

УДК: 378.661(571.62).17:304.3 (060.51)"2013/.2017"

В.П. Молочный, М.Ф. Рзянкина

Концепция формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Дальневосточном государственном медицинском университете на 2013-2017 гг.

Дальневосточный государственный медицинский университет, г. Хабаровск.

Контактная информация: М.Ф. Рзянкина, e-mail: rzyankina@mail.ru

Резюме

В статье представлена характеристика образа жизни обучающихся и преподавателей Дальневосточного медицинского университета по результатам социологического опроса. Изложена концепция формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний в Дальневосточном государственном медицинском университете на 2013-2017 гг. Определены направления деятельности вуза по повышению показателей здоровья и формирования мотивации на здоровый образ жизни обучающихся и преподавателей.

Ключевые слова: здоровый образ жизни; здоровье; профилактика; Дальневосточный государственный медицинский университет; обучающийся; преподаватель

V. Molochniy, M. Rzyankina

The concept of healthy life style and disease prevention in the Far Eastern State Medical University for the period 2013-2017

Far East state medical university, Khabarovsk

e-mail: rzyankina@mail.ru

Summary

The article presents some characteristics of students and faculty members life style of the Far Eastern State Medical University based on poll results. The concept of healthy life style and disease prevention in the Far Eastern State Medical University in 2013-2017 has been worked out. The measures aimed at health improvement and creating motivations for a healthy life style have been determined.

Key words: Healthy Lifestyle; health; disease prevention; the Far Eastern State Medical University; student; faculty members

Введение

Охрана здоровья студенческой молодежи является одной из наиболее актуальных задач общества, поскольку в современных условиях социальной, экономической и политической нестабильности эта группа населения испытывает наибольшее отрицательное воздействие окружающей среды и не всегда может адаптироваться к новым, изменившимся для них условиям жизни, обучения, высоким умственным нагрузкам.

Обсуждение результатов

С 2006 года в стране действует национальный проект «Здоровье», одной из целей которого является укрепление здоровья граждан, возрождение профилактического направления. В 2009 году основным направлением проекта стала программа формирования здорового образа жизни, в которой определена задача воспитания в каждом человеке потребности в укреплении своего здоровья, расширении функциональных резервов организма, активного привлечения населения к занятиям физкультурой и спортом.

В документах Всемирной организации здравоохранения укрепление здоровья детей и молодежи, формирование здорового образа жизни, борьба с вредными привычками, в том числе профилактика употребления психотропных

веществ, выдвинуты как задачи первоочередной важности для развития общества и личности [3]. Очевидно, что проблемы здоровья молодежи актуализируются в условиях неблагоприятных социальных, экологических и экономических факторов. Возникает проблема здоровьесберегающей, щадящей организации образовательного процесса [1].

Утверждение здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья студентов рассматривается как одно из направлений модернизации обучения и воспитания и составляет едва ли не самую важную доктрину развития современного образования, способствует более результативной профессиональной подготовке студентов в вузе. Здоровье перестает быть категорией только биологической - оно является также категорией педагогической, становится одной из основных общественных, культурных и личностных ценностей.

Различные проекты, принимаемые в РФ в сфере здравоохранения, подразумевают улучшение качества жизни россиян, но достичь этой цели невозможно только усилиями медицинских работников. Однако формирование ориентации на здоровый образ жизни у населения не должно носить стихийного характера, начинать его необходимо в детском и юношеском возрасте, при обучении и профессиональной деятельности - ориентироваться на профессиональную специфику [2]. Поэтому, основные установки на здоровый образ

жизни студентов-медиков должны закладываться в период их обучения в вузе [4, 5, 6].

Возрастание объема информации, постоянная интенсификация труда студентов, широкое внедрение новых технических средств в учебный процесс являются негативными факторами, провоцирующими возникновение психосоматических заболеваний. Студенты уделяют мало времени и прилагают недостаточно усилий по сохранению собственного здоровья, а за последние 10 лет среди молодежи практически не отмечается положительной динамики в психологических установках и поведении, направленных на поддержание здорового образа жизни [1].

Так, при изучении заболеваемости студентов нашего университета (ДВГМУ) нами установлено, что уровень патологической пораженности первокурсников на 100 обследуемых составил 147,3%. В структуре патологии первостепенное место занимают болезни глаз (36,3%), на втором месте - болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (26,4%), на третьем - болезни органов пищеварения (21,8%). Проведенное исследование установило достоверный рост доли студентов с хроническими заболеваниями с $37,7 \pm 1,9\%$ - на I курсе до $46,0 \pm 2,0\%$ - на III курсе, т.е. к третьему курсу более 40% студентов—

медиков имеют одно или несколько хронических заболеваний.

Большинство выпускников ДВГМУ отметили ухудшение состояния своего здоровья в процессе обучения ($75,29 \pm 2,68\%$). В качестве причин, которые, по мнению выпускников, отрицательно сказались на их здоровье, первое место занимали психоэмоциональные перегрузки, связанные с учебой - $68,34 \pm 2,89\%$, второе место - несистематическое и нерациональное питание - $61,8 \pm 3,02\%$, третье место - сочетание физических и психоэмоциональных нагрузок - $23,17 \pm 2,62\%$. Таким образом, сам по себе образовательный процесс в медицинском вузе содержит комплекс причин, которые зачастую отрицательно сказываются на здоровье студентов.

Анализ качества жизни преподавателей нашего университета показал различия в субъективной оценке своего здоровья и качества жизни в разных возрастных группах. Так наблюдается достоверное снижение показателей физического функционирования с $86,4 \pm 1,8\%$ в возрасте 25-34 лет до $51,2 \pm 4,1\%$ в возрасте 65 и более лет, при среднем показателе - $74,8 \pm 1,62\%$. Заметно снижение показателя ролевого функционирования, который отражает влияние физического состояния на повседневную деятельность (от $85,4 \pm 2,5\%$ в 25-34 лет до $42,7 \pm 3,2\%$ в 50-64 лет) и составляет более 50%.

Показатель социального функционирования определяется степенью, в которой физическое и эмоциональное состояние ограни-

чивает социальную активность (общение) и имеет четкую тенденцию к росту в соответствии с возрастом – от 69,6±2,5% в 25-34 года до 89,3±1,1% в 65 лет и более.

Проблема охраны здоровья студентов многоплановая и многоаспектная. Она требует концептуального подхода и комплексного межведомственного участия всех структур, заинтересованных в сохранении здоровья студенческой молодежи.

В настоящее время с потребностью в здоровье конкурируют не только очевидно негативные факторы жизнедеятельности (курение, употребление алкоголя), но и многие достижения научно-технического прогресса, которые приводят к пассивному образу жизни, переданию и т.п. Поэтому основная задача гигиенического обучения и воспитания – сформировать потребность в здоровье среди молодежи и обеспечить ее высокую конкурентоспособность относительно других потребностей. Приоритетное место в формировании здорового образа жизни занимает поведение самого человека и, в частности, так называемое «самосохранительное поведение».

По результатам наших исследований установлено, что режим дня большинства студентов нерационален. Так, 29,5±1,9% спят менее 6 часов в сутки, а

каждый четвертый, к тому же, страдает расстройствами сна.

Почти половина студентов (46±2%) признают, что питаются нерегулярно. При этом в студенческом рационе преобладают мучная (39,4±2%) и жирная (33,2±1,9%) еда.

Каждый десятый студент практически не бывает на свежем воздухе, а для 66,7±1,9% прогулки заменяет дорога до учебного заведения и обратно. Физической культурой и (или) спортом систематически занимаются лишь 32,5±1,9% студентов, а 24,5±1,8% не делают даже утреннюю зарядку.

Среди участников исследования только 20±1,6% не употребляют алкогольные напитки, но 5±0,9% из них указали, что периодически пьют пиво и вино, не считая их алкоголь-содержащими напитками.

Несмотря на то, что большинство студентов впервые попробовали алкоголь еще в школе, 29,9±2,6% из них отметили, что после поступления в высшее учебное заведение стали пить намного больше.

На момент опроса курил каждый третий (34,1±2,7%), а 58,2±3,5% курили ранее, но сейчас бросили, либо пытаются это сделать. Средний возраст начала курения составил 16,5 лет, что как раз соответствует первому курсу университета.

Никто из опрошенных не указал, что употребляет наркотические средства, однако 10 человек отметили, что считают действие наркотиков на организм не отрицательным, а

скорее, наоборот - приносящим радость и удовлетворение.

Обращает на себя внимание низкий уровень медицинской активности современного студенчества, являющейся важнейшей чертой образа жизни, характеризующей отношение человека к своему здоровью.

С профилактической целью в ЛПУ обращается только 20,7% студентов, остальные же - только при наличии заболевания. При этом, даже заболев, сразу обращается к врачу только $45 \pm 2\%$ опрошенных, остальные предпочитают сначала воспользоваться советами знакомых и родственников и подлечиться «народными средствами», а $30 \pm 1,9\%$ студентов признают, что не предпринимают все необходимые меры для укрепления своего здоровья и поддержания его на должном уровне.

В общей структуре ценностей студентов нашего университета здоровье занимает четвертую позицию. На первом месте оказалась семья и семейные ценности, на втором - работа, приносящая удовлетворение, на третьем - образование.

Следовательно, обоснование разработки Концепции продиктовано следующими обстоятельствами:

– Необходимостью сохранения и укрепления здоровья основного контингента (студентов и профессорско-

преподавательского состава) ДВГМУ, а также профилактики заболеваний и снижения уровня асоциальных явлений на основе формирования здорового образа жизни.

– Недостаточным пониманием важности и сущности профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни сотрудников и студентов медицинского ВУЗа.

– Недостаточной ответственностью обучающихся за собственное здоровье и здоровье своей семьи.

– Необходимостью развития здоровьесберегающего и здоровье - развивающего направления в образовательном процессе в ДВГМУ.

– Вышесказанное позволяет говорить об актуальности проблемы организации процесса обучения в нашем ВУЗе, ориентированного на ЗОЖ студентов.

Методологическая основа концепции, цели, задачи и направления профилактической деятельности

В качестве способа решения этой проблемы нами была рассмотрена идея создания, обоснования и реализации модели организации ЗОЖ студентов в процессе обучения в вузе, и, особенно, в медицинском вузе. Особенность идеи заключается в организации ЗОЖ студентов с учетом профильной направленности и специфики вуза, индивидуальных особенностей обучающихся и требований к специалистам, которых готовит ДВГМУ.

В связи с вышеизложенным определена **цель** концепции по формированию здорового

образа жизни в ДВГМУ: определение и оптимизация путей и условий для сохранения и улучшения здоровья участников образовательного процесса, внедрение и развитие здоровьесберегающих технологий в основную деятельность образовательного процесса.

Приоритетными направлениями в данной концепции выступают: создание здоровьесберегающей среды для физического, психического и нравственного развития личности и формирование мотивации к здоровому образу жизни у студентов, преподавателей и работников университета через спортивно-оздоровительную и образовательно-воспитательную работу.

Следовательно, процесс сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи целесообразно рассматривать в двух аспектах:

- реализации внешних социокультурных условий жизнедеятельности и потребности в здоровье как важнейшего аспекта благополучия (физического, психического и социального);
- реализации внутренних условий, связанных с ответственностью человека за свое существование, целостности бытия с учетом возрастных и профессиональных особенностей.

В рамках концепции определены следующие **задачи**:

- создание и развитие необходимой инфраструктуры в ДВГМУ для осуществления здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности всеми сотрудниками и обучающимися;
- разработка и внедрение образовательных программ (в том числе интегрированных в преподаваемые дисциплины), направленных на сохранение здоровья и обучение здоровому образу жизни;
- обеспечение научного, методического, а также информационного сопровождения деятельности по формированию здорового образа жизни в университете;
- совершенствование системы подготовки и повышения квалификации специалистов различного профиля по вопросам формирования здорового образа жизни, содействие развитию приоритета профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни у студентов и преподавателей;
- повышение уровня информированности студентов по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационно-образовательной системы, направленной на мотивацию к здоровому образу жизни, привлечение к активному отдыху, занятиям физической культурой;
- разработка и реализация системы воспитательных, социальных, культурно-нравственных мероприятий, направленных на развитие устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, стремлений к активному физи-

ческому и духовному самосовершенствованию, побуждающих к личному участию в пропаганде ценностей ЗОЖ;

- внедрение в деятельность ДВГМУ комплекса мероприятий, направленных на поддержку молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди студентов и преподавателей;
- формирование и совершенствование системы мониторинга заболеваний, поведенческих факторов риска у сотрудников и студентов ДВГМУ.

Исходя из сложившейся ситуации, изменяющихся социально-экономических условий, влияния факторов риска разработка концептуальных основ охраны здоровья студентов и преподавателей ДВГМУ должна включать в себя **ряд направлений:**

Медицинское обеспечение студентов и профессорско-преподавательского состава:

Данное направление подразумевает разработку единого методологического подхода к организации медицинского обслуживания студентов. Диагностика заболеваний и выявление факторов риска, мониторинг состояния здоровья учащихся и сотрудников ДВГМУ включает:

- создание адекватных (безопасных, соответствующих санитарно-гигиеническим требованиям, здоровьесберегающих) условий обучения;

- ежегодный профилактический медицинский осмотр всех обучающихся с распределением их по группам здоровья и разработкой индивидуальных программ оздоровления и реабилитации, который обеспечивается консультационно-диагностической поликлиникой ДВГМУ (отделение общеврачебной практики);

- распределение студентов по медицинским группам для занятий физической культурой в зависимости от состояния здоровья и в соответствии с их индивидуальной программой оздоровления и реабилитации;

- диспансеризация преподавателей и сотрудников ДВГМУ с разработкой индивидуальных программ оздоровления и реабилитации - обеспечивается консультационно-диагностической поликлиникой ДВГМУ;

- создание и регулярное ведение электронной базы данных состояния здоровья обучающихся ДВГМУ, разработка паспортов здоровья студентов и других категорий обучающихся;

- систематическое анкетирование студентов и сотрудников университета с целью выявления и оценки распространённости факторов риска различных заболеваний и вредных привычек, анализ полученных данных с последующей коррекцией профилактических мероприятий;

- организация дневного стационара с целью профилактики и амбулаторного лечения заболеваний дыхательной системы, органа

зрения, опорно-двигательного аппарата, патологии желудочно-кишечного тракта;

- организация диетического питания в студенческой столовой;
- организация в общежитиях комнат для оздоровительной деятельности;
- организация профилактория на базе общежития университета.

Комплексные оздоровительные мероприятия:

- создание индивидуальных программ оздоровления и реабилитации, составленных в результате профилактических осмотров учащихся и диспансеризации преподавателей и сотрудников;
- оздоровительная работа путём направления учащихся в молодёжные спортивно-оздоровительные лагеря, санатории и профилактории при наличии возможности и необходимого объёма финансирования данного направления работы;
- санация полости рта в условиях стоматологической поликлиники ДВГМУ «Унистом» с разработкой индивидуальных программ оздоровления и реабилитации;
- аттестация рабочих мест сотрудников по условиям труда с привлечением внешней аттестующей организации, разработка и выполнение комплекса мероприятий по устранению (уменьшению неблагоприятного воздействия) вредных

производственных факторов по результатам проводимой аттестации, проведение сертификации рабочих мест;

- проведение научных исследований в области профилактики заболеваний и факторов риска их развития (участие студентов в СНО, проведение студенческих научных конференций по ЗОЖ, оформление заявок на гранты, планирование кандидатских и докторских диссертаций);

- проведение оздоровительных мероприятий среди обучающихся и сотрудников в условиях спортивно-оздоровительного клуба «Медик», имеющегося в ДВГМУ спортивного комплекса;

- развитие студенческих средств массовой информации (студенческая газета, радио, выступления на телевидении, студенческие конкурсы плакатов, презентаций).

Духовно-нравственное воспитание обучающихся и преподавателей:

- выполнение перспективного и ежегодного планов воспитательной работы среди студентов ДВГМУ;

- контроль наличия и выполнения кафедральных и индивидуальных планов по воспитательной работе преподавателей;

- расширение вовлеченности обучающихся во внеаудиторную воспитательную работу с учетом их индивидуальных интересов и способностей;

- построение воспитательной работы на основе позитивного личного примера преподавателей и студентов старших курсов; под-

держание вузовских традиций ведения здорового образа жизни;

- мероприятия по гражданско-нравственному воспитанию обучающихся;

- организация и еженедельное проведение лектория «Духовное и физическое здоровье»;

- проведение «Дня донора» 2 раза в год под девизом «Подари каплю жизни»;

- организация акций по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения (Ярмарки здоровья), а также непосредственное участие в краевых и городских мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека, Дню детского здоровья, Дню психического здоровья; в проведении благотворительных акций, мероприятий и уроков здоровья в детских дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах, детских домах, домах ветеранов, инвалидов и престарелых, детских лечебных учреждениях г. Хабаровска в рамках деятельности университетского студенческого объединения «Милосердие»;

- организации бесед для студентов 1 курса по вопросам соблюдения общественного порядка и трудового законодательства, профилактики вредных привычек и экстремизма, о правилах этики и ведения здорового образа жизни;

- организация и проведение ежегодных вузовских мероприятий: «День

первокурсника», студенческая спортивная спартакиада и др.;

- развитие социально-психологической службы для студентов и преподавателей;

- организация конкурса «Лучший куратор студенческой группы»;

- развитие культурно-досуговой деятельности студентов и преподавателей.

Развитие, совершенствование и внедрение в практику здорового образа жизни в ДВГМУ информационных технологий:

Это позволит получить максимально полную информацию о состоянии здоровья студентов, факторах, влияющих на здоровье, разработать мероприятия по сохранению здоровья в системе здравоохранения и образования, усовершенствовать взаимодействие между лечебно-профилактическими учреждениями и преемственность.

Создание на базе ДВГМУ ряда специализированных центров и отделов:

В частности, для оказания психологической помощи обучающимся, решения проблем дезадаптации студентов к новым, постоянно меняющимся условиям окружающей среды, улучшения отношений в коллективе необходимо создание специализированного отдела медико-психолого-социальной помощи и поддержки. В целях популяризации здорового образа жизни в молодежной среде и привлечения студенчества к физкультуре и спорту организовать создание учебного спортивно-оздоровительного Центра «Весна».

Мероприятия по формированию

здорового образа жизни и отказу от вредных привычек:

- систематическое проведение региональных, всероссийских и международных конференций, посвящённых ЗОЖ;
- проведение регулярных межвузовских студенческих конференций «Здоровье студентов: проблемы и пути решения», региональной научно-практической конференции «Здоровый образ жизни студентов, как условие успешного развития России»;
- внедрение ежедневной производственной гимнастики для студентов и преподавателей;
- публикации в печатных изданиях популярных научных статей по проблемам ЗОЖ;
- создание страницы и форума по формированию здорового образа жизни на веб-сайте ДВГМУ;
- участие в реализации Программы по сохранению и укреплению здоровья населения г. Хабаровска на 2013 год;
- участие в рамках городского пилотного проекта «Эстафета здоровья»: конференция по вопросам здорового образа жизни, студенческие прогулки против социально-значимых заболеваний - в рамках цикла «социальная педиатрия», городские конкурсы презентаций, видео- и аудиоматериалов, речевки о сохране-

нии здоровья, городской «День здоровой семьи», фестиваль «Фейерверк здоровья»;

- участие в мероприятиях межвузовского объединения «Антинаркотический десант» по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения.

Новые методические подходы к формированию здорового образа жизни:

- разработка и внедрение комплексной межкафедральной учебной программы по формированию здорового образа жизни;
- разработка и внедрение в учебный процесс ДВГМУ дисциплины «Основы формирования здоровья»;
- обучение преподавателей, аспирантов, ординаторов ДВГМУ по программе «Формирование здорового образа жизни у детей» в рамках дополнительного профессионального образования;
- переименование кафедры общей гигиены в кафедру гигиены и здорового образа жизни с выделением учебных часов по программе здорового образа жизни;
- планирование и проведение научно-исследовательских работ в области методологии формирования здорового образа жизни.

Спортивно-оздоровительная и физкультурно-массовая работа:

- подготовка и выполнение перспективного и ежегодного планов спортивно-оздоровительной и физкультурно-массовой работы ДВГМУ;
- создание и выполнение перспективного плана развития материально-технической

базы для проведения спортивно-оздоровительной и физкультурно-массовой работы в ДВГМУ;

- создание и выполнение перспективного плана развития спортивно-оздоровительного клуба ДВГМУ «Медик» как структурного подразделения управления по воспитательной работе;

- реструктуризация спортивной работы в направлении увеличения количества спортивно-оздоровительных секций и привлечения в них большего количества учащихся и сотрудников университета;

- организация и проведение внутривузовских, общевузовских и межвузовских спортивных соревнований;

- систематическое участие в спортивных соревнованиях, спартакиадах, фестивалях городского, областного, межрегионального (зонального) и всероссийского уровней;

- проведение регулярных медицинских осмотров участников спортивных соревнований и обеспечение медицинского сопровождения спортивных мероприятий всех уровней силами поликлиники ДВГМУ;

- обеспечение расширения помещений университетского спорткомплекса, в том числе, и за счет строительства крытого стадиона (или плавательного бассейна) на месте имеющейся спортивной площадки.

Профилактика социально-значимых заболеваний:

- разработка и ведение совместно с министерством здравоохранения Хабаровского края комплексной программы профилактики социально значимых заболеваний в Хабаровском крае (сердечно-сосудистой патологии, туберкулёза, сахарного диабета, йоддефицитных заболеваний, онкопатологии, травматизма, наркомании, ВИЧ-инфекции и др.);

- систематическая профилактическая вакцинация обучающихся и сотрудников университета против распространённых инфекционных заболеваний (вирусный гепатит В, грипп, клещевой энцефалит, краснуха, дифтерия и др.);

- обеспечение эпидемической и личной безопасности всех категорий сотрудников и обучающихся в учебных корпусах и общежитиях ВУЗа;

- чтение лекций по теме здорового образа жизни и профилактике социально значимых заболеваний для студентов всех курсов и факультетов и сотрудников ДВГМУ;

- чтение лекций для населения (в т.ч. с выездами в районы края) по здоровому образу жизни и профилактике социально значимых заболеваний преподавателями и обучающимися в ДВГМУ;

- выступления в средствах массовой информации и подготовка видеороликов по здоровому образу жизни и профилактике важнейших заболеваний.

Формирование мотивации и орга-низация здорового питания студентов и сотрудников ДВГМУ:

- проведение в ДВГМУ межвузовских студенческих конференций по здоровому питанию;
- контроль за работой студенческой столовой и буфетов со стороны администрации и профсоюзных организаций обучающихся и сотрудников;
- проведение анкетирования обучающихся и сотрудников по здоровому питанию;
- подготовка, тиражирование и раздача студентам ДВГМУ брошюр, листовок, памяток по здоровому питанию;
- включение в учебные программы дисциплин «Поликлиническая терапия», «Поликлиническая педиатрия», «Основы формирования здоровья» изучение вопросов здорового питания;
- чтение лекций и проведение бесед для населения студентами по вопросам здорового питания в рамках прохождения производственной практики по профильным дисциплинам, создание видеороликов по пропаганде здорового питания для населения.

Поддержка молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди студентов и преподавателей:

- включение вопросов формирования и пропаганды здорового образа жизни

ни среди студентов и преподавателей в планы работы координационного Совета, студенческого самоуправления, студенческих советов общежитий, профсоюзной организации, ученых советов ДВГМУ;

- обсуждение и принятие молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди студентов и преподавателей на заседаниях ученых советов ДВГМУ.

Создание модели реализации в образовательном пространстве ДВГМУ системы формирования ЗОЖ:

Инфраструктура, объединяющая и координирующая деятельность структурных подразделений ДВГМУ, социальных педагогов, психологов и медицинских работников и, в целом, всего коллектива ДВГМУ, позволит более полноценно разрабатывать и реализовывать различные программы социальной поддержки студентов с учетом условий образовательной среды, изменяющейся социально-экономической ситуации, индивидуальных особенностей и наличия групп риска, и формировать определенные мотивации на здоровьесберегающее поведение.

Механизмы реализации концепции.

Одним из основных механизмов реализации концепции является организация образовательного процесса на основе системного, деятельностного, компетентностного подходов в педагогической деятельности, а также личностно-ориентированной образовательной парадигмы, что позволит сформировать здо-

ровьесберегающую образовательную среду в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями участников образовательного процесса.

Условия реализации концепции.

- Разработка и принятие в ДВГМУ системы правовых основ здоровьесбережения.
- Систематическая диагностика начального состояния здоровья студентов и динамика патологических состояний позволит осуществлять коррекцию здоровьесберегающего образовательного процесса.
- Поиск средств стимулирования преподавателей в повышении профессионально-педагогической квалификации и деятельности по обеспечению здоровья студентов.
- Своевременная координация и коррекция целей, содержания и обеспечения здоровьесберегающего образовательного процесса.

Нормативно-правовая база

- Конституция Российской Федерации (принята 12.12.93, с внесёнными поправками от 30.12.2008г. №6-ФКЗ, от 30.12.2008г. №7-ФКЗ);
- Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Приказ №248 Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека «Об организации деятельности органов и

учреждений Роспотребнадзора по формированию здорового образа жизни»;

- Национальный проект «Здоровье» (2009-2012гг.);
- Концепция модернизации здравоохранения Российской Федерации до 2020 г. Раздел 1 – Формирование здорового образа жизни.
- Программа стратегического развития Дальневосточного государственного медицинского университета на период до 2020 года.
- Программа «Охрана здоровья студентов ДВГМУ на 2010-2015гг.»
- Программа развития физической культуры и спорта ДВГМУ на 2011-2013гг.

Ожидаемые результаты на уровне образовательного учреждения.

1. Положительная динамика показателей физического здоровья и психологического статуса участников образовательного процесса, как студентов, так и преподавателей.
2. Повышение профессиональной компетентности, активности профессорско-преподавательского состава ДВГМУ в здоровьесберегающей инновационной деятельности.
3. Формирование благоприятного социально-психологического климата в коллективах университета для совершенствованию оздоровительного процесса.
4. Привлечение внимания общественности к опыту работы ДВГМУ по технологиям здоровьесбережения.

5. Повышение рейтинга ДВГМУ вследствие применения технологий здоровьесбережения в социуме.

Ожидаемые результаты на уровне студентов:

1. Улучшение физического, психического и социального здоровья студентов.
2. Создание благоприятного психологического климата, развитие в студенческом коллективе отношений дружбы, взаимопомощи, толерантности.
3. Приобретение знаний об основах здорового и безопасного образа жизни, здорового питания, знаний о личной гигиене, об опасности курения, алкоголя, наркотиков.
4. Развитие навыков и норм поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья. Приобретение навыков самооздоровления.
5. Формирование осознанного отношения к своему здоровью, определение ценности здоровья и здорового образа жизни.
6. Развитие коммуникативных способностей, нравственное и эстетическое совершенствование личности.
7. Развитие инициативы, самостоятельности, способности к самореализации и саморазвитию.

Ожидаемые результаты на уровне профессорско-преподавательского состава:

1. Снижение уровня заболеваемости, профилактика эмоционального выгорания и профессиональных деформаций личности.
2. Осознание ценности здоровья и здорового образа жизни, здорового питания, формирование индивидуальной концепции оздоровления.
3. Повышение профессиональной компетентности в сохранении и укреплении физического, психологического и социального здоровья обучающихся.
4. Приобретение умений выявлять и минимизировать факторы риска, негативно сказывающиеся на здоровье студентов.
5. Расширение диапазона воспитательных мероприятий по развитию у обучающихся навыков здорового образа жизни, по профилактике зависимостей и социальных заболеваний, формированию культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности.

Заключение

Разработанные концептуальные основы и комплексная целевая программа охраны здоровья определяют основные направления в решении проблем студенческой молодежи, что позволит улучшить состояние здоровья обучающихся, организовать их рациональное медицинское обслуживание и объединить деятельность подразделений системы образования в ДВГМУ, административных органов и общественных организаций в сохранении здоровья студенческой молодежи.

Список литературы

1. Вялков А.И. Современные проблемы формирования индивидуального здоровья человека и оздоровления населения // Вестник Российской Академии медицинских наук – 2008. - № 10.- С. 28-31.
2. Дьяченко В.Г., Рзянкина М.Ф., Солохина Л.В. Руководство по социальной педиатрии 2010.- URL: <http://medlinks.ru/sections.php?op=listarticles&secid=110/>.
3. Здоровье – 2020: европейская политика в области здравоохранения и благополучия.- URL: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/171435/RC62wd09-Rus.pdf
4. Капитоненко Н.А., Костакова Т.А., Кирик Ю.В. Проблемы подготовки медицинских кадров в условиях модернизации здравоохранения // Вестник общественного здоровья и здравоохранения Дальнего Востока России – 2011. №3. – URL: <http://www.fesmu.ru/voz/20113/2011305.aspx>.
5. Костакова Т.А. Оптимизация системы управления врачебными кадрами в условиях модернизации здравоохранения (на примере Дальневосточного Федерального округа). Автореф. дис. канд. мед. наук.- Хабаровск, 2011.- 23 с.
6. Сысоева О.В. Социально-гигиенические аспекты формирования здоровьесохраняющего поведения студентов высших учебных заведений (на примере Хабаровского края). Автореферат дис. канд. мед. наук.- Хабаровск, 2009. – 24 с.