

## **Результаты и анализ анкетирования студентов РостГМУ**

Выборочная совокупность - 1102 респондентов (n=1102), отобранных методом типичных представителей. Критерий включения - студенты 1 - 6-го курсов РостГМУ,

Основной метод исследования - онлайн анкетирование, основной инструмент - анкета, составленная в соответствии с принципом валидности.

Систематизация и оценка достоверности полученных данных проводилась с использованием программы MS Excel.

### **- Результаты анкетирования.**

- Анализ полученных данных позволяет сделать вывод о том, что 76% респондентов отдают приоритет здоровью (1-е и 2-е место) в своей системе жизненных ценностей.
- Большинство опрошенных - 93,9% правильно определили значение здоровья согласно ВОЗ: «состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».
- Среди основных факторов, влияющих на состояние здоровья студенты назвали следующие: образ жизни- 95,4%, генетика- 89%, влияние окружающей среды- 87,2%, организация медицинской помощи – 54,7%.
- Наиболее мощное влияние на состояние здоровья, по мнению 65,3% респондентов оказывает образ жизни. Респонденты показали высокий уровень осведомленности об основных модифицируемых факторах риска, провоцирующих развитие различных заболеваний: курение – 91,7%, употребление алкоголя -89,7%, дефицит сна -87,4%, хронический стресс - 83,1%.
- В качестве основных составляющих ЗОЖ студенты назвали следующие: здоровое питание-92,6%, физическая активность- 91,7%, отдых (сон)- 89,5% и отказ от вредных привычек -84,0%. Значительная часть студентов- 67,4%

считают достаточной, для поддержания нормального состояния здоровья 2-7 часов физической активности в неделю.

- Половина опрошенных студентов верно определила правильную модель соотношения БЖУ. 74,8% респондентов знают формулу вычисления ИМТ. О диспансеризации информировано абсолютное большинство участников опроса – 95,1%.

Свой показатель ИМТ знают 73,1%. Физической активности уделяют 1-7 часов в неделю -77,5% респондентов. Не употребляют табак (во всех его видах) -86,4% студентов. Вообще не употребляют алкоголь – 55,8%, 1-5раз в год – 28,8% опрошенных. Своё эмоциональное состояние 50,8% обучающихся оценивают, как хорошее и отличное, 40% - удовлетворительное. 59,2% респондентов уделяют сну - 6-8часов в сутки. Хроническими заболеваниями не страдают – 71,9%.

О вакцинопрофилактике (по Национальному календарю прививок) осведомлено и считают её обязательной, абсолютное большинство - 91,7%.

Ежегодную вакцинацию от вируса гриппа проходят 53,4%.

В профилактических дозах различные витаминные, минеральные, антиоксидантные препараты принимает – 62,3% студентов.

Большинство девушек и юношей - 68,6%, оценивают свое здоровье на «4» и «5» по пятибалльной шкале.