ОЦЕНКА ПАРАМЕТРОВ ОБРАЗА ЖИЗНИ У МОЛОДЕЖИ

Аминова О.С.[1], Уварова Ю.Е.[2], Тятенкова Н.Н.[2], Долгина Н.А.[3]

[1]ФГБОУ ВО «Ярославский государственный медицинский университет» Министерства Здравоохранения Российской Федерации, г. Ярославль, Россия, o.s.aminova@ya.ru;

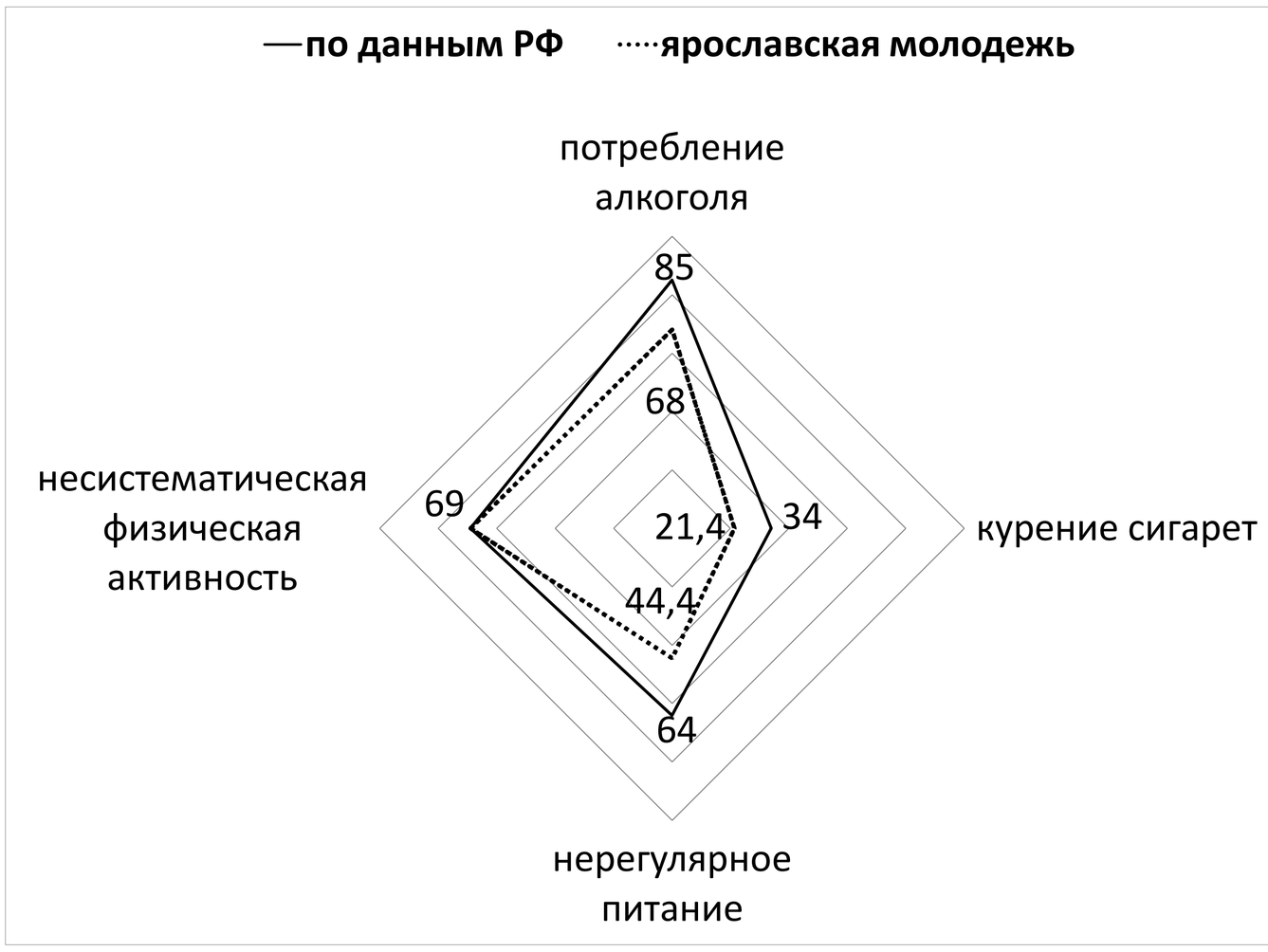
[2]ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова», г. Ярославль, Россия

[3]Республиканское унитарное предприятие "Научно-практический центр гигиены"

Цель – оценить распространенность поведенческих факторов риска здоровью у молодежи

Образ жизни изучали по результатам индивидуального интервью. В исследовании участвовало 1978 человек в возрасте 18-25 лет, проживающих на территории Ярославской области

Распространенность поведенческих факторов риска здоровью (доля обследованных, %)



Результаты сопоставления параметров образа жизни с выборочным исследованием Росстата (Влияние поведенческих факторов на состояние здоровья населения, 2018 г.) показали, что потребление алкоголя, курение табака и нерегулярное питание у ярославской молодежи встречалось реже, чем в общей популяции населения. Частота встречаемости низкой физической активности в группах сравнения не отличалась.

Распространенность поведенческих факторов риска здоровью у ярославской молодежи разного социального статуса (доля обследованных, %)

Факторы	Юноши			Девушки			Различия в половых группах
	Все (n=513)	Работающие (n=200)	Студенты (n=313)	Все (n=1465)	Работающие (n=526)	Студенты (n=939)	
Потребление алкоголя	67,6	74,5	63,3	68,1	73,8	64,9	χ^2=0,30; p>0,05
		χ^2=7,05; **p<0,05**			χ^2=12,3; **p<0,001**		
Курение сигарет	32,2	47,5	22,4	17,7	33,3	8,9	χ^2=47,3; **p<0,001**
		χ^2=35,3; **p<0,001**			χ^2=137,1; **p<0,001**		
Нерегулярное питание	41,1	28,5	49,2	45,6	32,5	52,9	χ^2=3,07; p>0,05
		χ^2=21,6; **p<0,001**			χ^2=56,7; **p<0,001**		
Нарушение режима сна	39,4	25,0	48,6	46,2	28,5	56,1	χ^2=7,19; **p<0,05**
		χ^2=28,4; **p<0,001**			χ^2=103,4; **p<0,001**		
Несистематическая физическая активность	61,6	69,5	56,6	71,0	70,9	71,0	χ^2=15,5; **p<0,001**
		χ^2=8,65; **p<0,05**			χ^2=0,002; p>0,05		

Таким образом, анализ результатов анкетирования показал высокую распространенность потребления алкоголя и сниженную физическую активность в общей популяции респондентов. Образ жизни молодежи отличался по половому и социальному признаку. При формировании здоровьесберегающих программ у работающей молодежи особое внимание следует уделять профилактике аддиктивного поведения, у студенческой молодежи – значимости здорового питания и режима дня.