

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/27031>

Тип работы: Научно-исследовательская работа

Предмет: Медицина

Оглавление

Введение 3

Глава 1 Факторы, влияющие на состояние здоровье первокурсников 5

1.1 Анализ понятия здоровья 5

1.2 Факторы, влияющие на состояние здоровье населения 12

1.3 Факторы, влияющие на состояние здоровье первокурсников 16

Глава 2 Факторы, влияющие на состояние здоровье первокурсников медицинских вузов в Санкт-Петербурге 21

2.1 Описание процесса исследования 21

2.2 Анализ полученных результатов 22

2.3 Рекомендации. 28

Заключение 30

Литература 32

В Англии с 3. 04. 2001 г. вступил в силу закон, обязывающий продавать в институтских столовых и буфетах только здоровую и питательную еду, а также запрещающий продажу картофельных чипсов. В школах Техаса и Калифорнии в следующем учебном году прекратится продажа газировки, сладостей и чипсов. Школы многих других штатов уже ввели подобные ограничения. Американские власти пошли на такие меры в связи с возросшей угрозой ожирения среди детей. [11, с. 75]

Синтетические пищевые добавки, витамины, жиры состоят из правых и левых изомеров, а клетки организма усваивают только одну из этих двух форм молекул, в то время как вторая форма может нанести им вред (Нобелевская премия по химии 2001 года). Не усвоенная клеткой пища (например, трансизомеры жирных кислот, содержащиеся в маргарине) затрудняет протекание энергообменных процессов. Исследования стран ЕС по проекту TRANSFAIR подтвердили, что трансизомеры жирных кислот на 40% повышают риск возникновения рака груди у женщин. В итоге, обилие синтетических ингредиентов в пище ведет к хроническому голоданию организма.

Ученые Новосибирской государственной медицинской академии утверждают, что большинство жевательных резинок небезопасны для здоровья. В их состав входит фенилаланин, который многие производители используют в качестве подсластителя. [14, с. 235]

Очень вредна продукция ресторанов "быстрой еды" «Макдоналдс», «Пицца-хат» и т. п. , так как содержит диоксины и ядовитые пестициды. Они замедляют половое созревание, приводят к женскому и мужскому бесплодию, вызывают глубокие нарушения обменных процессов, увеличивают риск развития сахарного диабета, подавляют и ломают работу иммунной системы. Дети отстают в развитии, их обучение затрудняется, у молодых людей появляются заболевания, свойственные старческому возрасту.

Увеличивается восприимчивость организма к инфекциям, возрастает частота аллергических реакций и онкологических заболеваний.

Сейчас в судах европейских стран находится 17 исков, поданных на "Макдональдс": граждане обвиняют компанию в том, что ее продукты содержат ГМ ингредиенты, а никаких предупреждений об этом нет. ЕС принял программу по безопасности продовольствия для своих потребителей: у каждого пищевого продукта, содержащего хотя бы 1% ГМ ингредиента, это должно быть обозначено на этикетке. Помимо ЕС маркировка ГМ продуктов обязательна в Японии, Австралии, Новой Зеландии и некоторых других странах. Власти же США упорно от нее отказываются, хотя в американских магазинах ГМ продуктов больше, чем где-либо еще в мире. В Великобритании сообщения о ГМ продуктах привели к панике. Британские магазины снимают со своих полок мясо, рыбу, фрукты и овощи, в производстве которых были использованы ГМ корма и вещества с измененными генами. [12, с. 15]

Во всем мире ученые высказываются за снижение потребления сахара. Повышенная любовь к сладкому является практически безошибочным клиническим проявлением инсулин-резистентности в любом возрасте. Как известно, у людей, предпочитающих типично «западную» диету – мясную пищу, кондитерские изделия, белый хлеб и другие отнюдь не безвредные для здоровья блюда – вероятность развития сахарного диабета оказывается выше среднестатистической примерно на 50%.

1.3 Факторы, влияющие на состояние здоровье первокурсников

В наше время отягощающий фактор для здоровья: употребление экологически нездоровых продуктов. Но этот фактор в малой степени зависит от человека. Карабинская О. А., Евсеева М. Е. и др. указывают, что здоровое питание студентов первокурсников медицинских ВУЗов включает в себя такие факторы как соблюдение режима питания, сбалансированность питания – эти факторы человек вправе регулировать. [4, с. 262]

Ляпин В. А., Флянку И. П. отмечают, что исследования здоровья студентов в медицинском ВУЗе не освещены, в то время как, именно в медицинских учебных учреждениях наблюдается значительная умственная нагрузка. Это связано с особенностями обучения и преподавания, разнообразием дисциплин, спецификой будущей специальности. Именно от выпускников медицинских ВУЗов во многом будет зависеть здоровье и формирование здорового образа жизни жителей нашей страны.

К сожалению, студенты первого курса, вырвавшись из-под опеки родителей, учителей, не редко попадают в сомнительные компании, приобретая пагубные пристрастия. 85,3% опрошенных не согласятся пробовать что-то новое, если буду знать, что есть какой-то риск себе навредить. Но были и такие варианты ответов: соглашусь, с радостью захочу попробовать что-то новое, что бы это ни было 8%; засомневаюсь, вдруг это может мне навредить, но соглашусь, чтобы не показаться трусом или «белой вороной» 6,6%; не соглашусь, потому что дорогой мне человек это не одобрит 18,6%

Мелихова Е. П., Губина О. И. отмечают, что проблема здоровья студентов в настоящее время становится все более актуальной и является важной в системе здравоохранения. Студенты медицинского вуза относятся к группе повышенного риска развития заболеваний в связи со значительной психоэмоциональной, физической, умственной нагрузкой, напряжением, связанным с отрицательными ассоциациями в больничной среде, воздействием внутрибольничных факторов.

В 2016 году была проведена субъективная оценка студентами своего здоровья путем анкетного опроса 120 респондентов ВГМУ им. Н.Н. Бурденко, обучающихся на 3 курсе лечебного, педиатрического и стоматологического факультетах. По результатам исследования, исследователями был сделан вывод, что более 50 % иногородних студентов по данным анкетирования испытывают недостаток свободного времени для занятий спортом, активного отдыха и подготовки домашнего задания. Такой образ жизни имеет ряд существенных дефектов с гигиенической точки зрения и в последствие может привести к ухудшению состояния здоровья среди студентов, обучающихся в медицинском ВУЗе.

Евдокимов В.И., Попов В.И., указывают, что важность здорового образа жизни вызвана повышением и характером нагрузок на организм человека, в связи с увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, усложнением общественной жизни, военного и политического характера, которые провоцируют отрицательные сдвиги в состоянии здоровья.

Мелихова Е.П., Либина И.И., указывают, что четверть студентов переходит в более низкую медицинскую группу. Практически каждый десятый студент ВУЗа серьезно болен.

При этом по мнению Карабинской О. А. основными элементами здорового образа жизни и сохранения здоровья студентов являются эффективная организация учебно-трудовой деятельности; оптимальная двигательная активность; рациональное питание; отказ от вредных привычек; психофизиологический статус (выработка положительных эмоций) и т.д.

Евсеева М. Е. и др. в своем исследовании отмечает, что нерациональное питание выявлено почти у четверти первокурсников. Неблагоприятные пищевые привычки встречаются в три раза чаще у девушек. Гиподинамия отмечается у пятой части студентов, у девушек в 2,5 раза чаще. Низкой стресс-устойчивостью отличается почти каждый четвертый обследованный, причём среди девушек этот фактор также регистрируется практически в три раза чаще. Курение относится к более редко встречающимся ФР: среди поступивших на первый курс курящих лишь 2 %. Юноши курят в пять раз чаще девушек. Только пятая часть студентов характеризуется отсутствием каких-либо ФР, среди девушек и юношей таких одинаковое

количество. Спортсменом оказался каждый восьмой, причём профессиональным спортом и в различных секциях чаще занимаются девушки.

Прошляков В. Д., Никитин А. С. установили, что низкий уровень физической подготовленности студентов первых курсов, являющийся следствием некачественного школьного учебного процесса, возможно повышать, привлекая студентов к выступлению в массовых внутривузовских соревнованиях. Такое участие способствует формированию у них положительной мотивации к занятиям студенческим спортом.

Маясова Т. В., Лекомцева А. А. отмечают, что анализ особенностей отношения к здоровью и здоровому образу жизни показал, что для большинства студентов характерно: 1. На когнитивном уровне – представления студентов о факторах здоровья соответствуют прогрессивной точке зрения о том, что образ жизни является одним из главных факторов; в индивидуальной концепции здоровья преобладает прогрессивная концепция «здоровье – это способность к развитию», то есть здоровье понимается как сбалансированный процесс жизни и ответственность за нее несет сам человек; 2. На поведенческом уровне – низкий уровень поведенческой активности в оздоровительных процедурах; 3. На эмоциональном уровне – переживания состояния здоровья у студентов, в основном, связано с положительными эмоциями среднего уровня интенсивности; характерен относительно низкий уровень тревожности по отношению к своему здоровью; на ухудшение своего здоровья студенческая молодежь реагирует достаточно сдержанно и не проявляет излишнего беспокойства по данному поводу.

Мелихова Е. П., Губина О. И. в своей работе «Сравнительная оценка состояния здоровья студентов медицинского вуза» призывают принять срочные меры по налаживанию здорового питания. Актуальность темы состоит в том, что здоровье детей очень важно для современного общества, а уровень заболеваемости студентов заметно увеличился.

Литература

1. Антошин М.В. Исследование уровня здоровья студентов и его влияние на качество учебного процесса. Физическая культура и спорт в системе образования/ М.В. Антошин// Сб. материалов X Всероссийской научно-практической конференции.- Красноярск, 2007.- с.136-139.
2. Апанасенко Г.Л. Валеология - первые шаги и ближайшие перспективы//Теория и практика физической культуры.- 2001.- №6.- с. 2-8.
3. Баданов А.В. Влияние существующей учебной нагрузки на развитие умственного утомление студентов физиков/ А.В. Баданов, Б.Н. Найданов// Современный олимпийский и массовый спорт: материалы III международной научно-практической конференции (7-10 сентября).- Улан-Удэ, 2005.- с. 60-64.
4. Беспалова Н.А. Результаты медицинских осмотров первых курсов Сибирского государственного университета информатики и телекоммуникаций / Н.А. Беспалова // Физическая культура и спорт в системе образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции - Красноярск, 2007. - с. 146-148.
5. Виноградов П.А. Здоровый образ жизни и профилактика наркомании: учебное пособие/ П.А. Виноградов (и др.).-М.: Советский спорт, 2003.- 120с.
6. Горохова М.В. Наркотическая ситуация в Иркутской области/ М.В. Горохова// Совершенствование системы физического воспитания и физического образования в Сибири: материалы VI Всероссийской научно-практической конференции.- ч.2.- Иркутск, 2007.- с. 152-158.
7. Евдокимов В.И., Попов В.И., Рут А.Н. Проблемы инновационных исследований в гигиене // Гигиена и санитария. – 2015. Т. 94, № 9. – С. 5-8.
8. Евдокимов В.И., Попов В.И., Рут А.Н. Проблемы инновационных исследований в гигиене // Гигиена и санитария. – 2015. Т. 94, № 9. – С. 5-8.
9. Евсеева М. Е. и др. Скрининг ресурсов здоровья студентов и формирование внутривузовской профилактической среды: клинические, образовательные и воспитательно-педагогические аспекты //Медицинский вестник Северного Кавказа. – 2015. – Т. 10. – №. 1 (37):.
10. Евсеева М. Е. и др. Скрининг ресурсов здоровья студентов и формирование внутривузовской профилактической среды: клинические, образовательные и воспитательно-педагогические аспекты //Медицинский вестник Северного Кавказа. – 2015. – Т. 10. – №. 1 (37):.
11. Ельцова В.А. Коррекция адаптационного периода студентов-первокурсников средствами физической культуры/В.А. Ельцова// Физическая культура и спорт в системе образования: Сб. материалов VI Всероссийской международной научно-практической конференции (30 ноября 2003г.).- Красноярск, 2003.- с. 219-220.

12. Ильинич В.И. Физическая культура студента/ В.И. Ильинич.- М.: Гардарики, 2001.- 448 с.
13. Карабинская О. А. и др. Оценка медико-биологических и социально-гигиенических факторов, влияющих на формирование образа жизни студентов медицинского вуза //Сибирский медицинский журнал (Иркутск). – 2011. – Т. 102. – №. 3.:
14. Карабинская О. А. и др. Оценка медико-биологических и социально-гигиенических факторов, влияющих на формирование образа жизни студентов медицинского вуза //Сибирский медицинский журнал (Иркутск). – 2011. – Т. 102. – №. 3.:
15. Кондусова Ю.В., Грошева Е.С., Полетаева И.А., Дрошнева Т.Н., Анучина Н.Н. Здоровый образ жизни студентов – миф или реальность? // Актуальные проблемы развития современной науки и образования. 2015. С. 83-84.
16. Кондусова Ю.В., Грошева Е.С., Полетаева И.А., Дрошнева Т.Н., Анучина Н.Н. Здоровый образ жизни студентов – миф или реальность? // Актуальные проблемы развития современной науки и образования. 2015. С. 83-84.
17. Косолапов А.Б. Проблемы изучения, сохранения и развития здоровья студентов/ А.Б. Косолапов, В.А. Лофицкая.- Владивосток, 2002.- 154с.
18. Ляпин В. А., Флянку И. П., Любошенко Т. М. Состояние здоровья и особенности образа жизни студентов в период обучения в вузе //Научный медицинский вестник. – 2015. – №. 1. – С. 29-39.:
19. Ляпин В. А., Флянку И. П., Любошенко Т. М. Состояние здоровья и особенности образа жизни студентов в период обучения в вузе //Научный медицинский вестник. – 2015. – №. 1. – С. 29-39.:
20. Маясова Т. В., Лекомцева А. А., Юсифов К. Д. Проблема отношения к здоровью и здоровому образу жизни студентов-первокурсников //Вестник Мининского университета. – 2015. – №. 3. – С. 4.:
21. Маясова Т. В., Лекомцева А. А., Юсифов К. Д. Проблема отношения к здоровью и здоровому образу жизни студентов-первокурсников //Вестник Мининского университета. – 2015. – №. 3. – С. 4.:
22. Мелихова Е. П., Губина О. И. Сравнительная оценка состояния здоровья студентов медицинского вуза //Сборник статей Международной научнопрактической конференции. – 2016. – С. 193-195.:
23. Мелихова Е.П., Либина И.И., Губина О.И., Натарева А.А. Особенности оценки здоровья студентов при обучении в медицинском вузе / Системный анализ и управление в биомедицинских системах. 2010. Т. 9 № 4. С. 809 - 812.
24. Мелихова Е.П., Либина И.И., Губина О.И., Натарева А.А. Особенности оценки здоровья студентов при обучении в медицинском вузе / Системный анализ и управление в биомедицинских системах. 2010. Т. 9 № 4. С. 809 - 812.
25. Мониторинг здоровья субъектов образовательного процесса в вузах. «Паспорт здоровья»: монография /под общ.ред. д.м.н., проф. В.Ю. Лебединского.- Иркутск: Издательство ИрГТУ, 2008.- 268с.
26. Оценка состояния студентов-первокурсников / Р.Н. Захарова [и др.] // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. -2014. - №2. - С. 6-8.
27. Оценка состояния студентов-первокурсников / Р.Н. Захарова [и др.] // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. -2014. - №2. - С. 6-8.
28. Полетаева И.А., Крючкова А.В., Грошева Е.С., Кондусова Ю.В., Князева А.М., Семенина Н.М., Веневцева Н.В. Оценка адаптационного потенциала при обучении студентов-медиков // Перспективы развития науки и образования. Москва, 2015. С. 10-12.
29. Полетаева И.А., Крючкова А.В., Грошева Е.С., Кондусова Ю.В., Князева А.М., Семенина Н.М., Веневцева Н.В. Оценка адаптационного потенциала при обучении студентов-медиков // Перспективы развития науки и образования. Москва, 2015. С. 10-12.
30. Попов В.И., Либина И.И., Толоконникова Е.П. Проблемы адаптации иногородних студентов - первокурсников в медицинском вузе / Журнал теоретической и практической медицины. 2010, Т.8, № 3. С. 446 - 448.
31. Попов В.И., Либина И.И., Толоконникова Е.П. Проблемы адаптации иногородних студентов - первокурсников в медицинском вузе / Журнал теоретической и практической медицины. 2010, Т.8, № 3. С. 446 - 448.
32. Прошляков В. Д., Никитин А. С. О необходимости формирования у студентов медицинского вуза мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом //Российский медико-биологический вестник имени академика ИП Павлова. – 2015. – №. 4.:
33. Прошляков В. Д., Никитин А. С. О необходимости формирования у студентов медицинского вуза мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой и спортом //Российский медико-биологический вестник имени академика ИП Павлова. – 2015. – №. 4.:

34. Тютюнникова Е.С. Влияние занятий физической культуры и спортом на утомляемость и работоспособность студентов математики и информатики КГУ/ Е.С. Тютюнникова, Е.Н. Быкова// Физическая культура и спорт в системе образования: материалы Международного симпозиума (11-15 ноября 2004г., Красноярск).- Красноярск, 2004.- с. 156-158.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/nauchno-issledovatel'skaya-rabota/27031>