

УДК 378

**ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ –
БУДУЩИХ ПЕДИАТРОВ*****Калин Денис Александрович,***

*Студент, ФГБОУ ВО Алтайский государственный медицинский университет
Министерства здравоохранения РФ, г. Барнаул, Россия,
e-mail: kalin.02@mail.ru*

Бендрикова Альбина Юрьевна,

*Кандидат социологических наук, доцент кафедры социально-гуманитарных
наук, ФГБОУ ВО Алтайский государственный медицинский университет
Министерства здравоохранения РФ, г. Барнаул, Россия,
e-mail: bendrikova-a@mail.ru*

Статья посвящена изучению процесса формирования здорового образа жизни врача-педиатра в ходе профессионального обучения. В работе выделены определения таких понятий, как здоровье, здоровый образ жизни. Рассматриваются основные составляющие здорового образа жизни. Анализ учебного плана и ФГОС ВО по специальности «Педиатрия» позволил определить роль дисциплины «Биоэтика» в формировании здорового образа жизни будущего врача-педиатра. Был проведен анкетный опрос студентов 2 курса Института педиатрии АГМУ, выявлена степень информированности и соблюдения основных принципов ЗОЖ. Авторы делают вывод о влиянии дисциплин социально-гуманитарного профиля, которые студенты-медики осваивают в ходе профессиональной подготовки в вузе, на формирование здорового образа жизни. По результатам проведенного эмпирического исследования авторами представлен обобщенный, собирательный образ будущего врача-педиатра.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, студенты, здоровье, врач-педиатр, профессиональное обучение.

**PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF A MEDICAL STUDENT IN THE
PROCESS OF STUDYING AT A UNIVERSITY*****Kalin Denis Alexandrovich,***

*Student, Altai State Medical University of the Ministry of Health of the Russian
Federation, Barnaul, Russia,
e-mail: kalin.02@mail.ru*

Bendrikova Albina Yurievna,

*PhD, Associate Professor of the Department of Social Sciences and Humanities, Altai
State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation,
Barnaul, Russia,
e-mail: bendrikova-a@mail.ru*

The article is devoted to the study of the process of forming a healthy lifestyle of a pediatrician during professional training. The paper highlights the definitions of such concepts as health, a

healthy lifestyle. The main components of a healthy lifestyle are considered. The analysis of the curriculum and the Federal State Educational Standard in the specialty "Pediatrics" allowed us to determine the role of the discipline "Bioethics" in the formation of a healthy lifestyle of the future pediatrician. A questionnaire survey of 2nd year students of the Institute of Pediatrics of ASMU was conducted, the degree of awareness and compliance with the basic principles of healthy lifestyle was revealed. The authors conclude that the impact of social and humanitarian disciplines that medical students master during their professional training at the university on the formation of a healthy lifestyle. Based on the results of an empirical study, the authors present a generalized, collective image of the future pediatrician.

Key words: healthy lifestyle, students, health, pediatrician, vocational training.

«Единственная красота, которую я знаю, — это здоровье», — говорил Генрих Гейне [8]. Проблема здорового образа жизни не только не теряет своей актуальности, но и набирает обороты в современном российском обществе. Нет ни одной сферы жизнедеятельности, где бы ни была актуальна тема здорового образа жизни. По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), здоровье определяется как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье включает в себя такие социально значимые критерии, как продолжительность жизни, умственная и физическая работоспособность, воспроизводство здорового потомства [1, 7]. Здоровье является основным приоритетом в развитии нашей страны. Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» реализуется программа «Укрепление общественного здоровья» [6]. Здоровье – одна из главных ценностей в жизни человека. Поэтому уже с детского возраста необходимо формировать осознанное отношение к своему здоровью. Транслятором основных ценностей здорового образа жизни является, в частности, врач-педиатр, который непосредственно взаимодействует как с детьми, так и с родителями. В свою очередь, врач-педиатр должен сам обладать знаниями об основных принципах здорового образа жизни и уметь формировать навыки ЗОЖ у своих пациентов.

В данном контексте особую актуальность приобретает тема формирования здорового образа жизни у молодежи, в том числе у будущих врачей. В состав здорового образа жизни входят такие элементы, как режим труда и отдыха, искоренение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, закаливание, рациональное питание. Большую роль в формировании такого отношения к своему здоровью у студентов-медиков могут сыграть образовательная организация, в том числе содержание профессиональной подготовки.

В соответствии с ФГОС ВО по специальности «Педиатрия» в образовательном процессе студенты – будущие педиатры осваивают некоторые универсальные компетенции, в частности: способность поддерживать должный уровень физического состояния для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Индикатором сформированности данной компетенции является соблюдение и пропаганда норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.

В процессе обучения и профессиональной подготовки студентов медицинского вуза дисциплина «Биоэтика» может стать основой формирования указанной универсальной компетенции.

Как учебная дисциплина «Биоэтика», обращаясь к личности студента, развивает биоэтическое мышление, помогает будущему врачу определить составляющие ответственного поведения, закрепляет должное поведение во взаимоотношениях между врачом и пациентом. Основопологающим фактором для реализации ответственного выбора в клинической практике должно стать соблюдение принципа «уважения автономии личности» и правил, которые основываются на нем: «правдивости», «справедливости», «конфиденциальности» и «добровольного информированного согласия».

Биоэтика в условиях профессиональной медицинской деятельности предполагает формирование ответственности за свои действия у всех участников лечебного процесса. Врач должен уметь оценивать показатели,

которые отражают состояние здоровья населения, осуществлять профилактику инфекционных и генетических заболеваний, эффективно осуществлять просветительскую работу среди здоровых и больных [3].

Целью данной работы явилось изучение отношения к здоровому образу жизни студентов – будущих педиатров АГМУ.

В исследовании приняли участие 112 студентов 2-го курса Института педиатрии АГМУ. Респонденты были опрошены методом сплошного анкетирования. Выборочная совокупность обоснована наличием в учебных планах специальности «Педиатрия» на этом курсе дисциплины «Биоэтика».

По мнению И.Ф. Демидовой, понятие здорового образа жизни у человека складывается с детства из его окружения [4, 9]. Чтобы сформировать или скорректировать представление ребенка о вреде алкоголя и курения, необходимо рационально транслировать здоровый образ жизни с раннего детства. Именно в семье ребенок проводит большую часть своего времени, поэтому родителям необходимо быть просвещенными во всех вопросах, которые будут волновать их ребенка в дальнейшей жизни [5]. И.Ф. Демидова в своей работе затрагивает вопрос о зависимости понимания здорового образа жизни от возраста. Это, в частности, выражается в том, что в юном возрасте важно выглядеть спортивно и привлекательно, при этом какие-либо физические недостатки рассматриваются как показатель болезни, но с возрастом это становится незначительным. Не может остаться без внимания то обстоятельство, что взрослые люди не видят ничего плохого в употреблении алкоголя. Однако известен факт того, что даже небольшие дозы алкоголя могут привести к заболеванию алкоголизмом.

Д.А. Цеплит уделяет особое внимание тому, что в формировании правильного понимания здорового образа жизни принимает участие не только семья, но и образовательная организация [10]. Восприятие информации о различных методах оздоровления осуществляется благодаря педагогам.

В своей научной работе Ю.В. Бобрик делает особый упор на формирование культуры рационального питания, которая является основой для поддержания нормального веса тела, нормального уровня систолического и диастолического давления, а также нормальной концентрации в крови холестерина и глюкозы [2].

Каждый компонент здорового образа жизни играет особую роль. Без какого-либо составляющего элемента здорового образа жизни эффективность их влияния на общее состояние здоровья будет меньше или ее вообще может не быть. В ходе профессионального обучения студенты медицинского вуза получают, закрепляют знания о здоровом образе жизни и формируют собственную позицию в отношении к ЗОЖ, что необходимо в будущей профессиональной деятельности. Среди опрошенных студентов 2-го курса Института педиатрии АГМУ 83,9% респондентов женского пола, 16,1% – мужского пола.

По результатам анкетирования, большинство студентов отметили, что информацию о здоровом образе жизни они получают из Интернета (96,8%), что вполне объяснимо влиянием факторов информационного общества. На втором месте среди источников информации о ЗОЖ другие средства массовой информации (67,7%). Среди всех перечисленных источников специальная учебная литература, используемая в образовательном процессе, на третьем месте – 52%.

Будущие врачи-педиатры знают о значении профилактических мероприятий в лечебно-диагностическом процессе, поэтому регулярное посещение врача с целью профилактики выделяют в качестве основного элемента ЗОЖ (67,7%). Широкий круг интересов, хобби, богатая духовная жизнь (61,3%) и доброжелательное отношение к другим людям (22,6%) – все это является подтверждением понимания здорового образа жизни как единства физического, душевного и духовного здоровья.

Занятия физической культурой не популярны среди опрошенных респондентов (48,4%). 100% студентов, принявших участие в опросе, знают, что вредные привычки (курение, алкоголь) не соотносятся с понятием здорового образа жизни, однако у 51,6% они есть. Студенты также выделили, что необходимо придерживаться здорового образа жизни потому, что это необходимо для здоровья всего организма (58,1%), но есть те, кто считает это важным, но не главным (32%).

Таким образом, у опрошенных студентов отношение к ЗОЖ носит не активный, а пассивный характер, т.к., имея представление о его составляющих, о его значении для здоровья человека, они в большинстве своем ведут образ жизни, который нельзя назвать здоровым.

По результатам проведенного исследования мы представили обобщенный, собирательный образ будущего врача-педиатра.

Это врач преимущественно женского пола, для которого здоровый образ жизни связан с регулярным посещением врача, прохождением медицинских осмотров. Для получения информации об аспектах здорового образа жизни по преимуществу использует средства массовой информации, реже научную литературу. Регулярно не занимается физической культурой и спортом, а делает это в зависимости от настроения. Знает о негативном влиянии на организм вредных привычек, но не всегда сам обладает способностью от них отказаться. Таким образом, у них не сформирована одна из важнейших профессиональных компетенций.

Для врача-педиатра главным является поддержание своего здоровья, соблюдение всех норм и принципов здорового образа жизни.

Невозможно представить врача любой специальности, а в особенности педиатра, без знания и соблюдения правил и принципов здорового образа жизни. Проведенное исследование позволяет сделать вывод о необходимости усиления роли профессионального обучения в процессе формирования здорового образа жизни у студентов АГМУ. Полученные результаты

свидетельствуют о том, что только в рамках курса «Биоэтика» решить эффективно эту задачу невозможно. Однако в ходе изучения этого курса возможно формирование ответственного отношения к ЗОЖ как своего, так и пациентов.

На наш взгляд, данную проблему необходимо решать на основе комплексной образовательной и воспитательной работы со студентами медицинского вуза через применение как групповых, так и индивидуальных образовательных технологий при акцентировании внимания на развитии соответствующих ценностных ориентиров молодежи – стремлении отказаться от вредных привычек, вести здоровый образ жизни и заниматься физической культурой.

Список литературы:

1. Аветисян А.А., Захарченко А.Е. Основы здорового образа жизни студентов. критерии здорового образа жизни // Проблемы науки. современной науки и образования. 2021. № 11 (168). URL:<https://ipi1.ru/images/PDF/2021/168/osnovy-zdorovogo-obraza.pdf>
2. Бобрик Ю.В. Роль пропаганды здорового образа жизни в профилактике хронических неинфекционных заболеваний и повышение качества жизни населения / Труды НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента. М. : Изд-во Научно-исследовательского института организации здравоохранения и медицинского менеджмента, 2018. С. 15–16.
3. Васильков П.С., Лавренов В.Н. Здоровый образ жизни – важная ценность субъектов учебно-воспитательного процесса / Материалы международной научно-практической конференции «Практическая подготовка специалистов в условиях университетского образования: состояние, проблемы, перспективы». Витебск : Изд-во ВГУ, 2008. С. 216–217. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42874941>
4. Голубятникова М.В., Чистяков С.А. Роль семьи в формировании здорового образа жизни подрастающего поколения // Образование. Карьера. Общество. 2016. № 2. С. 63–64. URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/rol-semi-v-formirovanii-zdorovogo-obraza-zhizni-podrastayuschego-pokoleniya>
5. Демидова И.Ф. Изучение представлений молодежи о здоровом образе жизни // Новая наука: стратегии и векторы развития. 2016. № 118. С. 65–67.
6. Логинова Н.С., Бендрикова А.Ю., Пономаренко О.П., Пономарева А.С. Влияние профессионального воспитания студентов в вузе на процесс актуализации использования в сфере здравоохранения брендовых продуктов

Алтая // Межкультурная коммуникация в образовании и медицине. 2022. № 1. С. 20–34.

7. Магомедова П.М., Бирюкова Н.В. Здоровье и здоровый образ жизни в системе ценностей у современных подростков // Тенденции развития науки и образования. 2021. № 74-1. С. 91–95. URL: https://www.researchgate.net/publication/353214570_Zdorove_i_zdorovyj_obraz_zizni_v_sisteme_cennostej_u_sovremennyh_podrostkov

8. Стадников Г.В. У истоков «русского» Гейне: из истории первых публикаций прозы Гейне на русском языке // Acta Eruditorum. 2018. № 25. С. 9–13.

9. Хомутова Е.В., Игнашкина М.В. Здоровый образ жизни: укрепление здоровья // Наука-2020. 2022. № 4 (58). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovyy-obraz-zhizni-ukreplenie-zdorovya>

10. Цеплит Д.А. Формирование здорового образа жизни в ДООУ: анализ понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни» / Социальные процессы в современном российском обществе: проблемы и перспективы. Материалы IV Всероссийской научной конференции. Иркутск : Изд-во ИГУ, 2020. С. 548–551.

References:

1. Avetisjan A.A., Zaharchenko A.E. Osnovy zdorovogo obraza zhizni studentov. kriterii zdorovogo obraza zhizni // Problemy Nauki. 2021. No. 11 (168). URL:<https://ipi1.ru/images/PDF/2021/168/osnovy-zdorovogo-obraza.pdf>

2. Bobrik Ju.V. Rol' propagandy zdorovogo obraza zhizni v profilaktike hronicheskikh neinfekcionnyh zabolevanij i povyshenie kachestva zhizni naselenija / Trudy NII organizacii zdavoohranenija i medicinskogo menedzhmenta. M. : Izd-vo Nauchno-issledovatel'skogo instituta organizacii zdavoohraneniya i medicinskogo menedzhmenta, 2018. P. 15–16.

3. Vasil'kov P.S., Lavrenov V.N. Zdorovyj obraz zhizni-vazhnaja cennost' sub#ektov uchebno-vospitatel'nogo processa / Materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii «Prakticheskaya podgotovka specialistov v usloviyah universitetskogo obrazovaniya: sostoyanie, problemy, perspektivy». Vitebsk : Izd-vo VGU, 2008. P. 216–217. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42874941>

4. Golubjatnikova M.V., Chistjakov S.A. Rol' sem'i v formirovanii zdorovogo obraza zhizni podrastajushhego pokolenija // Obrazovanie. Kar'era. Obshchestvo. 2016. No. 2. P. 63–64. URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/rol-semi-v-formirovanii-zdorovogo-obraza-zhizni-podrastajushhego-pokoleniya>

5, Demidova I.F. Izuchenie predstavlenij molodezhi o zdorovom obraze // Novaja nauka: strategii i vektory razvitija. 2016. No. 118. P. 65–67.

6. Loginova N.S., Bendrikova A.Ju., Ponomarenko O.P., Ponomareva A.S. Vlijanie professional'nogo vospitaniya studentov v vuze na process aktualizacii ispol'zovanija v sfere zdavoohranenija brendovyh produktov Altaja // Mezhkul'turnaja kommunikacija v obrazovanii i medicine. 2022. 1. P. 20–34.

7. Magomedova P.M., Birjukova N.V. Zdorov'e i zdorovyj obraz zhizni v sisteme cennostej u sovremennyh podrostkov // Tendencii razvitiya nauki i obrazovaniya. 2021. No. 74-1. P. 91–95. URL: https://www.researchgate.net/publication/353214570_Zdorove_i_zdorovyj_obraz_zizni_v_sisteme_cennostej_u_sovremennyh_podrostkov

8. Stadnikov G.V. U istokov "russkogo" Gejne: iz istorii pervyh publikacij prozy Gejne na russkom jazyke // Acta Eruditorum. 2018; 25. P. 9–13.

9. Homutova E.V., Ignashkina M.V. Zdorovyj obraz zhizni: ukreplenie zdorov'ja // Nauka-2020. 2022. No. 4 (58). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovyj-obraz-zhizni-ukreplenie-zdorovya>

10. Ceplit D.A. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni v DOU: analiz ponjatij «zdorov'e» i «zdorovyj obraz zhizni» / Social'nye processy v sovremennom rossijskom obshhestve: problemy i perspektivy. Materialy IV Vserossijskoj nauchnoj konferencii. Irkutsk : Izd-vo IGU, 2020. P. 548–551.