

Лукашук-Федык Светлана Владимировна

кандидат медицинских наук, доцент,
доцент кафедры педагогических
и психологических дисциплин с секцией
безопасности жизнедеятельности человека
Тернопольского национального
экономического университета,
докторант Института проблем воспитания
Национальной академии педагогических наук Украины
dom-hors@mail.ru

К ВОПРОСУ ЗНАЧЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОХРАНЕНИИ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация:

В предлагаемой статье представлены результаты анкетирования студентов Тернопольского национального экономического университета по вопросам ведения здорового образа жизни (далее ЗОЖ) и целесообразности преподавания в вузе дисциплины «Основы репродуктивного поведения молодежи».

Ключевые слова:

здоровый образ жизни, репродуктивное здоровье, половое воспитание, контрацепция.

Lukashchuk-Fedyk Svetlana Vladimirovna

PhD in Medical Science,
Assistant Professor of the Department
for Education and Psychology Subjects
with a section of Life Safety,
Ternopil National Economic University
D.Phil. applicant at Institute of Education Issues,
Ukraine National Academy of Education Science
dom-hors@mail.ru

CONCERNING HEALTHY LIFESTYLE SIGNIFICANCE IN REPRODUCTIVE HEALTH CARE OF STUDENTS

Summary:

The article presents results of the questionnaire poll carried out among students of the Ternopil National Economic University. The inquiry covered questions of the healthy lifestyle and suitability of the subject "Basics of the reproductive behaviour of the young people" in the university.

Keywords:

healthy lifestyle, reproductive health, sex education, contraception.

Сегодня репродуктивное здоровье рассматривается как система мероприятий, обеспечивающая состояние полного физического, психического и социального благополучия ее репродуктивной системы, формирования ответственного и безопасного сексуального поведения, помощь в решении вопросов планирования семьи, профилактики аборт, лечение заболеваний репродуктивных органов, предупреждение материнской и детской смертности. Вместе с тем мировой опыт показывает, что надеяться на преодоление современных проблем в сфере репродуктивного здоровья населения только силами здравоохранения нереально и было бы безответственно относительно будущего страны. Так, длительное время ограниченные ресурсы в Украину направлялись главным образом на лечение и оказание неотложной помощи, а популяризации здорового образа жизни и созданию здоровьесформирующей среды уделялось недостаточно внимания.

В Украине проблема студенческой молодежи традиционно была объектом внимания представителей различных общественных дисциплин, прежде всего педагогов и социологов. Наиболее важными являются работы Л. Азы, Н. Бекекы, П. Кравчук, Н. Николаевского, И. Беха, Н. Головатого, В. Оржеховской и других [1, 2, 3]. На рубеже тысячелетий активизировалась разработка тематики, ориентированной на высшую школу Украины А. Алексюк, Т. Говорун, И. Зязюн, В. Курило, Г. Костюк, В. Кравец, А. Нисимчук, С. Савченко и др. Теоретическую ценность в обосновании социально-педагогической технологии и практическую значимость для разработки вопросов создания здоровьесформирующей среды имеют работы социальных педагогов И. Звяревой, А. Капской, Л. Мищик, Т. Федорченко, С. Харченко [4, 5, 6, 7].

Цель: проведение социологического исследования среди студенческой молодежи Тернопольского региона по вопросам образа жизни, состояния здоровья, осведомленности о социально опасных заболеваниях и внедрение в учебный процесс здоровьесформирующих технологий.

Материалы и методы: В исследовании (анонимное анкетирование, включавшее 78 вопросов по отношению респондентов к своему здоровью, понятию о рациональном питании, к режиму труда и отдыха, занятиям физической культурой и спортом, вредным привычкам и др.) приняли участие 842 студента Тернопольского национального экономического университета и других высших учебных заведений региона в возрасте 15–20 лет. Среди респондентов 63 % девушек, юношей – 37 %, жителей Тернополя – 59,4 %, жителей Тернопольской области – 27,3 %, приезжих из других областей Украины – 13,3 %.

Результаты исследований и их обсуждение: По результатам анкетирования было определено, что только 32,4 % респондентов считают себя здоровыми. На вопрос: «Зависит ли здоровье человека от соблюдения навыков здорового образа жизни?» – 43 % считают, что разумнее всего вести здоровый образ жизни (далее ЗОЖ), 31 % считают, что здоровье во многом зависит от ЗОЖ, 26 % опрошенных считают, что лучше «ни в чем себе не отказывать». Из всех опрошенных трезвого образа жизни придерживаются 41 % студентов. На вопрос: «Существует ли безопасная доза алкоголя», – ответы распределились следующим образом: 43 % – указали безопасную дозу 50 гр. алкоголя ежедневно, 28 % опрошенных считают безопасной дозу алкоголя 100 гр., 16 % – убеждены, что допустимая доза алкоголя зависит от массы и роста, и только 12 % опрошенных дали ответ о том, что безопасной дозы алкоголя не существует.

На ряд вопросов о вредном влиянии курения и употребления наркотических веществ ответы были следующие: курение среди девушек – 49 %, курение среди юношей – 38 %, не курят – 13 %. Считают, что курение предупреждает полноту – 11 %, ухудшает работу сердечно-сосудистой системы – 68 %; вызывает заболевания органов дыхания – 63 %, воздействует на органы пищеварения – 42 %, влияет на здоровье будущих детей – 18 %. 23 % опрошенных указали, что среди их друзей есть наркоманы, 12 % – уже пробовали наркотические вещества, 31 % – предлагали попробовать наркотики. На вопрос: «Вредное ли эпизодическое употребление наркотиков?» – ответили – «да» 76 %, «нет» – 23 %, «не знаю» – 1 %. Приведенные данные однозначно свидетельствуют об отсутствии четкого представления молодежи о медико-социальном значении этой проблемы.

Среди составляющих ЗОЖ особое место занимает рациональное питание. Было обнаружено, что, к сожалению, режим питания респондентов не отвечает гигиеническим рекомендациям: 3–4 раза в день питаются только 31 % из них, остальные – 1–2 раза (преимущественно в вечернее время, однозначно влечет риск ожирения). Как свидетельствует проведенное социологическое исследование, большинство студенческой молодежи понимает необходимость занятия физической культурой и спортом. Однако только 19 % респондентов делают утреннюю гимнастику, 27 % – занимаются в спортивных секциях. Основными причинами называют отсутствие желания и свободного времени.

При опросе показательной была информация об источниках, из которых молодежь узнает об интимных отношениях: от друзей – 47 % респондентов, из Интернета – 23 %, от родителей – 3 %, от специалистов – 9 %. Интересной также была информация о том, с кем молодые люди обсуждают отношения пола: обсуждают вопросы секса с друзьями – 71 %, обращаются к специалистам – 2 %, с преподавателем (куратором группы) – 6 %, с ближайшими людьми – 8 %.

Согласно полученным данным, опыт половой близости имеет практически каждый третий респондент. Молодые люди нормально воспринимают раннее начало половой жизни и допускают добрачные половые отношения. Лучшим методом предупреждения беременности считают прерванные половые отношения – 73 % респондентов и презерватив – 84 %. Знают о других методах контрацепции (ОК, ВМС) – 24 %. 32 % респондентов считают аборт лучшим методом решения нежелательной беременности, 46 % – считают, что аборт – это последний этап в случае неплановой беременности, и только 12 % респондентов в ответах от метили то, что аборт наносит непоправимый вред обоим партнерам (на физическом и психологическом уровнях).

Проведенный опрос вызвал беспокойство: как при таких объемах информации (начиная со школьного предмета «Основы здоровья» и заканчивая материалами специальных изданий, средств массовой информации, интернет-ресурсов) студенческая молодежь так слабо ориентируется в вопросах о ВИЧ / СПИД и заболеваниях, которые передаются половым путем. Так, согласно результатам анкетирования, только 39 % респондентов хорошо ориентируются в путях передачи, проявлениях и профилактике заболеваний, передающихся половым путем и ВИЧ / СПИД.

Вместе с тем утешительным было то, что подавляющее большинство студентов – 86 %, хотело бы получить информацию об отношениях пола, 92 % респондентов считают целесообразным и необходимым введение в программу высших учебных заведений учебной дисциплины по вопросам сохранения репродуктивного здоровья.

Проведенное социологическое исследование позволило получить общие представления об уровне здоровья студенческой молодежи, соблюдения ими навыков ЗОЖ, уровень осведомленности молодежи в вопросах отношений пола. Однако результаты исследования также дают возможность научного обоснования путей более эффективного обучения молодежи вопросам здорового образа жизни и сохранению репродуктивного здоровья. Вместе с тем проведенное исследование показало, что, ставя задачу «формирование основ здорового образа жизни», прежде всего нужно обратить внимание на социальные факторы его обеспечения, ведь традиционные институты, которые заботились о морально и физически здоровом поколении, потеряли свое влияние – источниками знаний, познания и оценки истинных и фальшивых моральных

ценностей, норм поведения стали Интернет, средства массовой информации, которые в своем большинстве только травмируют психику молодого человека, существенно увеличивают социальную напряженность.

Вывод. Формирование основ ЗОЖ с целью сохранения здоровья и репродуктивного в частности, особенно в студенческой среде, требует не только значительных усилий каждого молодого человека, членов его семьи, друзей, коллег, педагогов, психологов, но и в значительной степени эффективной общественно творческой деятельности государственных институтов власти.

Ссылки:

1. Информационно-аналитические материалы о деятельности центров социальных служб для семьи, детей и молодежи в 2008 году / под общ. ред. Н.Л. Лукьяновой, В.С. Вовка, И.М. Дубининой. М., 2009.
2. Духовность и здоровье: учеб.-метод. пособие / В.М. Оржеховский. М., 2004.
3. Оржеховская В.М., Пилипенко О.И. Превентивная педагогика: научно-методическое пособие. Измаил, 2006.
4. Зверева И.Д. Теория и практика социальной работы с детьми и молодежью в Украине: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. К., 1999.
5. Технологии социальной работы: учеб. пособие / под общ. ред. А.И. Капской. М. 2000.
6. Мищик Л.И. Социальная педагогика: опыт и перспективы: монография. Запорожье, 1999.
7. Харченко С.Я. Социально-педагогические технологии: учеб.-метод. пособие. для студ. высш. уч. заведений. М., 2005.

References (transliterated):

1. Informationsionno-analiticheskie materialy o deyatelnosti tsentrov sotsial'nykh sluzhb dlya sem'i, detey i molodezhi v 2008 godu / under general ed. of N.L. Luk'yanova, V.S. Vovk, I.M. Dubinina. M., 2009.
2. Dukhovnost' i zdorov'e: manual / V.M. Orzhekhovskiy. M., 2004.
3. Orzhekhovskaya V.M., Pilipenko O.I. Preventivnaya pedagogika: nauchno-metodicheskoe posobie. Izmail, 2006.
4. Zvereva I.D. Teoriya i praktika sotsial'noy raboty s det'mi i molodezh'yu v Ukraine: avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk. K., 1999.
5. Tekhnologii sotsial'noy raboty: manual / under general ed. of A.I. Kapskaya. M. 2000.
6. Mishchik L.I. Sotsial'naya pedagogika: opyt i perspektivy: monograph. Zaporozh'e, 1999.
7. Kharchenko S.Y. Sotsial'no-pedagogicheskie tekhnologii: ucheb.-metod. posobie. dlya stud. vyssh. uch. zavedeniy. M., 2005.