

ИЗУЧЕНИЕ КУЛЬТУРЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ КАК СОСТАВЛЯЮЩЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**П.А. Иванова, Д.А. Рублевская, 2 курс**Научные руководители – **В.А. Василевска**, ст. преподаватель,**Т.В. Маринич**, к.м.н., доцент**Полесский государственный университет**

Введение: Здоровье человека зависит не только от особенностей окружающей среды и общего состояния организма, но и от его поведения и привычек, т.е. от осознания норм и принципов здорового образа жизни и ответственного подхода к их соблюдению [4]. Здоровый образ жизни – это концепция жизнедеятельности человека, совокупность принципов, направленных на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек [2]. Для учащейся молодежи здоровье имеет прикладной характер, являясь средством достижения поставленных целей и удовлетворения разнообразных потребностей. [6, с.85]

Одной из составляющих здоровья является стоматологическое здоровье, которое существенным образом определяет качество жизни, поскольку какие-либо проблемы зубочелюстной системы существенно влияют на уровень жизни индивида [6, с.112]. Сохранение здоровых зубов обеспечивает полноценность питания, эстетичный внешний вид, возможность нормально общаться и вести активный образ жизни. Для студентов это способности к учёбе, труду, самореализации [1, 2, 3].

Организм молодых людей чаще подвержен влиянию различных экзогенных и эндогенных факторов, что приводит к увеличению стоматологической заболеваемости. На состояние стоматологического здоровья студентов неблагоприятным образом влияют медико-социальные факторы: питание с избытком углеводов, низкая медицинская грамотность учащихся, неявка студентов на медицинские осмотры, отсутствие санации полости рта, нерегулярное проведение профилактических мероприятий, незнание техники чистки зубов [1, 3]. Защита и сохранение здоровья молодого поколения – основного двигателя развития общества, играет особую роль, так как именно молодежь обладает значимым социальным, производственным, интеллектуальным и репродуктивным потенциалом [1, 2].

В связи с этим актуализируется проблематика формирования культуры стоматологического здоровья студенческой молодежи, как одной из составляющих здорового образа жизни.

Цель исследования: Оценка культуры стоматологического здоровья студентов 1 курса факультета организации здорового образа жизни как составляющей здорового образа жизни.

Материалы и методы исследования: Для определения социально-гигиенического статуса студента нами была разработана анкета на основании анкеты ВОЗ для оценки стоматологического статуса взрослых [5, с.121]. Анкета содержит 43 вопроса по разделам: общие сведения, качество жизни (вредные и пищевые привычки), общее здоровье, стоматологическое здоровье, навыки по гигиене полости рта, уровень знаний по уходу за полостью рта. Проведено анкетирование 70 студентов 1 курса факультета организации здорового образа жизни.

Результаты исследования: В исследовании приняли участие 70 студентов 1 курса факультета организации здорового образа жизни Полесского государственного университета. Младше 18 лет было 45,7% студентов, старше 18 лет – 12,9%, студенты в возрасте 18 лет составили 41,4%.

Оценка питания студентов выявила следующие особенности. Ежедневное многоразовое употребление в пищу свежих овощей и фруктов отметили 25,7%, такое же количество студентов употребляет овощи и фрукты 1 раз в день, несколько раз в неделю – 41,5%, несколько раз в месяц – 7,1%. Ежедневно молочные продукты употребляют 52,9% студентов, из них несколько раз в день – 18,6%; более редкое употребление отметили 45,7%; никогда не употребляют молочные продукты 1,4% студентов. Употребление сладкой пищи, содержащей простые углеводы (конфеты, варенье, выпечка), несколько раз в день отметили 44,2%; несколько раз в неделю – 47,1%; несколько раз в месяц – 8,6%. Ежедневно пьют сладкие газированные напитки типа «Coca-cola» 5,7%, не-

сколько раз в неделю - 22,9%, несколько раз в месяц – 45,7% и не употребляют такие напитки 7,1% опрошенных студентов.

Опрос студентов, направленный на выявление наличия вредных привычек, позволил получить следующие результаты. Наркотические вещества, по данным опроса, никто не пробовал. Из опрошенных студентов курит 8,6%, пробовали 1 раз – 18,6%, не курит – 72,8 %.

При определении социально-гигиенического статуса анкетированных студентов установлено, что 73% опрошенных регулярно чистят зубы, 27% студентов чистят зубы нерегулярно: из них 19% – из-за отсутствия желания, 4% – из-за отсутствия знаний о правилах чистки зубов и 4% – из-за боязни кровоточивости десен. Выполняют чистку зубов 2 раза в день 50% респондентов, 6% – выполняют эту процедуру после каждого приема пищи, 44% – один раз в день. Только 23% опрошенных соблюдают временной норматив. Более половины студентов (56%) посещают стоматолога в связи с острой болью или обнаружением дефекта в зубе, 1 раз в год с профилактической целью посещают врача-стоматолога 20%, 2 раза в год- 21% и 3% опрошенных вообще не посещают врача-стоматолога. Для профессиональной чистки зубов посещают врача-стоматолога: регулярно (1 раз в полгода) 3% анкетированных, 14% – иногда, у 73% профессиональная чистка зубов не проводилась никогда, 10% опрошенных не знают, проводилась ли им эта процедура.

В результате анкетирования выявлено, что 35,7 % студентов оценивают состояние своего здоровья в целом как отличное, 50% – как хорошее и 14,3% – как удовлетворительное. И, соответственно, состояние своих зубов и полости рта как отличное – 24,3%, хорошее – 61,4% и удовлетворительное – 14,3%. 87% анкетированных согласились с утверждением, что заболевания десен и зубов влияют на общее состояние организма.

Выводы:

1. Анализ характера питания студентов позволил выявить недостаточное употребление в пищу свежих овощей и фруктов (48,6%), молочных продуктов (47,1%), а также значительное употребление простых углеводов (91,3%) и сахаросодержащих газированных напитков (28,6%).

2. В ходе анкетирования выявлено, что 8,6% студентов курит.

3. По результатам опроса были выявлены такие факты, как неудовлетворительность навыков индивидуальной гигиены (чистят зубы 3-4 минуты – 23%, после каждого приема пищи – 6%) и редкие посещения врача-стоматолога для проведения профессиональной гигиены зубов (3%) и с профилактической целью (21%),

4. Состояние своего здоровья в целом как отличное оценили 35,7 % анкетированных студентов, свое стоматологическое здоровье как отличное оценили - 24,3%. Большинство студентов (87%) осознают связь между общим и стоматологическим здоровьем, и влиянием последнего на общее состояние организма.

5. Анализ результатов проведенного анкетирования показал, что среди медико-социальных факторов, неблагоприятно влияющих на состояние стоматологического здоровья студенческой молодежи, наиболее значимыми являются питание с избытком простых углеводов и низкий уровень знаний по сохранению личного стоматологического здоровья.

Список использованных источников

1. Александрова В.Б. Оценка стоматологического здоровья студентов. Здоровье и образование в XXI веке: электронный научно-образовательный вестник. 2014; 16 (10): 18–19.

2. Ибрагимов, К.Н. Особенности формирования компонентов здорового образа жизни у студентов / К.Н. Ибрагимов, Е.Н. Чингина // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. - 2023. - №1 – С. 107-108.

3. Иорданишвили, А.К. Приверженность уходу за полостью рта и стоматологическое здоровье / А.К. Иорданишвили, А.Я. Идрис, Е.Х. Баринов // Здравоохранение Югры: опыт и инновации. – 2021. – №4. – С.51– 54.

4. Плещев, А.М. Главные составляющие здорового образа жизни / А.М. Плещев // Вестник Шадринского государственного педагогического университета.- 2018.- №3 (39) – С.39 – 42.

5. Стоматологическое обследование: основные методы / Всемирная организация здравоохранения, 2013 – 5-ое издание. – МГСМУ им. А.И. Евдакимова, 2016. – с.136

6. Тристенъ, К.С. Формирование здорового образа жизни: стоматологические аспекты : монография / К. С. Тристенъ. – Барановичи: Издатель Е. Г. Хохол, 2018. – 236 с.