

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВПО «Забайкальский государственный университет»
ГВУЗ «Донбасский государственный педагогический университет»
Управление Роспотребнадзора по Забайкальскому краю
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Забайкальском крае»

«Экология. Здоровье. Спорт»

СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ

**V Международной
научно-практической конференции**

25–26 сентября 2013 г.

г. Чита

ББК Я54
Э 40

Э 40 **Экология. Здоровье. Спорт:** сборник научных статей V Междунар. научно-практ. конф. – Чита: ЗабГУ, 2013. – 272 с.

В сборнике представлены материалы научных работ V Международной научно-практической конференции «Экология. Здоровье. Спорт», проходившей на базе Забайкальского государственного университета. На конференции обсуждались актуальные вопросы состояния здоровья и факторов, определяющих здоровье молодого поколения; проблемы наркомании среди молодежи; проблемы экологии окружающей среды в различных регионах Российской Федерации, в Украине, Белоруссии, Казахстане, Молдавии, Монголии, Польши, Узбекистане; проблемы становления валеологической культуры и психологической адаптации подрастающего поколения; вопросы развития молодежной физической культуры и спорта.

Ответственный за выпуск: С.Т. Кохан, канд.мед.наук, доцент, заслуженный врач РФ, ЗабГУ (Россия)

ББК Я54
Э 40

ISBN 978-5-9293-0894-9

© Забайкальский государственный университет, 2013

Были использованы следующие методики: опросник терминальных ценностей (ОТеЦ), методика «Ценностные ориентации» М. Рокича, тест-опросник самооотношения В.В. Столина и С.Р. Пантилеева.

Анализ результатов исследования позволил установить, что:

1. Наиболее предпочитаемыми терминальными ценностями в структуре самосознания одиноких женщин являются: активная деятельная жизнь, интересная работа, наличие хороших и верных друзей, материально обеспеченная жизнь, развлечения, уверенность в себе. Большинство из этих ценностей относятся к категории конкретных и индивидуальных. Такие ценности как общественное признание, развитие, познание, красота природы и искусства, жизненная мудрость, счастье других не актуализированы у одиноких женщин.
2. Среди предпочитаемых ценностей замужних женщин: счастливая семейная жизнь, здоровье, развитие, материально обеспеченная жизнь, уверенность в себе и жизненная мудрость. В данном случае наблюдается преобладание индивидуальных ценностей. Такие ценности как развлечения, общественное признание, наличие хороших и верных друзей, любовь, счастье других и красота природы не являются у них доминирующими.
3. У одиноких женщин отмечается значительно больший интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», в то время как замужние женщины не уверены в своей интересности для других. Но замужние женщины проявляют больше самоуверенности, высокое самоуважение, больше чем одинокие ощущают силу своего Я. Замужние женщины чаще считают, что их личность, характер и деятельность способны вызывать у других уважение, симпатию и одобрение.
4. У замужних женщин выражено стремление иметь уровень образования, который гарантировал бы высокий уровень материальных благ. Часто заинтересованы в мнении других людей о различных аспектах своей семейной жизни.
5. У одиноких женщин выражено стремление не попасть под влияние общественно-политических взглядов других людей, они отличаются желанием достигнуть определенного уровня образования, чтобы войти в более тесные контакты с людьми. Стремятся построить свой образовательный процесс так, чтобы он соответствовал особенностям их личности.

Таким образом, выдвинутая гипотеза подтвердилась: существуют различия в доминирующих ценностях одиноких женщин и замужних. Одинокие женщины более ориентированы на достижения в профессиональной сфере и в сфере обучения и образования, в качестве ведущих ценностей выступают независимость, эффективность в делах, активная, деятельная жизнь, интересная работа и т.д. Для категории замужних женщин характерна ориентация на такие сферы как семейная и также сфера обучения и образования, а основными ценностями выступают материальное благополучие и собственный престиж.

УДК 355.233.22.588

Павлова Ю.А.¹, Ковальчук А.Н.², Виноградский Б.А.¹

**УРОВНИ КОМПОНЕНТОВ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ БУДУЩИХ
РАБОТНИКОВ АВАРИЙНО-СПАСАТЕЛЬНЫХ СЛУЖБ**

¹Львовский государственный университет физической культуры, Украина

Резюме. В статье рассматривается проблема оценки качества жизни будущих сотрудников аварийно-спасательных служб. В исследовании приняли участие 158 студентов-курсантов. С помощью опросника MOS SF 36 показано, что респонденты имеют высокие показатели физической компоненты качества жизни. Показатели психического здоровья существенно ниже и находятся в пределах 67–68 баллов. Выявлены многочисленные средние корреляции между качеством жизни и социально-психологическими факторами, которые обуславливают стресс и усталость у сотрудников аварийно-спасательных служб.

Ключевые слова: сотрудники аварийно-спасательных служб, курсанты, качество жизни.

Актуальность. Важной проблемой при успешной ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и проведения аварийно-спасательных работ является оптимальное физическое и психическое здоровье участников работ. Безусловно необходимым для проведения таких операций является не только наличие высокого уровня физической подготовки, но и отсутствие депрессии и состояния тревоги, которые существенно влияют на мотивацию и принятие решений. На данный момент при оценке состояния здоровья и влияния на него различных факторов используются методики, предусматривающие изучение качества жизни.

Концепция “качества жизни, связанного со здоровьем” (health-related quality of life, HRQOL), выходит за рамки прямых показателей состояния здоровья населения, продолжительности жизни, причин заболеваемости и смертности, и сосредотачивается на субъективном восприятии состояния здоровья, его влиянии на ежедневное функционирование организма, на положительных аспектах бытия человека, его эмоциях и удовлетворенности жизнью [Новик А. А., 1999; Bowling A., 1995; Bisegger C. et al., 2005; Veenhoven R., 2000]. Недостаточно изученной остается качество жизни сотрудников спасательных служб, что не позволяет в полной мере оценить последствия участия в аварийно-спасательных работах, долговременные факторы воздействия на физическое и психическое здоровье.

Целью работы было охарактеризовать качество жизни будущих работников аварийно-спасательных служб.

Методы и организация исследований. Для решения поставленных задач был использован метод анализа и обобщения данных научной литературы, социологические и статистические методы.

Участие в исследовании приняли 158 мужчин в возрасте 19–21 лет, которые обучались во Львовском государственном университете безопасности жизнедеятельности.

С помощью опросника MOS SF36 определялись следующие показатели: “Физическая активность” (ФА), “Роль физических проблем в ограничении жизнедеятельности” (РФ), “Уровень боли” (Б), “Жизнеспособность” (ЖЗ), “Социальная активность”, “Психическое здоровье” (ПЗ), “Ограничение жизнедеятельности в следствии эмоциональных проблем” (РЕ), “Общее состояние здоровья” (СЗ).

Для анализа полученных результатов использовали статистические методы и корреляционный анализ по методу Спирмена. Достоверными признавались

различия при уровне значимости не ниже 95% ($p < 0,05$). Для статистической обработки результатов измерений использовалась программа OriginPro8.1.

Результаты и их обсуждение. Аварийно-спасательные работы – действия, направленные на спасение людей, материальных и культурных ценностей, защиту окружающей среды в зоне чрезвычайной ситуации. Согласно порядку комплектования и подготовки основного личного состава аварийно-спасательных служб Украины, профессиональный отбор проводится с учетом функционального состояния организма. К абитуриентам в специализированные вузы предъявляются усиленные требования к состоянию здоровья. Среди студентов Университета безопасности жизнедеятельности нет лиц, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, заболеваниями дыхательной или выделительной систем, опорно-двигательного аппарата, сахарным диабетом, онкозаболеваниями. Однако только 35 % респондентов были на профилактическом осмотре у врача один раз за последние 12 месяцев, 19 % – за 24 месяца. При этом удовлетворенность уровнем медицинского обслуживания выразила только половина респондентов.

Показатели качества жизни будущих работников аварийно-спасательных служб не отличаются от данных предложенных для молодежи Англии [С. Jenkinson, A. Coulter, L. Wright, 1993], Канады (W.M. Hopman, 2000), Китайской Народной Республики [L. Li, H.M. Wang, Y. Shen, 2003], Австралии [E. dal Grande, A. Taylor, 2004] и Швеции [A. Jörngården, L. Wettergen, L. Von Essen, 2006]. HRQOL курсантов по всем шкалам выше, чем у российских студентов [А.И. Губина, 2007] и украинской молодежи, которые учатся на технических и гуманитарных специальностях [Павлова Ю. и др., 2011]. Всего по шкалам физической компоненты качества жизни ["Физическая активность", "Роль физических проблем в ограничении жизнедеятельности", "Боль"] респонденты имеют высокие значения, которые составляют 74–90 баллов.

Существенно ниже оценка собственного психического здоровья, а именно эмоционального состояния, настроения, бодрости и энергичности. Показатели по шкалам "Психическое здоровье" и "Жизнеспособность" находятся в пределах 67–68 баллов и это, в свою очередь, обуславливает низкую оценку состояния здоровья. Значение качества жизни по шкале "Общее состояние здоровья" составляет 68 баллов.

Среди профессиональных спасателей распространены тревожность и посттравматические расстройства [Graveling R.A., 2010], такие как посттравматический стресс-синдром (PTSD). Ликвидаторы, пожарные, спасатели страдают от депрессивных состояний и посттравматических расстройств от 2-х до 9-и раз чаще, чем представители аналогичных возрастных групп других профессий. Причинами развития таких психологических состояний можно считать проблемы со сном, часто являющихся следствием работы по сменам, употребления психостимулирующих веществ, проблем в отношениях с окружающими. Эти факторы, в свою очередь, вызывают ухудшение внимания, снижение умственной работоспособности, усталость, депрессию, развитие сердечно-сосудистых заболеваний, ухудшение иммунитета и т.п. Несмотря на то, что среди работников аварийно-спасательных служб традиционно складываются доверительные отношения, а курсантам прививаются такие идеалы как преданность, уважение, взаимопомощь и взаимовыручка, опытные спасатели чаще сообщают о незначительной социальной поддержке, а также о низкой самооценке. Поэтому, исходя из вышесказанного, а также учитывая, что более 30 %

будущих спасателей недовольны собственным сном, почти 40 % личными отношениями, а каждый четвертый – той поддержкой, которую они получают от друзей, нами была проанализирована взаимосвязь между качеством жизни и факторами, которые вызывают стресс у спасателей (табл. 1).

Таблица 1

Взаимосвязь между качеством жизни курсантов и факторами, которые обуславливают стресс и усталость у сотрудников аварийно-спасательных служб¹

Фактор	ФА	РФ	СЗ	ЖЗ	СА	РЕ	ПЗ
Удовлетворенность состоянием здоров'я	0,44						0,61
Удовлетворенность собственной жизнью	0,45		0,49	0,49			0,64
Способность концентрировать внимание							0,64
Ощущение безопасности	0,48		0,48	0,46			0,55
Энергичность	0,38		0,38	0,36			0,45
Оценка собственной внешности	0,36	0,35	0,36	0,38	0,54	0,54	0,57
Оценка качества сна			0,56			0,41	
Способность выполнять повседневные обязанности	0,48						
Работоспособность	0,49	0,44	0,48	0,47			0,63
Удовлетворенность личными отношениями				0,51			0,47
Поддержка друзей			0,42				

Примечание. ¹ в таблице приведены достоверные корреляции, $p < 0,01$.

Выявлено, что оценка собственного психического состояния, настроения и эмоции зависят от состояния здоровья ($r = 0,61$), способности концентрировать внимание ($r = 0,64$), чувства безопасности ($r = 0,55$), работоспособности ($r = 0,63$), удовлетворенности личными отношениями ($r = 0,47$) и энергичности ($r = 0,45$). Субъективная оценка состояния здоровья и эмоциональное состояние респондентов коррелирует с качеством сна ($r = 0,56$, $r = 0,41$, соответственно), а показатель "Жизнеспособность" коррелирует с личными отношениями ($r = 0,51$). Работоспособность курсантов коррелирует практически со всеми компонентами качества жизни, коэффициенты корреляции находятся в пределах 0,44–0,63.

Выводы. Для курсантов характерны высокие показатели физической компоненты качества жизни. Низкими являются показатели, которые характеризуют общее состояние здоровья, психическое состояние и жизненный тонус респондентов. Между компонентами качества жизни и факторами, которые обуславливают ухудшение физического и психического состояний (личные отношения, поддержка друзей, качество сна) выявлены многочисленные статистически достоверные корреляции.