

От редакции

В период подготовки этой статьи к печати пришло печальное известие о безвременном уходе из жизни Игоря Эдуардовича Есауленко (1956–2025), ректора Воронежского государственного медицинского университета имени Н. Н. Бурденко, доктора медицинских наук, профессора, заслуженного работника высшей школы РФ, почетного гражданина Воронежа.

УДК 378.17

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ КАК МОДЕЛЬ УСПЕШНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

И. Э. Есауленко, Т. Н. Петрова, Ю. В. Татаркова

Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко
Минздрава России

Поступила в редакцию 1 августа 2025 г.

Аннотация: статья посвящена проблемам сохранения и укрепления здоровья студентов в условиях современного образовательного пространства. Рассматриваются основные тенденции и вызовы, стоящие перед системой высшей школы, связанные с физическим и психическим благополучием обучающихся. Авторы подчеркивают необходимость интеграции подходов, направленных на создание безопасной и комфортной среды для ведения здорового образа жизни, повышения эффективности мер профилактики заболеваний и увеличения продолжительности активной фазы жизненного цикла. В выводах статьи подчеркивается, что дальнейшее совершенствование политики и практик, касающихся здоровья студентов, является важнейшим условием успешного функционирования современной системы высшего образования и основой социального капитала общества.

Ключевые слова: здоровье студентов, здоровьесберегающая образовательная среда.

Abstract: the article is devoted to the problems of maintaining and strengthening the health of students in the conditions of the modern educational space. The main trends and challenges facing the higher education system related to the physical and mental well-being of students are considered. The authors emphasize the need to integrate approaches aimed at creating a safe and comfortable environment for a healthy lifestyle, increasing the effectiveness of disease prevention measures and increasing the duration of the active phase of the life cycle. The conclusions of the article emphasize that further improvement of policies and practices related to student health is the most important condition for the successful functioning of the modern higher education system and the basis of social capital of any society.

Key words: students' health, health-preserving educational environment.

Введение. Воронеж по праву считается одним из крупнейших студенческих городов России. Этот статус обусловлен большим числом высших учебных заведений различного профиля, привлекающих студентов из всех регионов страны. Благодаря высокому образовательному уровню Воронежа здесь сосредоточено значительное число научно-исследовательских институтов и инновационных предприятий, предоставляющих возможности для практики и трудоустройства выпускников [1].

Теоретический анализ проблемы. Инвестиции в образование и развитие современной молодежи – залог успешного будущего всей страны. Сегодняшние студенты – основа дальнейшего процветания и прогресса нашей страны. Именно молодые поколения формируют новые технологии, инновационные идеи и культурные ценности завтрашнего дня [2].

Сегодняшняя жизнь студента включает интенсивную учебную нагрузку, частое использование цифровых технологий, повышенную ответственность перед будущим трудоустройством и адаптацию к новым условиям проживания (особенно для иногородних первокурсников). Всё это накладывает

вает отпечаток на физическое и психологическое состояние студентов [3]. Именно поэтому вопросы сохранения и укрепления здоровья студентов становятся особо актуальными и требующими постоянного внимания.

Результаты и их обсуждение. Основные «зоны риска» здоровья студенческой молодежи – не только вредные привычки: наркотизация, злоупотребление алкоголем и табачными изделиями, но и различные социальные и психологические проблемы, нарушение адаптации к образовательному процессу, низкий уровень физического здоровья, социальная пассивность и морально-нравственные деформации [4].

Многие образовательные организации и университеты Воронежской области уделяют большое внимание сохранению и укреплению здоровья студентов, понимая важность физической культуры и спорта для полноценного развития личности. Современные учебные заведения предлагают разнообразные формы активизации двигательной активности и пропаганду здорового образа жизни среди студентов и сотрудников [5].

Практически каждый крупный вуз располагает собственными спортивными площадками, стадионами, бассейнами и тренажёрными залами. Например, такие известные вузы, как ВГУ, ВГТУ, ВГМУ, ВГПУ и ряд других, имеют развитую инфраструктуру для занятий спортом, что обеспечивает доступность активного досуга для студентов [6].

В настоящее время университетские спортивные состязания стали неотъемлемой частью студенческой жизни. Многие вузы проводят собственные чемпионаты по различным видам спорта, устраивают спартакиады между факультетами и даже организуют регулярные тренировки по популярным дисциплинам: волейболу, баскетболу, футболу, теннису и плаванию.

Некоторые ведущие исследовательские и научные центры разрабатывают программы укрепления здоровья студентов. Они включают медицинские осмотры, консультации врачей и ведение здорового образа жизни. Примером такого сотрудничества может служить программа Воронежского медицинского университета имени Н. Н. Бурденко, направленная на улучшение физической и психологической подготовленности студентов, которая уже давно вышла за пределы образовательной организации и объединила под своим началом ряд крупных региональных вузов Воронежа [7].

В рамках программы проводятся регулярные спортивные мероприятия, включая соревнования по различным видам спорта, дни здоровья и физкультурные праздники. Университет активно под-

держивает развитие спортивных секций и клубов, предоставляя возможности для занятий как профессиональным спортсменам, так и любителям. Кроме того, организуются лекции и семинары по вопросам здорового питания, профилактики заболеваний и управления стрессом. Эта инициатива создает здоровую среду для обучения и роста, способствуя не только физическому здоровью студентов и преподавателей, но и их эмоциональному и психическому благополучию.

С учетом реальной потребности времени, в вузах Воронежа особое внимание уделяется созданию комфортной и безопасной образовательной среды. В большинстве общеобразовательных школ, в колледжах и университетах действуют психологические кабинеты, а в ряде из них созданы и успешно функционируют психологические службы, оказывая поддержку студентам и сотрудникам в решении личных и профессиональных проблем. Регулярно проводятся мероприятия по профилактике вредных привычек и пропаганде здорового образа жизни.

Повышение уровня осведомленности студентов о доступных психологических услугах и их активное использование – это важный шаг к созданию здоровой и поддерживающей академической среды. Особое внимание уделяется профилактике деструктивного поведения и формированию культуры психического здоровья в университете. Студенты – это будущее страны, и их психоэмоциональное благополучие должно быть в центре внимания вузов. Последние могут предложить им инструменты для управления стрессом, помочь развить навыки саморегуляции и создать безопасное пространство для обсуждения их переживаний [8].

В 2024/25 учебном году одним из ярких примеров таких совместных мероприятий явился фестиваль здорового образа жизни «Территория Антистресс», который состоялся 11–12 октября 2024 г. В рамках фестиваля прошло заседание Координационной площадки руководителей психологических служб вузов Воронежской области с участием ведущих экспертов России в области эмоциональной регуляции, когнитивно-поведенческой терапии для предотвращения суицидальных намерений и в борьбе с хроническим стрессом молодежи. Встречи представителей психологических служб вузов позволяют не только обмениваться опытом, но и находить новые подходы к работе со студенческой молодежью.

Большое значение в настоящее время придает информационная работа по формированию полезных привычек: проводятся лекции и семинары по основам гигиены, правильным методикам вос-

становления жизненных сил, предупреждению распространения инфекционных заболеваний и т.п.

Многие университеты сотрудничают с крупными медицинскими учреждениями региона, предлагая своим студентам доступные медицинские услуги и консультирование. Это позволяет своевременно выявить и предотвратить возможные болезни, обеспечивая безопасность и комфортные условия учебы.

Важно отметить, что 2024 год был объявлен Президентом РФ В. В. Путиным Годом семьи. Одной из ключевых задач по проведению мероприятий, посвященных Году семьи в России, стало укрепление репродуктивного здоровья. Семья – символ и воплощение единства, общность, способная совместными усилиями преодолевать трудности и реализовать свои жизненные планы. В связи с этим ВГМУ имени Н. Н. Бурденко совместно с Министерством здравоохранения Воронежской области инициировал и реализовал социально значимый проект по сохранению и укреплению репродуктивного здоровья студенческой молодежи [9]. Было проведено большое количество мероприятий в рамках его реализации. Так, например, в 2024 г. кафедрой медицинской профилактики ВГМУ имени Н. Н. Бурденко были организованы информационно-просветительские мероприятия из цикла «Семья и брак: беседы со священником», целью которых была популяризация здорового образа жизни, укрепление ответственного отношения студенческой молодежи к семейным ценностям. В мероприятиях принимал участие настоятель домового храма во имя апостола и евангелиста Луки. В ходе встреч обращалось внимание на то, что сегодня серьезной проблемой является вопрос, что такое христианская семья и брак, поскольку это понятие достаточно трудно осмысливается в приходской жизни. Студенты в ходе встреч задавали много вопросов: есть ли смысл в создании семьи; стоит ли студентам, не имея своего дохода, создавать семью; при наличии эгоиста в семье может ли брак быть счастливым; как помочь партнеру решиться зарегистрировать брак?

В 2024/25 учебном году в рамках национального проекта «Демография» и мероприятий, приуроченных к Году семьи в России, сотрудниками и ординаторами кафедр акушерства и гинекологии № 2 и педиатрии и неонатологии ВГМУ имени Н. Н. Бурденко реализуется проект, направленный на поддержку грудного вскармливания и профилактику осложнений в послеродовом периоде. Работа проводилась на базе БУЗ ВО «ВГКБСМП № 10», в женских консультациях города и Центре амбулаторной помощи беременным (ЦАПБ),

самом крупном центре по проведению пренатального скрининга 1-го триместра на территории г. Воронежа. Женщины из отделения патологии беременности и послеродовых отделений получили подробную информацию о важности и организации грудного вскармливания, об особенностях послеродовой контрацепции. Пациенткам были даны рекомендации относительно послеродовой гигиены и меры профилактики послеродовой депрессии – женщины слушали с интересом, активно участвовали в обсуждении актуальных проблем и в полном объеме получили ответы на интересующие их вопросы.

Ежегодно педиатрический факультет ВГМУ имени Н. Н. Бурденко совместно с Воронежским областным центром пропаганды и поддержки грудного вскармливания в августе проводит мероприятия в рамках Всемирной недели грудного вскармливания. В начале учебного года состоялись мероприятия на базе БУЗ ВО «ВГКП 1», детской поликлиники № 2, женской консультации; БУЗ ВО ВОКБ № 1, Перинатального центра; БУЗ ВО «ВГКБ № 5», детской поликлиники № 9; БУЗ ВО «ВГКБ БСМП № 10», корпус № 3, а также на радио «Мелодия». В их организации и проведении приняли участие сотрудники кафедр пропедевтики детских болезней и поликлинической педиатрии, неонатологии и педиатрии и областного центра грудного вскармливания. Для врачей-педиатров, неонатологов, акушеров-гинекологов и медицинских сестер прочитана лекция «Международная неделя грудного вскармливания – 2024: поддержка грудного вскармливания для всех». Для беременных и кормящих женщин прочитаны лекции «Кормить ребенка грудью естественно и важно!», «Грудное вскармливание – верный путь к здоровью ребенка», а также проведен мастер-класс «Техника кормления грудью».

Интересными и достаточно эффективными мероприятиями с точки зрения формирования здоровьесберегающей образовательной среды стоит считать олимпиады, фестивали, конференции, конкурсы плакатов и видеороликов, выступления в СМИ. ВГМУ имени Н. Н. Бурденко стремится стать примером для других образовательных учреждений в вопросах формирования здорового образа жизни. В 2024 г. университет принял участие в открытом всероссийском конкурсе образовательных организаций высшего образования РФ «Здоровый университет». По итогам ему присвоено звание «Здоровый университет» в номинации «Разработка практик по популяризации здорового образа жизни в вузах».

Это не единственная признанная заслуга ВГМУ в области здоровьесбережения молодежи.

Университет ежегодно принимает участие во Всероссийском конкурсе образовательных организаций высшего образования Министерства здравоохранения Российской Федерации на звание «ВУЗ здорового образа жизни». Подготовленный конкурсный материал – это результат большой работы всех подразделений университета, в равной степени объединяющей образование, медицинскую науку, воспитание и совершенствование общества, в том числе формирование ценностей здорового образа жизни. По итогам XIV конкурса «ВУЗ здорового образа жизни» ВГМУ имени Н. Н. Бурденко присуждено 3 место из 47 вузов-участников.

Особого внимания заслуживает подписанное в 2025 г. соглашение о сотрудничестве в рамках здоровьесбережения между Администрацией городского округа город Воронеж и ВГМУ имени Н. Н. Бурденко. Подписание соглашения подразумевает новый уровень сотрудничества в части реализации интересов, направленных на укрепление здоровья и профилактику заболеваний населения городского округа г. Воронеж. Основными направлениями взаимодействия выступают: 1) организация и проведение профориентационных мероприятий для школьников с целью развития осознанного волонтерства, профессионального самоопределения, повышения престижа профессии врача, привлечения кадров в медицину, формирования положительного имиджа медицинского и фармацевтического работника, медицинского и фармацевтического образования; 2) совместная разработка и реализация комплексных программ укрепления здоровья и профилактики заболеваний населения; 3) выявление факторов, неблагоприятно влияющих на здоровье граждан, информирование о них населения города; 4) совместная организация и проведение профилактической работы с гражданами пожилого возраста, малообеспеченным населением, детьми-сиротами, детьми, находящимся в трудной жизненной ситуации, а также людьми с ограниченными возможностями здоровья.

Выводы и заключение. Итак, активные усилия вузов направлены на создание здоровой атмосферы, стимулирование физических нагрузок и повышение уровня сознательности студентов относительно собственного здоровья. Эти меры положительно сказываются на общем состоянии и качестве жизни обучающихся, укрепляя репутацию университета как места, способствующего гармоничному развитию личности. Однако, несмотря на значительные успехи, достигнутые вузами в области охраны здоровья студентов, пред-

стоит еще много сделать для полного раскрытия потенциала будущих здоровых поколений.

Актуальная ситуация показывает, что традиционные подходы нуждаются в модернизации и развитии новых форматов взаимодействия между администрацией вузов, преподавательским составом и студентами. Необходимо создавать специальные подразделения внутри университетов, занимающиеся вопросами формирования здорового образа жизни, включая организацию профилактических мероприятий, разработку рекомендаций по рациону питания и проведение консультаций с врачами. Эта структура должна тесно взаимодействовать с медицинскими организациями и другими социальными институтами, ответственными за здоровье молодых людей.

Современные цифровые платформы могут существенно облегчить процесс мониторинга здоровья студентов. Автоматизированные системы учета посещений спортзалов, фитнес-клубов и врачебных кабинетов позволяют эффективно управлять ресурсами и повышать эффективность мероприятий по охране здоровья.

Помимо традиционных видов спорта предлагается развивать альтернативные формы физической активности, такие как йога, пилатес, танцы и командные игры, позволяющие вовлечь большее количество студентов в активный образ жизни.

Привлечение бизнес-структур и общественных организаций к реализации проектов в области оздоровления студентов позволит получить дополнительное финансирование и ресурсы для улучшения инфраструктуры и разработки интересных программ поддержки здоровья студенческой молодежи.

В связи с этим предлагаем разработать целостную концепцию, охватывающую различные аспекты здоровья студентов, начиная от физического и заканчивая ментальным состоянием. Она должна предусматривать тесное взаимодействие между всеми участниками образовательного процесса и иметь четкую структуру контроля достижения поставленных целей. Важно, чтобы в эту работу органично включились преподаватели вузов, ориентируя студентов на активное участие в программах здоровьесбережения и здорового образа жизни.

Таким образом, несмотря на прогресс последнего десятилетия, предстоит еще достаточно большой путь к достижению оптимального результата. Только совместные усилия всех заинтересованных сторон смогут привести к устойчивым изменениям и долгосрочным положительным ре-

зультатам в сохранении здоровья подрастающего поколения и молодежи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Есауленко И. Э. Научные основы формирования здоровьесберегающей среды студенческой молодежи / И. Э. Есауленко, В. И. Попов, Т. Н. Петрова // Актуальные проблемы образования и здоровья обучающихся. Монография / под ред. В. И. Стародубова, В. А. Тутельяна. – Москва : ИПЦ «Научная книга» (Воронеж), 2020. – С. 43–59.

2. Камбаров А. Э. Формирование здорового образа жизни у учащейся молодежи – основа благополучия в обществе / А. Э. Камбаров // European science. – 2020. – № 3 (52). – С. 78–80.

3. Коданева Л. Н. Образ жизни и отношение к здоровью студенческой молодежи / Л. Н. Коданева, Е. С. Кетлерова // Ученые записки университета Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 152–156.

4. Роль социально-гигиенических факторов в развитии заболеваний органов зрения у студентов медицинского вуза и возможности их профилактики / И. Э. Есауленко, Т. Н. Петрова, О. И. Губина, А. Ю. Гончаров, Ю. В. Татаркова // Гигиена и санитария. – 2018. – Т. 97, № 8. – С. 750–755.

5. К вопросу о здоровьесберегающих технологиях в современной школе / Л. Г. Гряднева, Н. Н. Анучина, В. А. Быкова, Ю. В. Гряднев // Новой школе – дети : материалы V Всероссийской научно-практической конференции, Воронеж, 26–27 октября 2018 года. –

Воронеж : Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2018. – С. 41–43.

6. Петрова Т. Н. Сравнительный анализ состояния здоровья студенческой молодежи в зависимости от профиля вуза / Т. Н. Петрова, О. В. Судakov // Системный анализ и управление в биомедицинских системах. – 2012. – Т. 11, № 3. – С. 804–809.

7. Анализ образовательной деятельности учебного центра бережливых технологий в здравоохранении и пути оптимизации учебного процесса для различных групп участников оказания медицинской помощи населению / И. Э. Есауленко, В. П. Косолапов, Н. Н. Чайкина [и др.] // Системный анализ и управление в биомедицинских системах. – 2020. – Т. 19, № 1. – С. 173–183.

8. Глыбочко П. В. Опыт вузов медицинского и фармацевтического профиля в формировании здоровьесберегающей образовательной среды / П. В. Глыбочко, И. Э. Есауленко, В. И. Попов, Т. Н. Петрова // Здоровье молодежи: новые вызовы и перспективы. – Москва : ИПЦ «Научная книга» (Воронеж), 2019. – Т. 3. – С. 8–26.

9. Петрова Т. Н. Особенности репродуктивного поведения студентов медицинского вуза: сопряженные риски и пути их снижения / Т. Н. Петрова, А. Ю. Гончаров // Актуальные вопросы репродуктивного здоровья и формирования семейных ценностей у студенческой молодежи Воронежской области. Экспертная научно-практическая онлайн-конференция. – Москва : ООО «Изд-во «Мир науки», 2020. – С. 56–59.

Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко

Есауленко И. Э. – доктор медицинских наук, профессор, ректор

E-mail: mail@vrngmu.ru

Петрова Т. Н. – доктор медицинских наук, профессор, проректор

E-mail: stud.forum@mail.ru

Татаркова Ю. В. – кандидат медицинских наук, доцент кафедры медицинской профилактики

E-mail: yulyasholohova@mail.ru

Voronezh State Medical University named after N. N. Burdenko

Esaulenko I. E. – Dr. Habil. in Medical Sciences, Professor, Rector

E-mail: mail@vrngmu.ru

Petrova T. N. – Dr. Habil. in Medical Sciences, Professor, Vice-Rector

E-mail: stud.forum@mail.ru

Tatarkova Yu. V. – PhD in Medical Sciences, Associate Professor of the Department of Medical Prevention

E-mail: yulyasholohova@mail.ru