

УДК 623: 616 – 084 - 051

РИСК ЗДОРОВЬЮ И ЗДРАВООСОЗИДАНИЕ: МНЕНИЕ ВРАЧЕЙ

Щавелева М.В., Романова А.П., Шваб Л.В.

Белорусская медицинская академия последипломного образования, г. Минск

Сегодня ни у кого не вызывает сомнения тот факт, что значительные резервы увеличения продолжительности жизни кроются в сокращении факторов риска, профилактике неинфекционных заболеваний и их последствий. Содействие здоровому образу жизни – наиболее действенная стратегия по предотвращению преждевременной смертности населения.

В этой связи все более актуальным становится вопрос об «ориентированности» населения на здоровый образ жизни (ЗОЖ). Кафедрой общественного здоровья и здравоохранения БелМАПО в 2011-2012 гг. начато проведение исследования, направленного на выявление «ориентированности» различных групп населения нашей страны на ЗОЖ. Одним из инструментов исследования служит анкета, включающая 24 основных вопроса и 5 вопросов, направленных на идентификацию половозрастных признаков и социального статуса опрашиваемых лиц.

Первый этап исследования состоял из изучения некоторых вопросов, характеризующих основные причины «нездоровья» и приверженности ЗОЖ врачей – той группы населения, которая в силу специфики полученного образования, обладает наибольшим объемом знаний о факторах, определяющих здоро-

вые, факторах риска здоровью и их значимости. В работе дан частичный анализ ответов 61 врача (средний возраст – 46,8 года).

Большинство опрошенных (59,02%) оценили состояние своего здоровья как удовлетворительное, только 19,7% охарактеризовали его как хорошее; остальные – как плохое или скорее плохое. На наличие хронических заболеваний указало 42,6%. На наличие «внеслужебных» контактов с системой здравоохранения (обращение к врачу по какому-либо поводу, в т.ч. и профилактическому) в течение года, предшествующего проведению опроса, указало только 57,4%. Этот факт надо признать как настораживающий. В этой связи нам кажутся обоснованными полученные различия в ответах на следующие вопросы: «дайте, пожалуйста, оценку деятельности системы здравоохранения по сохранению и улучшению Вашего здоровья» – $3,36 \pm 0,10$ и «дайте, пожалуйста, оценку Вашим усилиям по сохранению и укреплению Вашего здоровья» – $3,07 \pm 0,08$ ($p < 0,05$). Таким образом, у опрошенных нами врачей присутствует не только критическое отношение к состоянию своего здоровья, но и своему вкладу в «личное здравосозидание». К сожалению, характеризуя деятельность системы здравоохранения, врачи самую низкую оценку дают деятельности амбулаторно-поликлинических организаций ($3,35 \pm 0,08$) – тех структур, профилактическая работа которых должна, в первую очередь, быть направлена на поддержание здоровья и формирование ЗОЖ. Значительно выше оценивалась деятельность больничных организаций, станций скорой и неотложной помощи, специализированных диспансеров и диагностических центров.

Давая оценку факторам, негативно влияющим на здоровье в настоящее время, опрошенные характеризовали эти факторы различным образом в отношении популяции в целом и себя лично. Так, при характеристике причин, негативно влияющих на здоровье популяции, как наиболее значимые были указаны следующие. Психоэмоциональный стресс; экологические условия, наличие вредных привычек (эти 2 фактора набрали одинаковое количество ответов); материальное положение человека; малоподвижный образ жизни. Характеризуя факторы, негативно влияющие на их личное здоровье, врачи на первое место также поставили психоэмоциональный стресс. Однако на второе место вышел малоподвижный образ жизни. Далее по значимости следовали экологические условия; наличие вредных привычек и условия труда (равное количество ответов по двум последним факторам). Материальное положение семьи, как фактор, который оказывает негативное влияние на их здоровье, врачи поставили только на пятое место.

Исходя из того, что часть опрошенных нами врачей косвенно признавала при ответе на вопрос о факторах, негативно влияющих на их здоровье, наличие вредных привычек и их значимость, в данной работе мы не останавливаемся на распространенности таких факторов как курение и употребление алкоголя.

Вместе с тем нам кажется интересным анализ ответов врачей об употреблении ими овощей и фруктов. Современная наука уделяет все большее внима-

ние особенностям питания как фактору профилактики ряда неэпидемических заболеваний, в частности, болезней сердечно-сосудистой системы. Так, показано, что повышение потребления фруктов и овощей достоверно ассоциирует со снижением риска развития ишемической болезни сердца. В этой связи нами были сформулированы вопросы о необходимом количестве овощей и фруктов, которые надо съедать в течение дня, и об их фактическом потреблении. Несмотря на то, что ответы большинства опрошенных о необходимом количестве овощей и фруктов значительно варьировали (от 150 до 2000 г.), необходимо ответить, что они присутствовали только в 83,6% анкет. У остальных респондентов данный вопрос вызвал затруднение. Одновременно следует отметить и то, что в летне-осенний период необходимое количество (с точки зрения личного определения) овощей и фруктов употребляло 98% опрошенных; в зимний – только 39,2%.

Значительный интерес для нас в исследовании представлял вопрос, что лично в течение года, предшествующему опросу, сделал респондент для улучшения своего здоровья. Необходимо отметить, что 11,7% респондентов не считали необходимым предпринимать какие-либо усилия для улучшения своего здоровья. Наиболее часто респонденты стремились: увеличить потребление овощей и фруктов (50% ответивших); похудеть (48,2%); уменьшить потребление в пищу животных жиров и сахара (на эти два предложенных варианта ответа указало по 35,2% респондентов).

В целом только 24,6% опрошенных считает, что уделяет достаточно внимания своему здоровью; гораздо больше – 60,7% указали, что делают это в недостаточном объеме; остальные испытывали затруднение при ответе. При этом 39,3% респондентов отметили, что в течение последних 2-3 лет их отношение к своему здоровью стало более внимательным.

В заключение необходимо отметить, что снижение смертности в странах Западной и Центральной Европы, наблюдающееся в течение последних 20-30 лет, нашло свое объяснение в благоприятной динамике основных факторов риска неэпидемических заболеваний. Поэтому мониторинг распространенности данных факторов и отношения к ним различных групп населения, а также предоставление достоверной информации о значимости данных факторов для здоровья индивидуума и популяции является важнейшей задачей общественного здоровья и здравоохранения.

RISK TO HEALTH AND SELF-CARE CREATION: PHYSICIANS OPINION

Schavcleva M.V., Romanova A.P., Shvab L.V.

The review of physicians' answers to the questions concerning self-appraisal of their health, the presence of risk factors to their health, as well as their assessment of these factors' significance is presented. Their efforts directed at the improvement of their health status have been analysed.