

**УДК 613:614.2**

## **ПОКАЗНИКИ ОБІЗНАНОСТІ ТА УСВІДОМЛЕННЯ ЗДОБУВАЧАМИ НУХТ ФАКТОРІВ РИЗИКУ ХРОНІЧНИХ НЕІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ**

**Алла Башта, Ілона Задесенська, Світлана Федько**

*Національний університет харчових технологій*

Сучасною проблемою громадського здоров'я в Україні є швидке та неухильне зростання хронічних неінфекційних захворювань (ХНІЗ), що негативно впливає на демографічні показники, працездатність та якість життя населення. Така негативна ситуація значною мірою обумовлена низьким рівнем знань великої кількості населення щодо закономірностей формування, зміцнення і збереження власного здоров'я, і нерідко безвідповідальним ставленням до нього.

Особливу загрозу становить те, що вік розвитку неінфекційних захворювань суттєво помолодшав, а значна частина студентів наприкінці професійного навчання обтяжена низкою серцево-судинних, шлунково-кишкових захворювань тощо.

Стан здоров'я сучасної молоді є однією з найважливіших проблем сьогодення, що перебуває під впливом багатьох факторів, найбільш вагомим з яких є спосіб життя. Саме поведінкові фактори відіграють вирішальну роль у розвитку ХНІЗ. І це, перш за все, нерациональне харчування, низька фізична активність, шкідливі звички.

Згідно зі стратегією ВООЗ, профілактика ХНІЗ за рахунок зміни способу життя набуває все більшого значення. Світовою практикою доведено, що, спираючись на доктрину «факторів ризику», є реальна можливість проводити профілактику ХНІЗ, перш за все серед молоді, за рахунок формування у них потреби у здоровому способі життя. В свою чергу, дослідження сучасних наукових джерел, присвячених проблемам здорового способу життя молоді, дають можливість зрозуміти, що рівень їх обізнаності недостатній, харчування незбалансоване [1].

Тому метою нашої роботи став аналіз показників обізнаності та усвідомлення здобувачами НУХТ факторів ризику ХНІЗ та визначення акцентів формування свідомого ставлення до здорового способу життя як основного чинника збереження здоров'я.

Дослідження проводилися за допомогою анкетно-опитувального методу. В процесі роботи використовувалися створені нами анкети-опитувальники у Google Формх. Google Форми дозволяють використовувати різні типи запитань – від простих текстових і числових полів до складних шкал і сіток. Завдяки досить тонким налаштуванням за допомогою цього інструменту ми мали змогу провести онлайн-дослідження серед значної кількості молоді та врахувати в опитуванні загальні принципи та рекомендації ВООЗ.

Нами було проведено дослідження з урахуванням статі опитуваних студентів. Так, всього в онлайн-дослідженні взяли участь (244) здобувачі, серед яких 60,2 % склали дівчата та 39,8 % хлопці. Вік респондентів коливався в межах 17 – 25 років. Отримані результати оцінювались за допомогою загальноприйнятих методів статистики.

За даними порівняльного аналізу результатів анкетування, проведеного серед здобувачів НУХТ, визначено рівень обізнаності дівчат та хлопців щодо негативного впливу нераціонального харчування, шкідливих звичок, низької фізичної активності на стан здоров'я людини.

Першочергово визначено показники обізнаності здобувачів НУХТ щодо впливу здорового способу життя, як основного фактора ризику розвитку ХНІЗ. Встановлено, що переважна більшість опитаних (89,6%) виявляє обізнаність щодо впливу даного фактору на стан здоров'я людини. При цьому про негативний вплив нераціонального харчування, як основного чинника ризику розвитку ХНІЗ, відомо для 90,5% здобувачів НУХТ, зокрема для 91,4% дівчат та 89,6% хлопців.

Показники обізнаності студентів щодо негативного впливу шкідливих звичок дещо відрізняються за статтю та видом шкідливої звички (тютюнопаління, споживання алкоголю, наркотиків). Майже всі опитані студенти при анкетуванні вказали, що їм відомо про негативний вплив шкідливих звичок на стан здоров'я (88,4%), зокрема про такий фактор ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань як тютюнопаління відомо 88,9% здобувачів, а споживання алкоголю – 87,6 %.

Частка обізнаних студентів щодо негативного впливу на здоров'я низької фізичної активності серед опитаних студентів склала 79,3%.

Оскільки одним з основних факторів формування та збереження здоров'я людини є спосіб життя, а особливо раціональне харчування, в наших дослідженнях значну увагу приділено саме питанням, що стосуються харчування студентів. Без сумніву, покращення обізнаності та усвідомлення молоддю небезпеки факторів ризику розвитку ХНІЗ може стати вагомим складовим профілактичних заходів. Тому одним з важливих завдань підготовки здобувачів у вищих навчальних закладах має бути формування в них культури здорового способу життя, засвоєння основних знань щодо факторів ризику розвитку ХНІЗ.

### **Література**

Сердюк А.М., Гуліч М.П., Петренко О.Д., Любарська Л.С., Коблянська А.В. Обізнаність та усвідомлення студентською молоддю загрози для здоров'я факторів ризику розвитку неінфекційних захворювань – сучасний стан проблеми. *Медичні перспективи*. 2019. 24(1). С. 4-14.

**Башта А., Задесенська І., Федько С.** Показники обізнаності та усвідомлення здобувачами НУХТ факторів ризику хронічних неінфекційних захворювань