

**Островский А.М.**

Гомельский государственный медицинский университет,  
Гомель, Республика Беларусь

**ОЦЕНКА ОБРАЗА ЖИЗНИ И СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ  
РАБОТАЮЩЕЙ МОЛОДЕЖИ РУП «ГОМЕЛЬЭНЕРГО» НА  
ЭТАПЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СТАНОВЛЕНИЯ И ИХ  
РЕАЛИЗАЦИИ**

*Аннотация.* Проведенное исследование по оценке образа жизни и состояния здоровья работающей молодежи РУП «Гомельэнерго» показало необходимость в разработке и реализации практических рекомендаций по формированию само-сохранительного поведения молодежи, сохранению и укреплению ее здоровья.

*Ключевые слова:* работающая молодежь, здоровье, образ жизни.

**Ostrovsky A.M.**

Gomel State Medical University  
Gomel, Republic of Belarus

**EVALUATION OF LIFE STYLE AND HEALTH OF YOUNG  
WORKERS OF THE UNITARY ENTERPRISE «GOMELENERGO»  
AT THE STAGE OF PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT AND  
IMPLEMENTATION**

*Abstract.* Study on evaluation ways of life and health of the young workers of the unitary enterprise «Gomelenergo» showed the need for the development and implementation of action-oriented recommendations on forming self-preservative behaviour of young people, maintenance and strengthening of its health.

*Keywords:* working youth, health, lifestyle.

В настоящее время на РУП «Гомельэнерго» широко реализуются программы по оздоровлению работающих. Особое место отводится проведению реабилитационно-оздоровительных мероприятий, направленных на поддержание высокого уровня состояния здоровья, профессиональной работоспособности, повышение функциональных резервов организма, сниженных в результате влияния вредных производственных факторов и предупреждение развития профессиональной заболеваемости, использованию средств физической культуры с преобладанием оздоровительной направленности. Актуальность исследования обусловлена тем, что молодежь обеспечивает трудовые ресурсы и экономическое благополучие государства и имеет важное значение для здоровья будущих поколений и населения в целом.

Для оценки образа жизни и состояния здоровья работающей молодежи РУП «Гомельэнерго» был выбран социологический метод. Разработанная нами анкета включала вопросы по оценке состояния здоровья, особенностям питания, средствам снятия усталости, распространенности курения, навыков самоконтроля за состоянием своего здоровья, а также вопросы, касающиеся главных ценностей жизни, половой жизни, семейного положения и денежного дохода. Статистическая обработка результатов исследования производилась при помощи программы SPSS 16.0. for Windows с использованием сравнительной оценки распределений по ряду учетных признаков.

Всего в исследовании принимало участие 300 человек персонала предприятия. Из них: в возрасте 19–23 года — 53 человека (40 человек — мужского пола и 13 человек — женского пола), 23–28 лет — 161 человек (118 человек — мужского пола и 43 человека — женского пола), 28–31 год — 86 человек (54 мужского пола и 32 человека — женского пола).

Согласно проведенному исследованию, 44,4% работающей молодежи имеют среднее специальное образование и 35,9% — высшее образование. Среднее общее образование у 10,4% опрошенных. По семейному положению были установлены статистически достоверные различия ( $\chi^2=37,290$ ,  $p<0,001$ ). 46,1% опрошенных - холосты (не замужем). Следует подчеркнуть, что наибольший удельный вес холостых (незамужних) был выявлен у работающей молодежи в возрасте 19-22 лет (73,6%). Состоят в юридическом браке 25% респондентов. Разведенная молодежь составляет 8%. Достоверно чаще вступает в брак молодежь в возрасте 28-31 года.

Удовлетворены состоянием своего здоровья 72% работающей молодежи. Затруднились ответить на поставленный вопрос 8,7% опрошенной молодежи. Причем, мужчины удовлетворены больше состоянием своего здоровья (78,8%,  $\chi^2=20,379$ ,  $p<0,05$ ), чем женщины (54,8%). У 65,7% работающей молодежи состояние здоровья за прошедший год осталось прежним. Отмечают улучшение своего состояния здоровья 11% респондентов. Ухудшения в состоянии здоровья отметили 13,7% респондентов. Нами было установлено, что хронические заболевания имеют 17% респондентов в возрасте 19–22 лет и 15,4% — в возрасте 23–31 год. На вопрос, какие навыки самоконтроля за состоянием своего здоровья вы используете, 39,4% опрошенных ответили, что умеют определять начальные симптомы заболеваний и измерять свой вес. Чаще контролируют свой вес путем его измерения, женщины (59,5%,  $\chi^2=20,517$ ,  $p<0,05$ ), чем мужчины (31,3%). Измеряют свое артериальное давление 28,3% молодежи, температуру тела

— 24,3%, 7,7% опрошенных — пульс. Одно из приоритетных мест в системе ценностных ориентаций работающей молодежи традиционно занимает здоровье (71,4%). Второе место занимает семья (64,1%). Ценность детей в жизни большинства работающей молодежи не снизилась, и продолжает сохранять свое смысложизненное значение (50,3%). Подчеркнем, что в возрасте 28-31 год дети являются наиболее главными в жизни (69,8%,  $\chi^2=19,035$ ,  $p<0,001$ ). Причем, наибольший удельный вес составляют женщины (32,1%,  $\chi^2=8,692$ ,  $p<0,05$ ). Считают главным в жизни материальное обеспечение 47,7% респондентов и 39,8% - дружбу. Следует отметить, что у 52,8% опрошенных в возрасте 19-22 года дружба ценится больше всего (наибольший удельный вес составляют мужчины (42,5%,  $\chi^2=8,068$ ,  $p<0,05$ )).

По средствам снятия усталости, напряженности на первое место работающая молодежь ставит сон (75,5%). Просмотр телевидения, видео, прослушивание музыки занимает второе место (55,1%). Следует отметить, что наибольший удельный вес был установлен в возрасте 19–22 лет (66,0%,  $\chi^2=9,850$ ,  $p<0,05$ ). Прогулки на природе занимают у опрошенной молодежи третье место (45,0%). Общением снимают данные чувства 58,5% респондентов в возрасте 19–22 лет, что составляет наибольший удельный вес по сравнению с другими возрастными группами ( $\chi^2 =11,558$ ,  $p<0,05$ ). Туризмом, походом на рыбалку снимают усталость и напряженность 30,1% работающей молодежи. Причем мужчины составляют наибольший удельный вес (36,3%) по сравнению с женщинами (9,5%) ( $\chi^2=21,153$ ,  $p<0,05$ ). Посещение храма снимает данные чувства у 5,5% опрошенных. Женщины чаще посещают храм (14,3%,  $\chi^2=13,758$ ,  $p<0,05$ ), чем мужчины (3,3%). Менее эффективными действиями в снятии чувств усталости, напряженности, стресса, плохого настроения респонденты считают физкультуру — 33,3%, чтение книг, газет, журналов — 21,5%, физический труд, работу на даче — 14,6%, посещение театра, кино-театра — 13,4%, экстремальные виды отдыха — 8,5%, алкоголь — 8,2%, аутотренинг — 2,7%.

По удовлетворенности качеством своего питания были установлены определенные различия ( $\chi^2=17,807$ ,  $p<0,05$ ). Наибольший удельный вес был отмечен в возрастной группе 19-22 лет, что нельзя сказать о работающей молодежи в возрасте 23-27 лет, где был установлен наименьший удельный вес. Следует отметить, что у мужчин положительный ответ встречался достоверно чаще (53,8%,  $\chi^2= 22,274$ ,  $p<0,05$ ), чем у женщин (37,3%). Известно, что несоблюдение режима питания является причиной развития различных заболеваний желудочно-кишечного тракта. Выяснилось, что не со-

блюдают режим питания 84,6% опрошенной молодежи. Соблюдают умеренность в потреблении продуктов питания 32,8% опрошенной молодежи. Употребляют йодированную соль в пищу и очищенную воду 16,8% респондентов. При организации своего питания 23,9% респондентов подсчитывают калорийность продуктов. Отметим, что наиболее серьезно относятся к своему питанию молодежь в возрасте 23-27 лет (32,9%,  $\chi^2=6,387$ ,  $p<0,05$ ). Употребляют в пищу продукты с профилактическим эффектом 3,2% молодежи. Причем, наибольший удельный вес составляют молодые люди в возрасте 28-31 год (5,8%,  $\chi^2=6,723$ ,  $p<0,05$ ). Предпочитают употреблять натуральные продукты (без консервантов и добавок) 33,8% опрошенных. Питаются, как придется, 21,3% молодежи.

На вопрос, как вы используете свой государственный отпуск, респонденты ответили следующим образом: 38,4% работающей молодежи предпочитает ездить в туристические поездки, отдыхать на даче, в деревне. Проводят свой отпуск в санатории 30% опрошенных. В целях повышения своего материального положения 10,3% молодежи подрабатывает во время своего отпуска. Курят постоянно 29,3% работающей молодежи, причем мужчины составляют наибольший удельный вес (35,8%,  $\chi^2=18,893$ ,  $p<0,05$ ), по сравнению с женщинами (13,1%). Курят от случая к случаю 18,3% респондентов. Курили, но бросили 16,7% молодежи. Никогда не пробовали курить 34,7% работающей молодежи. Следует отметить, что у 35,7% опрошенной молодежи курение стало привычкой. Причем, мужчины составляют наибольший удельный вес (42,9%,  $\chi^2=20,051$ ,  $p<0,05$ ). Стресс стал мотивом курения у 10% опрошенных. Курили при употреблении алкогольных напитков 8,9% молодежи. Случайные сексуальные связи имели 41,8% респондентов. Причем, мужчины составляют наибольший удельный вес (49,3%,  $\chi^2=17,518$ ,  $p<0,05$ ). Использование презервативов в качестве способа предохранения от ИППП и СПИДа выбирают 51% респондентов, наличие постоянного полового партнера - 43%. Отказываются от половой жизни или ничего не используют 2% молодежи.

Таким образом, проведенное исследование показало необходимость в разработке и реализации практических рекомендаций по формированию самосохранительного поведения молодежи, сохранению и укреплению ее здоровья. Учитывая полученные данные, основными задачами социальной политики в отношении работающей молодежи должны стать следующие:

- 1) повышение статуса семьи в обществе, широкая пропаганда в молодежной среде семейных ценностей, материнства и отцовства;

- 2) организация воспитательной работы по подготовке к семейной жизни;
- 3) сохранение здоровья будущих мам и новорожденных;
- 4) проведение профилактической работы среди молодежи по недопущению прерывания беременности;
- 5) сохранение и развитие репродуктивного потенциала молодого населения.

Для этого мы считаем необходимым усилить деятельность медицинских работников, общественных организаций, СМИ по вопросам здорового образа жизни, роли семьи в жизни общества, профилактике, лечению и предупреждению распространения социально-значимых заболеваний среди молодежи, внедрить модель рекреационной зоны с включением служб социально-психологической и информационно-образовательной помощи.

**Перепелкин А.И., Пикалов А.С., Царапкин Л.В.**  
Волгоградский государственный медицинский университет,  
Волгоград, Россия

### **ПРОГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА ПРИ СУТОЧНОМ МОНИТОРИРОВАНИИ**

*Аннотация:* Приведены данные сравнительного исследования показателей variability сердечного ритма на основе суточной регистрации ЭКГ с учетом циркадных колебаний ритма сердца. Показано достоверное снижение как временных, так и спектральных показателей суточной variability сердечного ритма у подростков со сколиозом без выраженного дисбаланса парасимпатического и симпатического отделов ВНС. Данные изменения указывают на нарушения взаимодействия между различными звеньями ВНС в обеспечении функции вождения ритма и свидетельствуют о снижении адаптационных возможностей организма, что ведет к повышенному риску развития нарушений регуляции сердечного ритма в данной группе подростков.

*Ключевые слова:* Variability сердечного ритма, подростки, сколиотическая болезнь

**Perepelkin A.I., Pikalov A.S., Tsarapkin L.V.**  
Volgograd State medical University,  
Volgograd, Russia

### **PROGNOSTIC CRITERIA OF HEART RATE VARIABILITY AT THE DAILY MONITORING**

*Abstract:* The data of comparative researches of parameters of heart rate variability on the basis of daily ECG registration with regard circadian oscillations of heart rate. Shown significant reduction in both temporary and spectral indices of daily variability of a heart rhythm in adolescents with scoliosis without significant imbalance parasympathetic and sympathetic