. При проведенном нами анонимном анкетировании преподаватели и студенты примерно в равной степени ответили, что ведут здоровый образ жизни (63% и 57% соответственно). При ответе на вопрос: «Что мешает вести здоровый образ жизни?», студенты из ведущих факторов выделили режим труда и отдыха и питания (рис. 1). Однако до 30% опрошенных студентов отметили, что курят, а 20% выпивают по праздникам.

Большое внимание в ТГМУ уделяется обеспечению необходимых социально-бытовых условий жизнедеятельности иногородних студентов, проживающих в общежитиях. За исследуемый период планомерно осуществлялся ремонт в общежитиях ТГМУ, бытовые комнаты полностью оснащены бытовой техникой. В университете реконструированы залы и помещения для занятий физкультурой и спортом. Ежегодно дополнительными спортивными и физкультурными занятиями охвачено более 300 обучающихся. Выполнена работа по усилению пожарной безопасности, антитеррористической защищенности и профи-

лактики табакокурения в учебных корпусах и общежитиях ТГМУ. Создана единая система видеонаблюдения с единым сервером, единая система контроля доступа в здания ТГМУ с установкой турникетов с идентификацией прохождения. Территория университета признана свободной от наркотиков и табака. Регулярно проводятся Дни здоровья,

без сигарет, волонтерского движения «Нет наркотикам», участие в акциях: «Россия без табака», «Медики против наркотиков», в фестивале «Физическая культура – вторая профессия врачей». ТГМУ принял участие в реализации программы «Россия без табака», под эгидой Общероссийской общественной организации Лига здоровья нации.

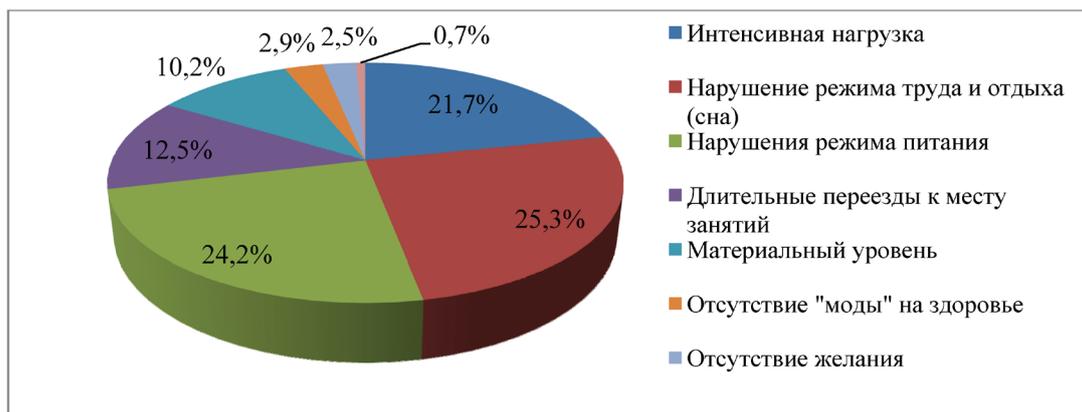


Рис. 1. Оценка ответа респондентов-студентов на вопрос анкеты: Что мешает вести ЗОЖ?

Безусловно, положительная динамика реализации материально-технического и информационного обеспечения учебно-воспитательного процесса, показала довольно высокий рейтинг вуза при анкетировании студентов через [www.nica.ru](http://www.nica.ru)

8-9 баллов удовлетворенности студентов воспитательной работой вуза, что согласуется с данными анонимного анкетирования обучающихся и профессорско-преподавательского состава, проведенного отделом системы качества обучения ТГМУ (рис. 2).



Рис. 2. Результаты анонимного анкетирования удовлетворенности преподавателей и студентов ТГМУ

Рациональный режим труда и отдыха – необходимый элемент здорового образа жизни обучающегося. Учитывая, пожелание студентов старших курсов, обучающихся на клинических базах, начиная с 2011-2012 учебного года лекционный курс для студентов старших курсов (4 – 6) проводится по цикловой форме в первый месяц учебного семестра, что значительно улучшило режим их работы. Нововведением по работе со студентами первого курса явилось проведение социально-психологического тренинга, что стимулировало улучшение социально-психологического климата в группах. В университете создан центр психологической помощи. При совете самоуправления вуза активно работает корпус волонтеров. Волонтеры обеспечивают все значимые здоровьесберегающие направления: активно сотрудничают с международной организацией Красного Креста; оказывают помощь в проведении Дня донора; «Наркомании и СПИДУ НЕТ»; «Медики против наркотиков»; участвуют в совместных мероприятиях с региональным отделением общественной организации Лига здоровья «Прогулка с врачом» и др. В ТГМУ традиционными стали мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни: «Вперед к здоровью»; «Знания, молодость, здоровье»; «Здоровая молодежь – здоровое будущее» и пр. Университет ежегодно принимает участие во Всероссийском конкурсе «Вуз здорового образа жизни».

В ГБОУ ВПО ТГМУ Минздрава России реализация мероприятий здоровьесбережения среди студенчества осуществляется также через преподавание таких вариативных дисциплин как: основы медицинских знаний и профилактика болезней, валеология, основы формирования здорового образа жизни (ЗОЖ), безопасность жизнедеятельности, основы планирования семьи, основы здорового питания. Большая работа по охране и укреплению здоровья обучающихся проводится в рамках специальных программ профилактики, функционирования центра психологической помощи, центра охраны репродуктивного здоровья подростков и молодежи – клиники друже-

ственной к молодежи «Иван да Марья», стоматологической клиники университета, а также при совместной работе с краевым Центром здоровья.

**Выводы.** Таким образом, формируя здоровьесберегающую среду, медицинский вуз в своей деятельности способствует выработке у студентов мотивации на здоровый образ жизни в части отказа от курения, рационализации питания и режима дня, увеличения физической нагрузки, профилактики стрессов, ведения паспорта своего здоровья. Университет сегодня обеспечивает защиту прав студентов в вопросах охраны здоровья, используя организационно-управленческую, финансово-экономическую, учебно-воспитательную, научно-методическую, психолого-педагогическую, медико-социальную и иные составляющие, организует мониторинг, а также комплексную оценку здоровья студентов, разрабатывает и реализует профилактические программы охраны здоровья обучающихся.

#### Список литературы

1. Викторов Д.В. Здоровьесбережение: проблемы развития мотивации у студентов вузов: монография / Д.В. Викторов. – Омск: изд-во ОмГПУ, 2009. – 142 с.
2. Киселева Е.В. Медико-биологические проблемы здоровья у молодежи / Е.В. Киселева, Р.В. Омельченко // Актуальные проблемы экспериментальной, профилактической и клинической медицины: Тезисы докладов XIII Тихоокеанской научно-практической конференции студентов и молодых ученых с международным участием. – Тихоокеанский медицинский журнал. – Владивосток, 2012, №3. – С. 99.
3. Костин В.А. Внутривузовские организационно – управленческие механизмы охраны здоровья студентов // Здравоохранение/ – 2007, №2. – С. 39 – 44.
4. Крукович Е.В., Трусова Л.Н., Рассказова В.Н., Янсонс Т.Я. Изучение мотивационной установки на формирование здорового образа жизни у студентов медицинского вуза/ НИИ педагогики и психологии// Научный потенциал. – Чебоксары. – 2012, №3(8). – С. 63-69.
5. Науменко Ю.В. Концепция здоровьесформирующего образования. // Инновации в образовании. – 2004, №2. – С. 90 – 103.
6. Семикин Г.И. Научные и организационно-методические основы разработки здоровьесберегающих технологий в условиях высшей школы и их медико-техническое обеспечение // Медицинская техника. – 2005. №1. – С. 13 – 17.
7. Шпорин Э.Г., Лаптев А.П., Лебединский В.Ю., Колокольцев М.М. Здоровье студента и пути его совершенствования (методическое пособие)// Успехи современного естествознания. – 2010. – № 2 – С. 52-53.