

Кукель А. А., Круталевич О.П., Новикова Н.В.
МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

Здоровье учащихся высших образовательных учреждений в настоящее время является социально-значимым показателем медико-демографической характеристики населения Республики Беларусь, так как частая заболеваемость приводит к уменьшению эффективности учебной, а впоследствии, и профессиональной деятельности.

Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

Здоровье человека - результат сложного взаимодействия социальных, средовых и биологических факторов. Считается, что вклад различных влияний в состояние здоровья следующий: человеческий фактор - 25% (физическое здоровье - 10%, психическое здоровье - 15%); экологический фактор - 25% (экзоэкология - 10%, эндоэкология - 15%); социально-педагогический фактор - 40% (образ жизни: материальные условия труда и быта - 15%, поведение, режим жизни, привычки - 25%); медицинский фактор - 10%.

Формирование здорового образа жизни является главным рычагом первичной профилактики и укрепления здоровья студенческой молодежи через изменение стиля и уклада жизни, его оздоровления с использованием гигиенических знаний в борьбе с вредными привычками, гиподинамией и преодолением неблагоприятных сторон, связанных с жизненными ситуациями.

Проведенные врачебно-педагогические наблюдения за состоянием здоровья студентов Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка (БГПУ), показали, что у 49,9% студентов отсутствуют хронические заболевания, а у 57,5% - зарегистрировано от одного до четырех хронических заболеваний, врожденных либо приобретенных еще до поступления в университет.

На этапе выбора профессии оптимальное соответствие индивидуальных особенностей организма подростка конкретному виду деятельности предопределяется состоянием здоровья и индивидуальными психофизиологическими особенностями. Однако, в литературе ряд авторов акцентируют внимание на том, что выпускники общеобразовательных школ переоценивают свое состояние здоровья и строят свои жизненные планы без его учета, руководствуясь престижем профессии и своим желанием.

Адаптация студентов к интеллектуальным, физическим и нервно-психическим нагрузкам становится актуальной проблемой, требующей серьезного решения на протяжении всех лет обучения.