

УДК 378

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

(Рец. на кн.: Опыт и стратегические подходы к формированию здорового образа жизни студенческой молодежи на примере Воронежской области : монография / под общ. ред. Д. А. Ендовицкого, И. Э. Есауленко ; ФГБОУ ВО ВГМУ имени Н. Н. Бурденко. – Воронеж : Научная книга, 2017. – 400 с.)

Е. Ф. Чередников

Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко

Е. В. Чередникова

Воронежский учебно-воспитательный комплекс имени А. П. Киселева

Поступила в редакцию 1 августа 2017 г.

Аннотация: *рецензируется коллективная монография, в которой анализируется проблема здоровья и формирование здорового образа жизни студентов, обобщается опыт Воронежской области.*

Ключевые слова: *здоровье молодежи, студенты, здоровый образ жизни, вузы Воронежской области.*

Abstract: *the paper reviews a multi-authored monograph which analyses the issue of the development of a healthy lifestyle among students and summarises the experience of the Voronezh region.*

Key words: *youth's health, students, healthy lifestyle, universities of the Voronezh region.*

«Важность формирования здорового образа жизни молодежи как наиболее динамично развивающейся социальной группы вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического и политического характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья», – так начинается монография, о которой пойдет речь, сразу обозначив актуальность проблем, предлагаемых к рассмотрению.

У рецензируемого исследования – коллективный автор: восемь высококвалифицированных специалистов, не просто хорошо знающих предмет исследования, но принимающих непосредственное участие в организации работы с молодежью, умеющих анализировать опыт и проблемы, находить управленческие решения. Так, А. В. Щукин и О. Н. Мосолов возглавляют соответственно департаменты здравоохранения и образования, науки и молодежной политики области, а В. В. Кадурин – управление по физической культуре и

спорту, профессора И. П. Мошуров и Е. Д. Чертов – профильные комитеты областной думы, В. И. Попов, А. В. Чернов, Т. Н. Петрова – высокопрофессиональные медики и общественные деятели. Общую редакцию осуществили председатель Совета ректоров вузов Воронежской области, ректор Воронежского государственного университета, доктор экономических наук, профессор Д. А. Ендовицкий и ректор Воронежского государственного медицинского университета имени Н. Н. Бурденко профессор И. Э. Есауленко.

Мы специально отмечаем высокий профессионализм (научный, практический, организационный) и авторов, и редакторов, предваряя анализ содержания книги, чтобы подчеркнуть ее важную, на наш взгляд, особенность: отразившуюся в ней линию взаимодействия различных региональных структур – законодательных, властных, вузовских, лечебных, физкультурных – в общем деле – формировании здорового образа жизни студентов. Думается, что такое взаимодействие очень важно и для объективного анализа проблемы и накопленного опыта, и для выработки согласованных действий на этом актуальном участке работы с молодежью.

Уже во введении авторы, исходя из государственной значимости, обозначают вопросы, которые должны находиться в центре внимания тех, кто призван организовывать и осуществлять многоаспектную деятельность по здоровьесбережению молодого поколения: пропаганда здорового образа жизни, выработка и реализация системы управления его формированием, разработка современной модели его развития для успешного управления этим сложным процессом.

Раскрытию названных положений на опыте Воронежской области и посвящены шесть глав монографии.

В первой главе «Здоровье студенческой молодежи: проблемы и пути их решения» вниманию читателя представлены такие аспекты, как анализ здоровья студентов вузов разного профиля и факторов, которые его формируют и на него влияют, пути организации эффективной и качественной медицинской помощи студентам, государственная политика в области охраны здоровья студенческой молодежи.

Принципиальным представляется подход авторов к самому понятию «здоровье» как состоянию полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствию болезни или физических дефектов. Таким образом, речь идет о комплексном подходе, учитывающем многие факторы и требующем всестороннего анализа для принятия управленческих и организационных решений. При этом, сосредоточиваясь на студенчестве как специфической социальной группе, авторы обоснованно считают, что тенденции, которые необходимо учитывать, содержатся в более раннем возрастном периоде. А тенденции эти не могут не тревожить: установленным фактором считается ухудшение здоровья каждого последующего поколения относительно предыдущего, что обусловлено наличием строгой корреляции между снижением здоровья женщин и увеличением в связи с этим вероятности рождения больных детей, перемещение проблемы здоровья из группы престарелого населения в группы детей и молодежи.

Опыт совместной работы вузов с лечебными учреждениями и физкультурно-оздоровительными организациями показывает, что решение задачи здоровьесбережения находится в поле профилактики, основными элементами которой являются:

– пропаганда здорового образа жизни, консультирование по всем вопросам, связанным с проблемами поддержания, сохранения и укрепления здоровья;

– диспансерное наблюдение за лицами, относящимися к «группам риска» и хроническим больным, нуждающимся в оздоровительной помощи.

Авторы, не скрывая негативных тенденций ухудшения здоровья молодежи, аргументированно рекомендуют более широко использовать в вузовской практике здоровьесберегающие технологии: физкультурно-спортивную деятельность; специальные дисциплины, которые призваны помочь студентам заботиться о своем здоровье (валеология, ОБЖ, экология и др.); психологические методики; рекреационные мероприятия. Именно на этом пути и следует укреплять и развивать сотрудничество и взаимодействие с лечебными учреждениями и физкультурно-спортивными организациями.

Представляется весьма полезным намерение авторов предоставить читателю обобщенные сведения о нормативных документах, определяющих деятельность по здоровьесбережению молодежи: международных, федеральных, региональных, муниципальных, внутривузовских. К последним, на наш взгляд, следовало бы добавить те нормативные документы, которые рождаются на межвузовском уровне. Они пока еще очень редки, но сама тенденция развития межвузовского взаимодействия и сотрудничества показывает, что перспектива у таких документов довольно значительная.

Вторая глава посвящена анализу здоровья учащейся молодежи региона. Здесь с привлечением большого статистического материала характеризуется структура общей заболеваемости по обращениям студентов, ее динамика. Многочисленные таблицы и графики, иллюстрирующие текст этой главы (а с ними очень полезно ознакомиться, вдуматься в них), не оставляют сомнений в правомерности требований к органам здравоохранения вместе с вузами дифференцированно подходить к организации медицинской помощи учащейся молодежи, заботиться об оптимизации организации образовательного процесса, обеспечении адресного оздоровления студентов без отрыва от учебных занятий и формировании у студентов личной ответственности за свое здоровье.

Эпиграфом к третьей главе монографии авторы взяли высказывание Демокрита: «Подобно тому, как бывает болезнь тела, бывает также болезнь образа жизни...». Не устаревшее за много веков, оно четко обозначает то, к чему хотят привлечь внимание читателя авторы, – а именно, к медико-социальной характеристике факторов, формирующих здоровье студентов. Основой для выводов и рекомендаций стали результаты анкетирования.

тирования студентов разного возраста и различных вузов региона. Респонденты ответили на 157 вопросов, касающихся состояния здоровья, вредных привычек, питания, физической активности, семейных и бытовых условий и т.д. Большой фактический материал наглядно свидетельствует, что высокий уровень заболевания молодежи в годы учебы обусловлен и рядом провоцирующих факторов риска, действующих на образ жизни молодых людей. На эти факторы и призваны активно влиять учебные и лечебные организации, развивая и укрепляя взаимодействие и сотрудничество.

Правомерно обращается внимание и на имеющиеся недостатки в организации медицинской помощи учащимся:

- наличие отказов в лечении;
- трудности в записи на прием к врачу;
- недоступность врачей узкой специализации;
- ограничение приезжих студентов в получении отдельных видов медицинской помощи;
- случаи взимания платы за медицинскую помощь, в том числе по территориальной программе государственных гарантий.

Устранение этих недостатков, как и улучшение условий оказания медицинской помощи студентам – актуальная задача всех причастных к данной проблеме организаций.

Четвертая глава монографии повествует об опыте вузов Воронежской области по формированию здоровьесберегающей образовательной среды. Принципиально, что этот опыт складывается на основе не только импровизационного («методом проб и ошибок»), но и научно-педагогического подхода к проблеме, и на особом внимании к нему авторы аргументированно настаивают. Во многих воронежских вузах разработаны и внедряются программы по оздоровлению участников образовательного процесса (ВГУ, ВГМУ им. Н. Н. Бурденко, ВГТУ, ВГУИТ, ВГЛТУ им. Г. Ф. Морозова, ВГАУ им. Петра I, ВГПУ и др.). Приоритетными в них выступают меры профилактики заболеваний, расширение сферы диагностики, иммунизация, оказание психологической помощи, создание условий для занятий физкультурой и спортом. Вузовское сообщество области поддержало инициативу ВГМУ им. Н. Н. Бурденко по проведению воронежской молодежной олимпиады. В 2011 г. она стала победителем Всероссийского конкурса проектов «Здоровая Россия» Вузы серьезно подходят к оздоровительным кампаниям в период зимних и летних студенческих каникул. Так, 10 вузов имеют собственные санатории и профилактории, 18 – спортивно-оздоровительные лагеря. Практически все вузы области проводят

мероприятия, направленные на борьбу с вредными привычками, и их количество от года к году возрастает, а руководители озабочены повышением их качества и эффективности. Нет сомнений, что конкретный вузовский опыт, о котором говорится на страницах книги, будет полезен всем (и прежде всего организаторам работы) и найдет свое применение. Ведь положительный опыт – это тот резерв, который и доступен, и вооружает для дальнейшего совершенствования деятельности на всех участках решения комплексной задачи здоровьесбережения и формирования здорового образа жизни учащихся. Авторы подчеркивают, что у нее должны быть объективные критериальные показатели, и они приводятся по ряду вузов, являясь основанием и для научного анализа, и для дальнейшей текущей и перспективной работы.

Отсюда логично воспринимается *пятая глава монографии – «Стратегическое планирование здоровьесберегающей образовательной среды и формирования здорового образа жизни студенческой молодежи».* В ней акцентируется необходимость устранения несоответствия между современными требованиями, предъявляемыми социумом к здоровью учащихся всех уровней, и фактически сложившейся системой педагогического руководства формированием, укреплением и сохранением здоровья участников образовательного процесса. Отсюда вытекает потребность проектирования безопасного и здоровьесберегающего пространства в вузе с неременным учетом индивидуального подхода к обучающимся. А образовательное пространство правомерно рассматривается авторами как «совокупность образовательных факторов, которые прямо или косвенно воздействуют на субъекты образования в режиме обучения, воспитания и развития». В тексте раскрываются его компоненты, задачи, которые необходимо решать, предлагается модель управления здоровьем студентов на межведомственном уровне. Говорится и об особенностях формирования индивидуальной культуры здорового образа жизни студентов.

Думается, что материал этой главы привлечет особое внимание руководителей учебных заведений и тех, кто организует работу по оздоровлению учащихся, поддержанию их здоровья и побуждению к здоровому образу жизни.

Не менее полезна для профессионального читателя, как нам представляется, и последняя глава монографии – *«Технология укрепления здоровья студенческой молодежи путем формирования здоровьесберегающей образовательной среды».* В ней авторы постарались дать ответы на

вопросы, что и как нужно делать в вузовских коллективах, чтобы добиться положительных результатов в реализации задачи здоровьесбережения молодежи и формирования у нее стремления вести здоровый образ жизни. Выделены 4 составляющих, которые постоянно следует иметь в виду:

1) создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний о негативных факторах, влияющих на здоровье, и возможности их снижения;

2) комплексная просветительская, обучающая и воспитательная деятельность, направленная на повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны, на формирование навыков и мотивации ведения здорового образа жизни;

3) меры по снижению распространения вредных привычек, их профилактика;

4) побуждение к физически активному образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, повышение доступности приобщения к ним.

Авторы не скрывают трудностей и недостатков, имеющих место в практике реализации этих задач, и в противовес им знакомят достаточно подробно со здоровьесберегающими технологиями – социальными, образовательными, медицинскими, гигиеническими, спортивно-оздоровительными.

Представляется, что на этой основе руководители вузов и лечебных учреждений, вузовские

преподаватели, медицинские работники и работники физической культуры и спорта будут лучше понимать друг друга, эффективнее взаимодействовать.

Заключая монографию, авторы формулируют общую цель и общее желание, объединяющие всех, кто причастен к делу сбережения здоровья молодого поколения: «Помочь молодым людям сделать правильный выбор, обрести правильные ориентиры, прожить жизнь с пользой для себя и других – это та цель, ради которой мы готовы работать без устали».

В книге даны полезные познавательные приложения: образцы анкет, результаты опроса студентов о качестве жизни, нормативы ГТО, список литературы, что тоже «добавляет баллы» в ее общую положительную оценку.

Как нам стало известно, презентация рецензируемой книги состоялась в июне 2017 г. на совместном заседании Совета ректоров вузов Воронежской области и профильных комитетов Воронежской областной думы, а ее экземпляры направлены в вузовские библиотеки и Советы ректоров областей, входящих в Ассоциацию вузов Черноземья. Это позволяет надеяться, что она дойдет до того круга читателей, которому адресована. Максимально расширить этот круг – такую задачу ставили перед собой и авторы данной рецензии.

Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко

Чередников Е. Ф., доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач РФ, заведующий кафедрой факультетской хирургии

Тел.: 8 (4732)63-79-59

Воронежский учебно-воспитательный комплекс имени А. П. Киселева

Чередникова Е. В., кандидат педагогических наук, заместитель директора

Тел.: 8 (473) 263-58-87

Voronezh State Medical University named after N. N. Burdenko

Cherednikov E. F., Dr. Habil. in Medical Sciences, Honoured Doctor of Russian Federation, Head of the Faculty Surgery Department

Tel.: 8 (473) 263-79-59

Voronezh Educational Complex named after A. P. Kiselev

Cherednikova E. V., PhD in Pedagogy, Vice-Director

Tel.: 8 (473) 263-58-87