

ми по общественному здоров'ю. У студентів медичного профіля обучения наблюдалось некоторое недооценивание роли позитивных факторов в формировании здоровья детей.

**EPIDEMIOLOGICAL ASSESSMENT
OF THE SIGNIFICANCE OF HEALTH FORMING FACTORS**

O.V. Berdnyk, O.V. Dobrianska, T.P. Skochko, O.P. Rudnytska, T.V. Golubchykova

The purpose of the work was to carry out the objective and subjective assessments of the health forming factors affected on the children's health.

A comparative analysis of the objective and subjective assessments of the significance of health forming factors affected on the children's health has been completed by the students of different types of education (medical, psychological, public health). Statistically authentic coincidence of the objective and subjective assessments of the significance presented by the students-psychologists and public health' students has been determined. A definite underestimation of the role of the positive factors in the formation of health level of the children is observed among medical students.

УДК 613:614.2:378.17

**ДО ПИТАННЯ НЕОБХІДНОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ
В НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

Гуліч М.П., Петренко О.Д., Любарська Л.С.

ДУ «Інститут гігієни та медичної екології імені О.М. Марзєєва НАМН України», м. Київ

Актуальність. Успішність економічного розвитку нашої держави значною мірою залежить від стану здоров'я населення, як основного людського ресурсу державної економіки. Сучасною проблемою громадського здоров'я в Україні є швидке та неухильне зростання хронічних неінфекційних захворювань (НІЗ), які обумовлені неправильним харчуванням, низькою фізичною активністю, підвищеним психоемоційним навантаженням, негативною дією забрудненого навколишнього середовища та шкідливими звичками. За даними Всесвітнього Банку, лише 81% українців, яким у 2017 році виповнилось 15 років, досягнуть 60-річного віку. Цей показник яскраво демонструє загрозу НІЗ для здоров'я та життя населення [9].

Особливе занепокоєння викликає погіршення стану здоров'я молоді, враховуючи вразливість організму, що росте і розвивається, до дії факторів ризику розвитку НІЗ [7].

Серед молодого населення України студентська молодь є специфічною верст-

вою, особливості способу життя якої необхідно обов'язково враховувати. За даними Державного управління статистики України в нашій державі здобувають освіту 1538565 студентів [3]. Сьогодні вони не захищені від ризикових форм поведінки, включаючи зловживання тютюном, алкоголем, наркотиками [8,10].

В Доповіді UNICEF (2000) «Молодь в світі, що змінюється» підкреслюється, що «глобалізація нездорового способу життя серед молоді часто просто не враховується в статистичних звітах або обстеженнях» [8].

Студентська молодь – специфічна соціальна група, яка має свої відмінні риси та особливості. Насамперед, з соціальної точки зору, студентство об'єднано за родом занять – навчальною діяльністю. Також можна виділити такі психологічні особливості студентської молоді як висока соціальна активність, формування професійних, світоглядних якостей, зміни системи цінностей, високої мотивації до навчання та отримання нових знань [1,11]. Саме тому студентська мо-

лодь є оптимальною цільовою аудиторією для впровадження здоров'язберігаючих знань.

Тому одним з важливих завдань підготовки студентів у вищих навчальних закладах має бути формування в них культури здорового способу життя, засвоєння основних знань щодо чинників ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань[4,6].

Проте, більшість вищих навчальних закладів (ВНЗ), навчальний профіль яких не стосується здоров'я людини, взагалі не включають до навчального плану подібні програми. Наслідком такого процесу є абсолютна або часткова непоінформованість значної частки студентів щодо здорового способу життя та ризику розвитку НІЗ.

Відповідно та на підтримку «Національного плану заходів щодо неінфекційних захворювань для досягнення глобальних цілей сталого розвитку на період до 2030 року» (2018 р) та «Комунікаційної стратегії: Профілактика/попередження неінфекційних захворювань в Україні до 2025 року» (схваленої експертами МОЗ і європейського бюро ВООЗ в Україні) нами в рамках науково-дослідної роботи «Обґрунтування наукових засад реалізації заходів профілактики неінфекційних захворювань в Україні відповідно до цілей сталого розвитку на період до 2030 р.» (2016-2018 рр.) розроблено Алгоритм впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій в навчальний процес вищих навчальних закладів України (далі Алгоритм).

Мета. Метою розробки і впровадження Алгоритму є підвищення рівня усвідомлення студентською молоддю загрози для здоров'я поведінкових факторів ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань для зміни поведінки цільової аудиторії

Оперативні завдання :

1. Впровадити в навчальний процес вищих навчальних закладів сучасні навчальні та освітні матеріали з питань здорового способу життя, профілактики неінфекційних захворювань та чинників ризику розвитку НІЗ.
2. Підвищити рівень знань студентської молоді щодо важливості здорового способу, підтримки належної маси тіла, профілактики неінфекційних захворювань.

3. Підвищити обізнаність студентів щодо загрози для здоров'я поведінкових факторів ризику розвитку НІЗ.

4. Підвищити у студентської молоді мотивацію здорового способу життя для збереження здоров'я та подальшого життєвого успіху.

Методи досліджень. Основним методом отримання інформації в нашому дослідженні обрано метод анкетування, яке було спрямовано на виявлення факторів ризику розвитку неінфекційних захворювань у студентської молоді та визначення особливостей дотримання ними здорового способу життя, дослідження показників поширеності ризикової поведінки. Було роздано, отримано та статистично оброблено 430 анкет студентів Київського національного торговельно-економічного університету (КНТЕУ) та 216 анкет студентів Сумського державного педагогічного університету (СумДПУ). Для проведення досліджень були використана анкета, при створенні якої враховували загальні принципи і правила ВООЗ [5].

Анкета містила блоки питань, що стосувались загальних відомостей про респондента, способу життя та здоров'я, факторів ризику ХНІЗ, умов навчання та проживання, інформації щодо хронічних неінфекційних хвороб в родині, основ до мотивації здорового способу життя.

З метою дослідження показників рівня обізнаності молоді стосовно здорового способу життя та факторів ризику НІЗ нами було опрацьовано дані щодо здорового харчування, рухової активності, шкідливих звичок і усвідомлення молоддю ризику нездорового способу життя та обрано індикатори, що досить повно відбивають спектр проблеми та можуть розглядатись як опосередковані показники фізичного здоров'я, здорового харчування, відсутності шкідливих звичок та усвідомлення необхідності дотримуватись здорового способу життя.

Результати роботи та їх аналіз. Проведені дослідження показали, що незважаючи на досить високу обізнаність студентів, далеко не всі вони усвідомлюють та мотивовані діяти відповідно до наявних знань. Так, встановлено, що переважна більшість студентів (72,2% – 92,2%) обізнані щодо конкретних факторів ризику розвитку НІЗ, проте обізнаність їхня не призводить до усвідом-

леності про загрозу для здоров'я цих факторів.

Визначено ступень поширеності поведінкових факторів ризику НІЗ серед студентів. Найбільш поширеним виявилось надмірне споживання цукру та солодких газованих напоїв, алкогольних та слабоалкогольних напоїв, а також недостатнє споживання свіжих фруктів та овочів і недостатній рівень фізичної активності студентів.

Встановлено, що у студентської молоді, на їх думку, існує низка стереотипових уявлень, та звичок, які перешкоджають здоровому способу життя. Під час опитування до таких факторів студенти віднесли:

- брак вільного часу (43,8%) – стереотипове уявлення про необхідність додаткових витрат часу на ведення здорового способу життя;
- відсутність бажання (30,5%) – відсутність мотивації до ведення здорового способу життя;
- низький рівень доходів (30,2%) – стереотипове уявлення про необхідність суттєвих фінансових витрат на ведення здорового способу життя.

Незважаючи на це, існують фактори, здатні підвищити мотивацію щодо ведення здорового способу життя та змінити поведінку студентів. За даними дослідження до таких факторів відносяться:

- подовження тривалості життя (79,6%);
- покращення зовнішнього вигляду (71,5%);
- збереження здоров'я (відсутність хвороб) (58,2%);
- життєвий успіх (46,0%);
- бажання створити сім'ю (43,2%);
- «мода» на здоровий спосіб життя (30,8%).

За даними літератури [3] та на підставі власного аналізу навчальних програм ВНЗ виявлено суттєві відмінності викладання здоров'язберігаючих дисциплін в системі вищої школи. Нерідко в навчальних програмах підготовки фахівців в галузях знань, що не відносяться до наук про людину, взагалі відсутні такі дисципліни. Більшість ВНЗ, навчальний профіль яких не стосується здоров'я людини, взагалі не включають до навчального плану подібні програми або знання в них відображаються частково та однобоко, відповідно до вимог певної професії. Наслід-

ком такого процесу є абсолютна або часткова непоінформованість значної кількості студентів щодо здорового способу життя та ризику розвитку НІЗ.

На підставі отриманих даних нами розроблено та запропоновано до реалізації Алгоритм, в якому основним інструментом підвищення рівня обізнаності та усвідомлення студентами факторів ризику розвитку неінфекційних захворювань є освітньо-інформаційні технології, які впроваджуються в навчальний процес вищого навчального закладу.

Виконання всіх заходів в рамках даного Алгоритму будуть здійснюватися за наступними принципами:

1. Своєчасність: всі заходи виконуються з врахуванням раніше отриманих даних, останніх індикаторних показників ефективності Алгоритму а також відповідно до нормативних документів даної галузі.
2. Адаптивність: виконання Алгоритму допускає внесення змін запланованих заходів на різних рівнях реалізації відповідно до результатами вже виконаних заходів.
3. Екстраполяція: можливість застосування Алгоритму для підвищення рівня обізнаності та усвідомлення щодо ризиків розвитку неінфекційних захворювань іншими когортами населення.
4. Структурованість: всі заходи виконання Алгоритму здійснюються відповідно до викладених принципів, рівнів та заходів.
5. Безперервний моніторинг: оцінка ефективності виконання Алгоритму, як в кінці всього періоду реалізації алгоритму, так і після кожного проведеного заходу.
6. Обґрунтованість: розробка будь-якого заходу ґрунтується на показниках результативності попередньо впроваджених заходів та дані проведеного первинного соціологічного опитування (моніторингу).

Основними виконавцями Алгоритму, які забезпечують розробку та впровадження запланованих заходів, контроль за виконанням плану та моніторинг ефективності, є:

- адміністрація ВНЗ – участь в розробці і впровадженні освітньо-інформаційних технологій, організація соціальних опитувань в рамках Алгоритму;

- викладачі ВНЗ (кафедри, які викладають здоров'язберігаючі дисципліни) – безпосереднє впровадження;
 - наукові установи, що мають пріоритетні напрями наукових досліджень в галузі громадського здоров'я – забезпечують науковий супровід, оцінку ефективності Алгоритму, накопичення даних та їх аналіз з метою пошуку ефективних методів вирішення проблем;
 - центральні та регіональні медіаресурси;
 - представники організацій, що надають послуги з організації громадського харчування в ВНЗ.
- Всі заходи, заплановані в рамках реалізації Алгоритму розробляються та впроваджуються з урахуванням особливостей, інтересів і пріоритетів студентської молоді, на яку вони спрямовані (табл. 1).

Таблиця 1. Заходи впровадження освітньо-інформаційних здоров'язберігаючих технологій.

№ з/п	Напрямок	Виконавці:	Заходи
1.	Координація дій і контроль за виконанням заходів Алгоритму	Адміністрація ВНЗ; Наукові установи, що мають пріоритетні напрями наукових досліджень в галузі громадського здоров'я	розробка стандартизованих освітньо-інформаційних здоров'язберігаючих технологій для впровадження в навчальний процес ВНЗ
			підвищення компетентності виконавців Алгоритму, збагачення освітніх програм післявузівської підготовки педагогічного складу щодо факторів ризику розвитку НІЗ
2.	Науковий супровід освітньо-інформаційних технологій	Наукові установи, що мають пріоритетні напрями наукових досліджень в галузі громадського здоров'я	моніторинг та оцінка результативності і ефективності Алгоритму, акумулювання та аналіз даних соціологічних опитувань
			організація, проведення та підтримка наукових досліджень, щодо поширення неінфекційних захворювань, нераціонального харчування, низької фізичної активності, ризикової поведінки серед студентської молоді, пошук ефективних методів вирішення проблем, пов'язаних з цим
3.	Інформаційне забезпечення впровадження Алгоритму	Адміністрація ВНЗ; Наукові установи, що мають пріоритетні напрями наукових досліджень в галузі громадського здоров'я; центральні та регіональні медіаресурси	підтримка веб-сайту щодо поширення якісної та актуальної інформації, освітніх матеріалів та програм, можливість проведення онлайн-опитування
			поширення інформації щодо здорового способу життя в суспільстві шляхом залучення центральних та регіональних медіа ресурсів
4.	Забезпечення освітнього процесу	Адміністрація ВНЗ; Викладачі ВНЗ (кафедри, які викладають здоров'язберігаючі предмети)	впровадження освітньо-інформаційних здоров'язберігаючих технологій в навчальний процес ВНЗ
			збільшення кількості годин позанавчальних спортивних заходів
5.	Отримання даних та відповідне коригування освітньо-інформаційних програм	Адміністрація ВНЗ; Викладачі ВНЗ (кафедри, які викладають здоров'язберігаючі предмети); Наукові установи, що мають пріоритетні напрями наукових досліджень в галузі громадського здоров'я	проведення соціологічних опитувань студентської молоді щодо факторів розвитку НІЗ
			участь в первинній розробці та корекції освітньо-інформаційних здоров'язберігаючих технологій з врахуванням профілю ВНЗ та особливостей соціальних показників студентської молоді

№ з/п	Напрямок	Виконавці:	Заходи
6.	Забезпечення доступності здорового способу життя	Адміністрація ВНЗ; представники організацій, що надають послуги з організації громадського харчування в ВНЗ	забезпечення доступності спортивних споруд та майданчиків для студентської молоді підвищення доступності здорового харчування та обмеження доступності продуктів, які не рекомендуються до споживання в закладах громадського харчування, які обслуговують ВНЗ

Впровадження в навчальний процес ВНЗ здоров'язберігаючих освітньо-інформаційних технологій має відбуватися покроково з послідовним виконанням наступних

задач, що забезпечить ефективність Алгоритму та його чутливість до змін відповідних соціологічних показників (рис 1.).

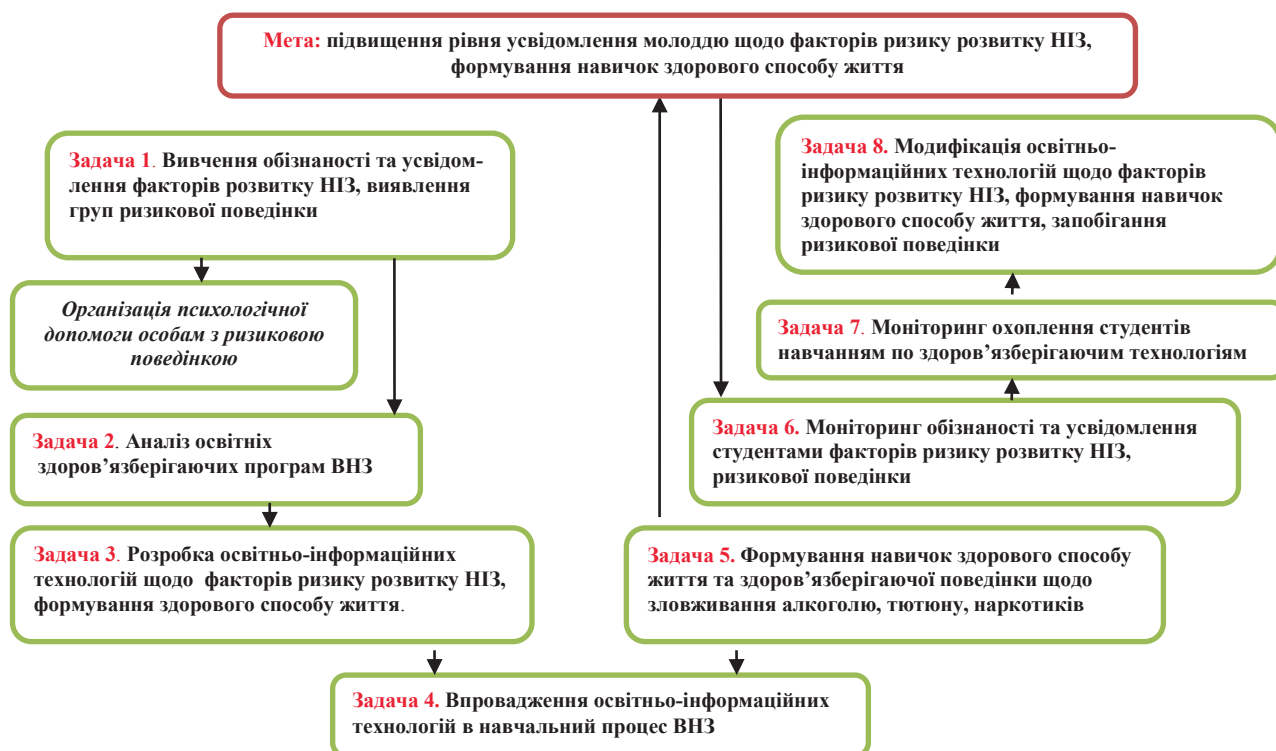


Рисунок 1. Алгоритм впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій в навчальний процес ВНЗ.

Обов'язковою первинною задачею впровадження освітньо-інформаційних технологій є вивчення за допомогою анкетно-опитувального методу показників обізнаності та усвідомлення факторів розвитку НІЗ, виявлення груп ризикової поведінки. Психологічна допомога особам з ризиковою поведінкою організовується на базі медичної установи, за якою закріплено надання медичної допомоги студентам та, за наявності, фахівцями психологічної служби самого ВНЗ.

Розробка освітньо-інформаційних технологій щодо факторів ризику розвитку НІЗ має відбуватися на основі стандартизованих освітніх програм з врахуванням даних соціо-

логічного опитування студентів та аналізу базових освітніх програм ВНЗ. Враховуючи отримані нами в ході анкетування дані освітньо-інформаційні технології мають бути спрямовані на подолання шкідливих звичок та стереотипових уявлень щодо перепон до ведення здорового способу життя та розкриття основних мотиваційних факторів подовження життя, покращення зовнішнього вигляду та здоров'я, успішність людей, які ведуть здоровий спосіб життя, його вплив на сімейний стан тощо.

Формування навичок здорового способу життя та здоров'язберігаючої поведінки є основним очікуваним результатом впрова-

дження Алгоритму. Воно відбувається під дією навчального процесу, організації позанавчальних занять студентів, медіа підтримки, підвищення доступності здорового харчування та спортивних споруд.

Оцінка ефективності впровадження Алгоритму базується на порівняльному аналізі даних соціологічних опитувань студентів на початку виконання Алгоритму (визначення первинних показників обізнаності та усвідомлення студентською молоддю факторів

розвитку НІЗ, визначення особливостей освітньо-інформаційних технологій для даного контингенту) та наприкінці проведеного навчального курсу з застосуванням освітньо-інформаційних технологій (визначення фактичних змін соціологічних показників, внесення коректив в планування наступних заходів виконання Алгоритму). Показники ефективності втілення Алгоритму наведено в таблиці 2.

Таблиця 2. Показники ефективності впровадження Алгоритму.

№ з/п	Показники	Очікувані результати
1.	результати соціологічних досліджень	-підвищення частки студентів, що виявляють обізнаність щодо основних факторів розвитку НІЗ; -підвищення частки студентів, що виявляють усвідомлення щодо основних факторів розвитку НІЗ; -підвищення частки студентів, що ведуть фізично активний спосіб життя -зниження показників споживання студентською молоддю солі, цукру, маргаринів (спредів), солодких газованих напоїв тощо; -підвищення показників усвідомлення студентами користі щоденного споживання свіжих овочів та фруктів; -формування стійкого негативного відношення до таких явищ, як тютюнопаління, зловживання алкоголю, наркотиків тощо; -формування стійкої мотивації кинути палити у курців
2.	поширеність ризикових форм поведінки	-зниження частки осіб, серед студентської молоді, які палять; -зниження частки осіб, серед студентської молоді, які споживають наркотики; -зниження частки осіб, серед студентської молоді, які зловживають алкоголем

До непрямих якісних показників ефективності впровадження Алгоритму також можна віднести зміни в законодавстві, ініційовані виконавцями щодо основних завдань Алгоритму.

Моніторинг показників ефективності Алгоритму забезпечує адаптивність освіт-

ньо-інформаційних технологій щодо факторів ризику розвитку НІЗ, можливість своєчасного коригування окремих навчальних програм, їх модифікації, накопичення даних для наукового аналізу та прогнозування.

Висновки

Таким чином, розроблений Алгоритм впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій в навчальний процес ВНЗ є науково обґрунтованою системою, яка містить основні задачі, принципи та заходи спрямовані на підвищення рівня обізнаності студентською молоддю щодо факторів ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань. Це дасть змогу значно підвищити усвідомлення ними небезпеки основних поведінкових факторів ризику розвитку НІЗ з точки зору збереження подальшого здоров'я, а також усвідомлення необхідності ведення здорового способу життя.

З метою підвищення ефективності розробленого Алгоритму та його модифікації необхідне подальше проведення досліджень в цьому напрямку, що сприятиме орієнтації педагогічного процесу вищої школи на формування навичок здорового способу життя та здоров'язберігаючої поведінки студентської молоді України.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста / Современные психологические проблемы высшей школы. – Л., 1974. – 280 с.
2. Бондин В.И. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования / Теория и практика физической культуры. 2004. – №10. – С.15-18
3. Державна служба статистики України. Освіта. Режим доступу : <http://www.ukrstat.gov.ua/>.
4. Дорогайкина Е.М. Роль здоровья для студентов и педагогов в современном вузе / Решетневские чтения. 2016. – №20. – С. 508-511.
5. Краткий опросник ВОЗ для оценки качества жизни. The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) – BREF / Всемирная организация здравоохранения. 2004. Режим доступа : (http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/en/russian_whoqol.pdf).
6. Лобань Г.А., Зачепило С.В., Коваленко Н.П. Формування здорового способу життя студентів як запорука суспільного та економічного розвитку держави / Актуальні проблеми сучасної медицини. 2015. – Том 15, – №2. – С. 30-32
7. Лопатина Р.Ф., Лопатин Н.А. Здоровье студентов вуза как актуальная социальная проблема / Вестник КазГУКИ. 2017. – №1. Режим доступу : (<https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovie-studentov-vuza-kak-aktualnaya-sotsialnaya-problema>)
8. Молодь в світі, що змінюється / UNICEF. Женева, 2000. – 44 с.
9. Показатели развития человеческого капитала / Всемирный банк. 2018. Режим доступу : <http://www.vsemirnyjbank.org/ru/publication/human-capital>
10. Чемерис Н.М., Любінець О.В. Медико-соціальні площини вживання алкогольвмісних напоїв серед студентської молоді / Україна. Здоров'я нації. 2018. – №1. – С. 42-47
11. Evrim Çelebi, Cemal Gündoğdu, Aysel Kızılkaya Determination of Healthy Lifestyle Behaviors of High School Students/ Universal Journal of Educational Research 2017. – №5(8). – P. 1279-1287.

К ВОПРОСУ НЕОБХОДИМОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Цель исследований: Целью разработки и внедрения Алгоритма является повышение уровня осознания студенческой молодежью угрозы для здоровья поведенческих факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний для изменения поведения целевой аудитории

Материалы и методы исследования. Основным методом исследования является метод анкетирования по факторам риска развития неинфекционных заболеваний у студенческой молодежи и определение особенностей соблюдения ими здорового образа жизни, распространенности рискованного поведения. Было опрошено 430 студентов Киевского национального торгово-экономического университета и 216 студентов Сумского государственного педагогического университета.

Результаты и их обсуждение. В статье приведен Алгоритм внедрения здоровьесберегающих образовательных технологий в учебный процесс высших учебных заведений, являющийся научно обоснованной системой, которая содержит основные задачи, принципы и меры направленные на повышение уровня осведомленности студенческой молодежи относительно факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

**ON THE NEED TO INTRODUCE HEALTH EDUCATION TECHNOLOGIES
IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

The Objective:. The purpose of the establishment and implementation of algorithm is to raise awareness among young people about the health risks of behavioral risk factors for chronic non-communicable diseases in order to change the behavior of the target audience.

Materials: The main method of research is the method of questioning about the risk factors for the development of non-infectious diseases in student youth and determining the features of their compliance with a healthy lifestyle, the prevalence of risk behavior. 430 students of the Kiev National University of Trade and Economics and 216 students of Sumy State Pedagogical University were interviewed.

Results. The article presents the algorithm for the introduction of health-saving educational technologies into the educational process of higher educational institutions, which is a scientifically substantiated system that contains the main tasks, principles and measures aimed at raising the level of awareness of student youth regarding the risk factors for the development of chronic non-communicable diseases.

Куратор розділу – д. мед. наук Бердник О.В.