

**ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ  
НАВЫКОВ КОРРЕКЦИИ  
УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
АКТИВНОСТИ ПАЦИЕНТОВ  
ВАМБУЛАТОРНО-  
ПОЛИКЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ**

Тыщенко О.Т., Бурба Л.В.,  
Филипченко Е.М.  
*ФГБОУ ВО КубГМУ Минздрава России,  
Краснодар, Россия*

Значимость отработки теоретических и практических навыков у студентов медицинских вузов при проведении консультирования пациентов по одному из ведущих модифицируемых факторов риска развития хронических неинфекционных болезней - низкой физической активности (ФА), очень высока. Студенты, знакомясь на клинических базах с нозологическими формами заболеваний, должны оценить распространённость и социальную значимость хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ), таких, как сердечно-сосудистые и цереброваскулярные, сахарный диабет 2 типа, некоторые типы рака, а также модифицируемые факторы риска ХНИЗ (избыточная масса тела и ожирение, гипергликемия, дислипидемия, нерациональное питание, повышенное артериальное давление), где проведение врачом краткого и/или углубленного консультирования по вопросам низкой ФА является обязательными или рекомендованными профилактическими мероприятиями [1].

Формирование навыков оценки уровня ФА пациентов с последующим консультированием на кафедре поликлинической терапии проводится у студентов при изучении практической части занятий по лечебной физкультуре и ФА дисциплин «Медицинская реабилитация» и «Поликлиническая терапия» [2]. На занятиях используются методические рекомендации «Оказание медицинской помощи взрослому населению по оптимизации физической активности» [3], в которых предложена методика быстрого (в течение 3-5 мин) и эффективного консультирования пациентов по

вопросам физической активности во время обычного визита к врачу.

Студентам предлагается с помощью имеющихся в методических рекомендациях анкеты и протоколов анонимно оценить свой уровень ФА и сформировать индивидуальные рекомендации по его коррекции. Из 8 утверждений анкеты, характеризующих уровень ФА и степень готовности ее увеличить, предлагается выбрать один подходящий для них вариант.

Подведение итогов практической части занятия предполагало:

- оценку уровня ФА студентов в группе с разделением по категориям: «Не готов к изменениям» (утверждение 1), «Готов к изменениям» (утверждение 2-4), «Физически активен» (утверждение 5-8) и обсуждение полученных результатов;

- оценку затруднений, возникших у студентов при выборе утверждения;

- оценку возможных затруднений у пациентов при выборе утверждения и степень врачебного участия в этом процессе;

- формулировку врачебных рекомендаций для краткого индивидуального консультирования в зависимости от категории пациента по протоколам: «Встать со своего кресла», «Планирование первого шага», «Не терять темп»;

- определение показаний для проведения углубленного консультирования по коррекции уровня ФА.

Ряд студентов отмечали затруднения при выборе подходящего утверждения и предполагали их возникновение у пациентов на врачебном приеме. Это явилось поводом к обсуждению результатов оценки ФА и возможности широкого применения рекомендованной анкеты в амбулаторно-поликлинической практике, а также внесению следующих предложений:

- проведение исследования уровня ФА среди студентов, изучающих дисциплины «Медицинская реабилитация» и «Поликлиническая терапия»;

- выяснение затруднений, возникающих при проведении анкетирования, с оценкой результатов.

В исследовании участвовало 167 студентов лечебного факультета IV курса (99 студентов) и V курса (68 студентов). Оценка уровня ФА среди опрошенных студентов показала, что 32,3% (54 студента) отнесены к категории «Физически активен». Достоверно выше оказалось число студентов категории «Готов к изменениям», которые не имели достаточной физической нагрузки, но были готовы к ее изменению – 67,7% (113 студента,  $p \leq 0,001$ ). Студентов, отнесенных к категории «Не готов к изменениям», не выявлено. При сравнении уровней ФА между курсами оказалось, что «Физически активен» больше среди студентов IV курса – 34,3% (34 студента), чем среди V курса – 29,4% (20 студентов,  $p > 0,05$ ). «Готов к изменениям» ФА – 65,7% (65 студентов) студентов IV курса и 70,6% (48 студентов) V курса.

В ходе исследования выяснилось, что 63% студентов, испытывая затруднения при выборе подходящего утверждения, предполагали возникновение сложностей у пациентов на врачебном приеме следующего характера:

- выбор из восьми предложенных утверждений одного подходящего, обуславливает необходимость прочтения несколько раз всех утверждений, что индивидуально увеличивало время анкетирования;

- сложности в определении отличий между утверждениями понятийного характера;

- употребление терминов «умеренная» и «интенсивная» ФА в ряде случаев потребует предварительной беседы врача с пациентом, что увеличит продолжительность врачебного приема.

Высокий процент возникновения затруднений при проведении анкетирования среди студентов послужил поводом к внесению ряда предложений:

- внести изменения в форму оценки ФА, предложенную в методических рекомендациях «Оказание медицинской помощи взрослому населению по оптимизации физической активности», с учетом выявленных затруднений;

- разработать памятки для пациентов «Встать со своего кресла», «Планирование первого шага», «Не терять темп» с целью сокращения времени проведения краткого врачебного консультирования;

- обосновать выделение группы пациентов «Готов к изменениям», которым показано проведение углубленного индивидуального и/или группового консультирования по коррекции уровня ФА.

Практические занятия на кафедре поликлинической терапии по проведению оценки уровня ФА пациентов и консультирования позволили не только сформировать теоретические и практические навыки у студентов, но и оценить эффективность использования предложенной методики с внесением ряда предложений по ее усовершенствованию.

#### Литература

1. Потемкина, Р. А. Школа здоровья. Физическая активность и питание: руководство для врачей / под общ. ред. Р. Г. Оганова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 95 с.
2. Горбань, В. В. Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / В. В. Горбань, Л. В. Бурба, А. В. Тегай. – Краснодар: КубГМУ, 2016. – 52 с.
3. Кривонос, О. В. Оказание медицинской помощи взрослому населению по оптимизации физической активности: методические рекомендации / О. В. Кривонос, С. А. Бойцов, Р. А. Потемкина, Б. А. Поляев. – М.: ФГБУ «Государственный научно-исследовательский центр профилактической медицины» Минздрава России, 2012. – 33 с.