

Результаты и анализ анкетирования преподавателей РостГМУ

Выборочная совокупность - 76 респондентов (n=76), отобранных методом типичных представителей. Критерий включения - профессорско-преподавательский состав РостГМУ. Метод исследования - онлайн анкетирование, основной инструмент - анкета. Систематизация и оценка достоверности полученных данных проводилась с использованием программы MS Excel.

- **Результаты.** 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 - 97,4% правильно определили значение здоровья согласно ВОЗ: «состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Основные факторы, влияющие на состояние здоровья по мнению преподавателей следующие: образ жизни- 98,7%, генетика- 86,8%, влияние окружающей среды- 84,2%, организация медицинской помощи – 63,2%. Наиболее важное влияние на состояние здоровья, по мнению 98,7% респондентов оказывает образ жизни. Респонденты показали следующий уровень осведомленности об основных факторах риска для здоровья: курение – 88,2%, употребление алкоголя -84,2%, дефицит сна -89,5%, хронический стресс -93,4%.

- В качестве основных составляющих ЗОЖ преподаватели назвали следующие: здоровое питание-90,8%, физическая активность- 92,1%, отдых (сон)- 93,4% и отказ от вредных привычек - 90,8%. Значительная часть из них - 85,5% считают достаточной, для поддержания нормального состояния здоровья 8 часов физической активности в неделю.

- Почти половина опрошенных (48%) верно определила правильную модель соотношения БЖУ. 78,9% респондентов знают формулу вычисления ИМТ. О диспансеризации информировано абсолютное большинство участников опроса – 98,7%.

Физической активности уделяют 5-7 часов в неделю -35,5% респондентов. Не употребляют табак (во всех его видах) -86,8%. Вообще не употребляют алкоголь – 38,2%, 1-5раз в год – 15,8% опрошенных. Своё эмоциональное состояние 47,1% респондентов оценивают как хорошее и отличное, а 46,1% - удовлетворительное. 42,1% респондентов чувствуют себя выспавшимися, в соответствии с количеством среднесуточного сна. Хроническими заболеваниями не страдают – 61,8%. О вакцинопрофилактике (по Национальному календарю прививок) осведомлено и считают её обязательной, абсолютное большинство - 92,1%.

Ежегодную вакцинацию от вируса гриппа проходят 43,4% из состава опрошенных. В профилактических дозах различные витаминные, минеральные, антиоксидантные препараты принимает – 57,9% опрошенных. Большинство преподавателей - 63,1%, оценивают свое здоровье на «4» и «5» по пятибалльной шкале.