

Менеджмент качества в сфере здравоохранения и социального развития. – 2012. - № 3. – С. 23-28.

6. Медик В.А., Токмачев М.С. Руководство по статистике здоровья и здравоохранения. – М.: Медицина, 2006. – 528 с.
7. Решетников А.В. Медико-социологический мониторинг. – М.: Медицина, 2003. – 1047 с.
8. Стародубов В.И., Кадыров Ф.Н. Новые экономические условия деятельности учреждений здравоохранения // Менеджер здравоохранения. – 2011. - № 6. – С. 6-13.
9. Хабриев Р.У., Линденбрaten А.Л., Комаров Ю.М. Стратегия охраны здоровья населения как основа социальной политики государства // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2014. - № 3. – С. 3-5.
10. Щепин В.О., Дьячкова А.С. Современные подходы к развитию первичной специализированной медицинской помощи // Бюллетень Национального НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко. – 2013. – Вып. 1. – С. 379-382.

***Черкасов С.Н.^{1,2}, Мешков Д.О.¹, Абрамова О.В.²,
Кравцова И.В.¹, Безмельницына Л.Ю.¹, Григорьев Г.Ю.²***
**МОНИТОРИНГ СУБЪЕКТИВНЫХ И ОБЪЕКТИВНЫХ ОЦЕНОК
УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

¹ ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко», Россия, Москва

² ЧОУ ВО «Медицинский университет «Реавиз», Россия, Москва

***Cherkasov S.N.^{1,2}, Meshkov D.O.¹, Abramova O.V.²,
Kravtsova I.V.¹, Bezmelnitsyna L.Y.¹, Grigoriev G.Y.²***
**MONITORING OF HIGH SCHOOL STUDENTS' VALUE AND SELF-
ESTEEM OF PHYSICAL ACTIVITY LEVEL**

National Research Institute for Public Health, Russia, Moscow

Private institution of higher education «Medical university «Reaviz»,
Russia, Moscow

Черкасов Сергей Николаевич – д.м.н., заведующий отделом изучения общественного здоровья, ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко», заведующий кафедрой гуманитарных и социально-экономических дисциплин ЧОУ ВО «Медицинский университет Реавиз», cherkasovsn@nrph.ru

Мешков Дмитрий Олегович - д.м.н., заведующий сектором координации научных исследований и информации ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко», meshkovdo@nrph.ru

Абрамова Ольга Викторовна – аспирант ЧОУ ВО «Медицинский университет Реавиз»

Кравцова Ирина Вячеславовна - соискатель ученой степени кандидата медицинских наук ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко»

Безмельницына Людмила Юрьевна – к.м.н., старший научный сотрудник ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко», bezmelnitsinalu@nrph.ru

Григорьев Герман Юрьевич – аспирант ЧОУ ВО «Медицинский университет Реавиз»

Резюме. На основе анкетирования студентов гуманитарных и технических специальностей, обучающихся на 1-5 курсах вузов г. Нижневартовска (собрано 976 анкет) проведен анализ адекватности субъективного восприятия студентами собственного уровня физической активности. Студенты, независимо от пола, значительно превышают свой уровень физической активности сравнительно с объективными критериями. Представители данной группы населения не считают необходимым предпринимать что-либо для повышения своей физической активности, так как преимущественно уверены (93%) в ее достаточности. Без изменения укоренившихся представлений и стереотипов поведения молодежи эффективность профилактики будет низкой. Юноши в меньшей степени переоценивают свою физическую активность, чем девушки (завышение в три раза против шести).

Ключевые слова: студенты, физическая активность, мониторинг.

Abstract. Analysis of subjective perception by students of their own level of physical activity is carried out on the basis of questioning 976 students of humanitarian and technical specialties. Students, irrespective of gender subjectively considerably overestimate their level of physical activity as compared to objective criteria. Representatives of this population group don't consider necessary doing anything to increase their physical activity as are mostly sure (93%) that their level of physical activity is quite sufficient. Efficiency of prevention will be low without change of rooted convictions and behavior stereotypes of youth. Male students overestimate their physical activity not so considerably as female (three times against six).

Key words: students, physical activity, monitoring.

Особенности современного развития общества, значительные изменения в социально-политической и экономической жизни предъявляют качественно новые требования к возможностям человека. Все больше распространяется понимание невозможности социального прогресса без здоровья. Студенческая молодежь - это основной резерв общества в преодолении экономических проблем и уровень здоровья этой части населения имеет огромное значение в формировании потенциала социально-экономического развития [2]. Здоровье студентов во многом определяет возможности развития социума на десятилетия, определяя конкурентоспособность не только отдельного специалиста, но всего сообщества в целом [1,5].

Актуальность проблемы состоит в том, что эффективность мероприятий по оздоровлению населения резко снижается при увеличении возраста человека. Известно, что формирование физического здоровья начинается еще в антенатальном периоде, продолжаясь с высокой интенсивностью в раннем детстве. Однако до возраста 14-16 лет поведение ребенка во многом находится под контролем родителей, и только в студенческие годы человек впервые начинает принимать самостоятельные решения, в том числе и по поводу собственного поведения, отношения к своему здоровью. Именно в данный период формируются и закрепляются жизненные приоритеты, элементы образа жизни. Воздействие на студента, коррекция форм и принципов его поведения позволит обеспечить

высокий уровень здоровья, как данной категории, так и всего населения в целом. Знание о распространенности факторов и антифакторов риска нарушения здоровья, связанных с особенностями образа жизни, позволит целенаправленно планировать мероприятия среди студенческого контингента. Уровень физической активности и связанный с ним уровень физической работоспособности, определяемые показателями аэробной производительности, могут служить индикаторами адекватности адаптации организма [3,4].

Учитывая актуальность формирования у молодого поколения высокого потенциала здоровья, целью исследования стало исследование уровня физической активности как одного из главных факторов, определяющих степень адаптационных возможностей организма и, в конечном счете, уровень общественного здоровья.

Данные о характеристиках физической активности были получены путем анкетирования студентов гуманитарных и технических специальностей, обучающихся на 1-5 курсах вузов г. Нижневартовска. Всего было роздано 1000 анкет, собрано 976 заполненных. Рассматривались субъективная и объективная оценки уровня физической активности, регулярность занятий спортом, выполнение утренней зарядки, расстояние, проходимое пешком в день. Уровень физической работоспособности оценивали по расстоянию, которое студент может пройти или пробежать до достижения утомления, а также на какой этаж он может подняться до достижения утомления. В основную группу включали студентов с низким уровнем физической активности, в контрольную – с высоким. При определении достоверности различий уровень значимости отрицания нулевой гипотезы составлял не менее 95%.

Средний возраст опрошенных составил $19,79 \pm 0,11$ лет. Среди опрошенных студентов преобладали девушки – 71,5%, что соответствует гендерному распределению общей популяции студентов, обучающихся в г. Нижневартовск (около 70% женщины и 30% мужчины, по данным городского отдела образования). Распределение в основной и контрольной группах по возрасту опрошенных студенток было равномерным и приближалось к нормальному, поэтому при сравнении групп использовали параметрические критерии для обоснования различий.

Менее половины студентов оценили свой уровень физической активности как высокий или очень высокий (43%), 50% - как средний, всего 7% - как низкий или очень низкий. Однако, не всегда субъективное представление адекватно.

В качестве объективного критерия уровня физической активности использовалось расстояние, которое респондент преодолевает пешком ежедневно с учетом всех видов передвижений (в домашних условиях, во время учебного дня, по пути к месту учебы и домой после окончания занятий). Респонденты преодолевали ежедневно в среднем 1-2 км, основную часть дистанции - во время учебного дня (80%). Минимальное расстояние, которое студент преодолевал с низкой интенсивностью, в день составляло 1-2 км. Еще 0,5-1 км преодолевалось со средней интенсивностью по дороге на учебу (от дома до остановки общественного транспорта). Суммарно студент должен был преодолевать ежедневно 3 км, однако при недостаточной интенсивности такой уровень физической активности следует расценивать как низкий. Дополнительные 3 км в день (30-40 минут пешком со скоростью не более 5 км час) расцениваются как минимально достаточная нагрузка для повышения или хотя бы поддержания уровня физической работоспособности – это средний уровень физической активности. Прохождение ежедневно более 6 км (со скоростью 5 км час и более) можно считать высоким уровнем.

В соответствии с обозначенными критериями, физическая активность только 11% опрошенных студентов высока. 28% респондентов проходили пешком от 3 до 6 км в день, остальные 61% - менее 3.

Коэффициент ассоциации самооценки респондента с объективными характеристиками составляет только 0,41, а величина χ^2 равна 1,29. Это связь средней силы, различия между группами статистически не достоверны ($p > 0,05$).

Студенты значительно завышают свой уровень физической активности. Стандартный подход к профилактике физической пассивности среди данной категории населения будет малоэффективным из-за уверенности абсолютного большинства (93%), что их физическая активность вполне достаточна и никаких усилий по ее увеличению предпринимать не следует.

Информирование студентов о рекомендуемом уровне физической активности позволит изменить стереотипы поведения молодежи и изменить привычный образ их жизни [6].

Исследование гендерных различий в субъективном восприятии собственного уровня физической активности позволило выявить более высокий ее уровень у мужчин. Более половины юношей (62,3%) оценили свой уровень физической активности как высокий или очень высокий, каждый третий - как средний (30,0%) и только каждый двадцатый (5,0%) - как низкий или очень низкий. Но всего треть респондентов сочли свой уровень физической активности высоким или очень высоким (34,8%), более половины - средним (57,0%), 7% - низким или очень низким.

Каждый пятый юноша (20,7%) проходил в день пешком более 6 км, тогда как у студенток - только каждая двадцатая (5,4%). Средний уровень физической активности имели 30,2% опрошенных мужского пола, женского пола - только 19,3%. Физическая активность почти половины студентов, независимо от пола, низка - 47,2% юношей и 45,8% девушек.

Все студенты переоценивают свой уровень физической активности, что позволяет им считать его нормальным и игнорировать призывы к повышению. Представления студентов мужского пола завышены в три раза, женского - в шесть.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что программы мероприятий профилактического и санитарно-просветительского характера должны ориентироваться на распространение объективной информации о рекомендуемом уровне физической активности среди студентов, с акцентом на девушках.

Более высокая физическая активность юношей подтверждается данными о частоте занятий спортом. Более половины опрошенных мужского пола (55%) регулярно занимался спортом, каждый четвертый (26%) - периодически. Студентки регулярно занимаются спортом в 2,5 раза реже (22%), 37% - периодически.

Выявленные различия можно объяснить отношением к спортивным занятиям в более молодом возрасте (детском и подростковом). 91% юношей ранее активно занимались спортом. Средний срок их занятий составил 5 лет, возраст окончания активных

занятий спортом - 16 лет. Среди респонденток ранее активно занимались спортом только 49%, в среднем на протяжении 5,5 лет с окончанием к 15 годам. Среди основных причин прекращения спортивных занятий назывались нехватка времени, состояние здоровья, смена тренера, снижение мотивации к занятиям.

Следовательно, при планировании программ профилактики необходимо учитывать гендерные различия в частоте занятий спортом; с учетом критических сроков прекращения занятий в 15-16 лет, предусматривать мероприятия по повышению мотивации к продолжению занятий. Однако, частое указание студентов на состояние здоровья и травмы как основной причины прекращения занятий спортом, требует внимания к организации медицинского контроля за планированием и реализацией тренировочных планов с учетом индивидуальных особенностей занимающихся.

В качестве менее интенсивных форм физической активности рассматривали выполнение утренней зарядки, активный отдых в выходные дни. Регулярно делает утреннюю зарядку каждый десятый из опрошенных, среди них преобладают юноши: 17% против 6% девушек. Никогда не делают зарядку почти половина опрошенных студентов, независимо от пола. Три четверти (78%) юношей, регулярно выполняющих зарядку, занимаются спортом, среди девушек - меньше половины (46%).

Регулярно выполняет закаливающие процедуры только каждый двадцатый респондент. Крайне редко их используют студентки – 2 против 13% у противоположного пола. Половина студентов мужского пола категорически отрицает для себя возможность закаливания (53%), среди женщин - 82%.

Юноши чаще используют выходные дни для активного отдыха (занятия спортом, походы) – 45 против 17% девушек. Только 18% студентов мужского пола никогда или очень редко используют выходные дни для активного отдыха, среди женщин – 28%. Однако желание проводить активно выходные дни не зависит от гендерной принадлежности: половине студентов очень нравится активный отдых, и только 15% высказывают отрицательное мнение о таких формах отдыха. Следует отметить, что две трети студентов мужского пола,

которым нравится активный отдых, реализуют свои желания, тогда как среди женщин - всего треть.

При анализе менее интенсивных форм физической активности выявляются те же закономерности, что и при анализе частоты занятий спортом. Студенты мужского пола ведут более активный образ жизни, чаще занимаются спортом, закаливающими процедурами, делают зарядку, используют выходные дни для активного отдыха.

Таким образом, студенты, независимо от пола, субъективно значительно завышают свой уровень физической активности сравнительно с объективными критериями, в качестве которых рекомендуется использовать длину дистанции, проходимую пешком ежедневно. Представители данной группы населения видят необходимости повышать свою физическую активность, так как уверены (93%), что она вполне достаточна. Следовательно, без изменения укоренившихся представлений и стереотипов поведения молодежи, изменения ее образа жизни эффективность профилактики будет низкой. Гендерные различия проявляются в большей физической активности юношей и меньшей склонности к переоценке ее уровня.

Литература

1. Горбунов В.И., Возженникова Г.В., Исаев И.Н., Верхушкина А.С. Оценка показателей качества жизни студентов медицинского вуза // Ульяновский медико-биологический журнал. - 2012. - № 1. - С. 46-49.
2. Хабриев Р.У., Линденбратен А.Л., Комаров Ю.М. Стратегии охраны здоровья населения как основа социальной политики государства // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. - 2014. - № 3. - С. 3-5.
3. Черкасов С.Н., Абрамова О.В., Григорьев Г.Ю. Исследование уровня физической работоспособности студентов вузов, проживающих в условиях крайнего севера / Экология и здоровье человека на Севере. Сборник научных трудов VI-го Конгресса с международным участием. – Якутск, 2016. - С. 595-600.
4. Черкасов С.Н., Абрамова О.В., Сопова И.Л. Физическая активность как фактор, определяющий уровень адаптационных

возможностей организма // Бюллетень Национального НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко. - 2015. - Вып. 2. - С. 224-227.

5. Шаповалова М.А. Медико-демографические критерии общественного развития // Бюллетень Национального НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко. - 2005. - Вып. 3. - С. 144-146.
6. Шумейко О.В., Черкасов С.Н., Григорьев Г.Ю. Роль социальных медиа и новых форматов индивидуальных коммуникаций в пропаганде здорового образа жизни // Бюллетень Национального НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко. - 2015. - Вып. 6. - С.153-163.

Черкасов С.Н.^{1,2}, Сахибгареева Э.Х.², Брагин А.Ю.²
**АНАЛИЗ ПОТРЕБИТЕЛЬСКОГО ВЫБОРА КАК УСЛОВИЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ЦЕНОВОЙ СТРАТЕГИИ МЕДИЦИНСКОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ**

¹ ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко», Россия, Москва

² ЧОУ ВО «Медицинский университет «Реавиз», Россия, Москва

Cherkasov S.N.^{1,2}, Sahibgareeva E.H.², Bragin A.U.²
**THE ANALYSIS OF CONSUMER CHOICE AS A CONDITION FOR
IMPROVING THE PRICING STRATEGY OF A HEALTHCARE
ORGANIZATION**

¹ National Research Institute for Public Health, Russia, Moscow

² Private institution of higher education «Medical university «Reaviz», Russia, Moscow

Черкасов Сергей Николаевич – д.м.н., заведующий отделом изучения общественного здоровья, ФГБНУ «Национальный НИИ общественного здоровья имени Н.А. Семашко», заведующий кафедрой гуманитарных и социально-экономических дисциплин ЧОУ ВО «Медицинский университет Реавиз», cherkasovsn@nriph.ru