

Жданова О.В.<sup>1</sup>, Качур О.Ю.<sup>2</sup>**Зміни здоров'я під час навчання  
у вищих закладах освіти:  
за самооцінкою студентів**<sup>1</sup>Ужгородський національний університет,  
м. Ужгород, Україна<sup>2</sup>ПВНЗ «Київський медичний університет»,  
м. Київ, УкраїнаZhdanova O.V.<sup>1</sup>, Kachur O.Yu.<sup>2</sup>**Changes in health while studying  
in higher educational institutions:  
according to students' self-assessment**<sup>1</sup>Uzhhorod National University,  
Uzhhorod, Ukraine<sup>2</sup>PNEI "Kyiv Medical University",  
Kyiv, Ukraine[zhdanova\\_o@ukr.net](mailto:zhdanova_o@ukr.net), [alexandr.kachur2013@icloud.com](mailto:alexandr.kachur2013@icloud.com)**Вступ**

Стан здоров'я студентів вищих закладів освіти був і залишається предметом пильної уваги дослідників [1–4].

Дослідники вказують, що велика частка студентів має хронічні захворювання [5; 6]. Погіршення здоров'я студентів за період навчання у виші здебільшого пов'язане з несприятливою дією соціально-гігієнічних чинників середовища навчання і спадковою генетичною схильністю. Відомо, що під час вступу до вишу у більшості студентів відбувається зміна звичних життєвих стереотипів: місця та умов проживання, режиму й якості харчування тощо [7; 8].

Аналізуючи стан проблеми здоров'я студентів, видно, що профілактичний напрям системи охорони здоров'я значною мірою втрачено, у тому числі втрачено систему формування здорового способу життя [9; 10].

Актуальність проблеми полягає у тому, що соматичне здоров'я студентів із кожним роком стає гіршим [11].

**Мета дослідження** – дослідити зміни здоров'я студентів під час навчання у вищих закладах освіти.

**Об'єкт і методи дослідження**

**Матеріали:** результати опитування 408 студентів п'ятого курсу. **Методи:** бібліосемантичний, соціологічний, статистичний, структурно-логічного аналізу. Соціологічне дослідження проведено за спеціально розробленою анкетною. Під час дослідження збережено конфіденційність інформації про респондентів. Участь у дослідженні була добровільною. Активність респондентів становила 81,6% (було роздано 500 анкет). Дані про опитаних студентів-респондентів наведено в табл. 1.

**Результати дослідження та їх обговорення**

На першому етапі дослідження було досліджено та проаналізовано самооцінку студентами способу життя під час навчання у вищому закладі освіти. Отримані в ході дослідження та статистично опрацьовані результати наведено в табл. 2.

Аналіз наведених у табл. 2 результатів дослідження вказує на те, що в період навчання у вищому закладі освіти здебільшого студенти не ведуть спосіб життя, який сприяє збереженню та зміцненню особистого здоров'я. При цьому узагальнені результати дослідження вказують на більш нездоровий спосіб життя студентів факультетів немедициного профілю.

Додатково було досліджено рівень інформованості студентів про основи здорового способу життя. За результатами дослідження встановлено, що всі опитані студенти медичних факультетів знають основи здорового способу життя, а з опитаних студентів факультетів немедициного профілю мають інформацію про здоровий спосіб життя лише 20,0%.

Наступним кроком дослідження було встановлення рівня змін у стані здоров'я студентів. Отримані результати наведено в табл. 3.

За результатами аналізу наведених у табл. 3 результатів дослідження видно, що за період навчання стан здоров'я у 15,3% студентів медичних факультетів та у 29,4% студентів факультетів немедициного профілю не змінився, у 8,8% та 15,7% студентів відповідно воно покращилося та у 65,1% і 44,9% студентів відповідно стан здоров'я погіршився. Решта опитаних студентів у своєму рішенні не визначилися.

Далі, відповідно до поставленої мети, вивчалося питання самооцінки студентами зміни стану здоров'я під час навчання у вищих закладах освіти за класами хвороб. У табл. 4 наведено результати дослідження серед студентів медичних факультетів,

Таблиця 1

**Характеристика респондентів**

Показник	Медичні факультети		Факультети немедичного профілю	
	абс	%	абс	%
Стать				
Чоловіча	139	59,3	97	60,6
Жіноча	109	40,7	63	39,4
Місце проживання під час навчання				
Удома	54	21,8	74	46,3
Гуртожиток	168	67,7	78	48,7
Орендована квартира	19	7,7	5	3,1
Інше	7	2,8	3	1,9
Економічний стан під час навчання				
Повний достаток	33	13,3	47	29,4
Достає на необхідне	194	78,2	94	58,7
Недостає ресурсів	21	8,5	19	11,9
За час навчання				
Працює	105	43,1	62	38,8
Тільки навчається	143	56,9	98	61,2
Загальна кількість респондентів				
Разом	248		160	

Таблиця 2

**Спосіб життя під час навчання**

Показник	Медичні факультети		Факультети немедичного профілю	
	абс.	%	абс.	%
Достатнє фізичне навантаження	79	31,9	37	23,1
Зайняття у спортивних секціях	52	20,9	49	30,6
Щоденна робота більше 4-х годин на добу за комп'ютером	231	93,1	121	75,6
Сон менше 8 годин на добу	222	89,5	132	82,5
Регулярне харчування	116	46,8	97	60,6
Якісне харчування	87	35,1	75	46,9
Тютюнопаління	161	64,9	107	66,9
Уживання алкоголю більше 4-х разів на місяць	119	47,9	105	65,6
Постійне фізичне перенавантаження	34	13,7	32	20,0
Постійне емоційне (психологічне) перенавантаження	89	35,9	95	59,4
Постійне дотримання правил особистої гігієни	221	89,1	130	81,3
Щоденне чищення зубів	212	85,9	132	82,5
Постійне дотримання профілактичних заходів під час пандемії COVID-19	139	56,0	97	60,6

Таблиця 3

**Загальна оцінка зміни стану здоров'я за період навчання**

Показник	Медичні факультети		Факультети немедичного профілю	
	абс.	%	абс.	%
Не змінився	38	15,3	47	29,4
Покращився	15	6,0	18	11,3
Значно покращився	7	2,8	7	4,4
Погіршився	132	53,4	63	39,3
Значно погіршився	29	11,7	9	5,6
В оцінці не визначився	27	10,8	16	10,0

а в табл. 5 – результати дослідження серед студентів немедичних факультетів.

Аналіз наведених у табл. 4 результатів дослідження вказує на погіршення за період навчання

стану здоров'я студентів медичних факультетів. За період навчання найбільший рівень погіршення здоров'я студентами відзначено за такими класами хвороб: хвороби кістково-м'язової системи і сполучної

тканини – на 29,4%, хвороби органів травлення – на 29,1%, хвороби органів дихання – на 20,0%, хвороби ендокринних систем, розлади харчування і порушення обміну речовин – на 5,3%.

Аналіз наведених у табл. 5 результатів дослідження вказує на погіршення за період навчання стану здоров'я студентів немедичних факультетів. За період навчання найбільший рівень погіршення здоров'я студентами відзначено за такими класами хвороб: хвороби

органів травлення – на 25,6%, хвороби кістково-м'язової системи і сполучної тканини – на 23,7%, хвороби органів дихання – на 10,0%, хвороби ока та його апарату – на 17,5%.

За період навчання народжували студентки обох груп дослідження.

Наступним кроком дослідження стало вивчення способу лікування студентами при погіршенні стану здоров'я. Результати наведено в табл. 6.

Таблиця 4

**Зміни стану здоров'я під час навчання у вищих закладах освіти за класами хвороб:  
за самооцінкою студентів медичних факультетів**

Клас хвороб	Під час поступлення на навчання		Під час навчання на п'ятому курсі	
	абс	%	абс	%
Клас I. Деякі інфекційні та паразитарні хвороби	11	4,4	19	7,7
Клас II. Новоутворення	3	1,2	5	2,0
Клас III. Хвороби крові, кровотворних органів і окремі порушення, які включають імунний механізм	9	3,6	13	5,2
Клас IV. Хвороби ендокринних систем, розлади харчування і порушення обміну речовин	12	4,8	25	10,1
Клас V. Психічні розлади і порушення поведінки	4	1,6	6	2,4
Клас VI. Хвороби нервової системи	24	9,7	39	15,7
Клас VII. Хвороби ока та його апарату	79	31,8	102	41,1
Клас IX. Хвороби системи кровообігу	63	25,4	73	29,4
Клас X. Хвороби органів дихання	92	37,0	142	57,3
Клас XI. Хвороби органів травлення	102	41,1	174	70,2
Клас XII. Хвороби шкіри та підшкірної клітковини	39	15,7	43	17,3
Клас XIII. Хвороби кістково-м'язової системи і сполучної тканини	84	33,9	157	63,3
Клас XIV. Хвороби сечостатевої системи	11	4,4	23	9,3
Клас XV. Вагітність, пологи та післяпологовий період	-	-	29	11,7
Клас XVII. Вроджені аномалії, деформації та хромосомні порушення	27	10,9	27	10,9

Таблиця 5

**Зміни стану здоров'я під час навчання у вищих закладах освіти за класами хвороб:  
за самооцінкою студентів немедичних факультетів**

Клас хвороб	Під час поступлення на навчання		Під час навчання на п'ятому курсі	
	абс	%	абс	%
Клас I. Деякі інфекційні та паразитарні хвороби	21	13,1	39	24,4
Клас II. Новоутворення	-	-	2	1,3
Клас III. Хвороби крові, кровотворних органів і окремі порушення, які включають імунний механізм	9	5,6	11	6,9
Клас IV. Хвороби ендокринних систем, розлади харчування і порушення обміну речовин	21	13,1	29	18,1
Клас V. Психічні розлади і порушення поведінки	6	3,8	8	5,0
Клас VI. Хвороби нервової системи	28	17,5	39	24,4
Клас VII. Хвороби ока та його апарату	41	25,6	69	43,1
Клас IX. Хвороби системи кровообігу	18	11,3	27	16,9
Клас X. Хвороби органів дихання	26	16,3	42	26,3
Клас XI. Хвороби органів травлення	31	19,4	72	45,0
Клас XII. Хвороби шкіри та підшкірної клітковини	15	9,4	19	11,9
Клас XIII. Хвороби кістково-м'язової системи і сполучної тканини	31	19,4	69	43,1
Клас XIV. Хвороби сечостатевої системи	8	5,0	13	8,1
Клас XV. Вагітність, пологи та післяпологовий період	-	-	17	10,6
Клас XVII. Вроджені аномалії, деформації та хромосомні порушення	12	7,5	12	7,5

Спосіб лікування під час погіршення стану здоров'я

Показник	Медицинські факультети (n-152)		Факультети немедицинського профілю (n-72)	
	абс.	%	абс.	%
Не звертався	48	31,6	27	37,5
Звертався до сімейного лікаря	41	27,0	26	36,1
Звертався до лікаря в поліклініку	37	24,3	29	40,3
Звертався до служби екстреної медичної допомоги	9	5,9	7	9,7
Проходив стаціонарне лікування	29	19,1	19	26,4
Не звертався і не лікувався	7	4,6	5	6,9
Не звертався, але ліки приймав за порадою друзів	8	5,3	7	9,7
Не звертався, але ліки приймав за порадою родичів	5	3,3	4	5,6
Не звертався, але ліки приймав за порадою, яку знайшов в Інтернеті	7	4,6	9	12,5
Не звертався, але ліки приймав, базуючись на своїх знаннях	21	13,8	2	2,8
Щорічне відвідування лікаря-стоматолога з профілактичною метою	31	12,5	29	18,1
Щорічне відвідування сімейного лікаря з профілактичною метою	7	2,8	10	6,3

За результатами дослідження встановлено, що при погіршенні стану здоров'я порядку 30% опитаних студентів за медичною допомогою не звертаються, а займаються самолікуванням. При погіршенні стану здоров'я найбільш часто студенти звертаються до сімейних лікарів та до лікарів – спеціалістів поліклінік. При цьому необхідно відзначити надзвичайно низький рівень звернення студентів до закладів охорони здоров'я з профілактичною метою.

**Перспективи подальших досліджень** пов'язані з формуванням у студентів відповідального ставлення до особистого здоров'я.

**Висновки**

Результати проведеного дослідження вказують на погіршення здоров'я студентів під час навчання у вищих закладах освіти. При цьому більшість студентів у період навчання не веде здоровий спосіб життя, а при погіршенні здоров'я не звертається за медичною допомогою. Отримані результати дослідження вказують на необхідність мотивації студентів до збереження і зміцнення здоров'я та створення для цього на рівні вищих закладів освіти відповідних умов.

**Література**

1. Авдєєнко І. Розвиток культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2016. 20 с.
2. Благій О, Захаріна Є. Аналіз захворюваності студентів гуманітарних ВНЗ. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2006;4:8–12.
3. Товкун ЛП, Царьова МП. Оцінка рівня соматичного здоров'я студентів Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. *Молодий вчений*. 2017;9.1(49.1):167–170.
4. Житомирський Л. Поліпшення здоров'я студентів у закладах вищої освіти в сучасних умовах. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*. 2021;56:113–119.
5. Башанець НА. Стан захворюваності сучасної студентської молоді та шляхи його поліпшення. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011;7:6–10.
6. Грибан ГП, Кутек ТБ. Аналіз стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2004;7:130–132.
7. Долженко ЛП. Захворюваність і рухова активність студентів із різними рівнями соматичного здоров'я. *Теорія та методика фізичного виховання і спорту*. 2004;1:21–24.
8. Марків О. Якість сучасного стану соціально-психологічного здоров'я студентської молоді. *Вища освіта України*. 2010;1:90–95.
9. Орґєєва СВ. Педагогічні умови формування готовності студентів – майбутніх авіадиспетчерів до особистого здоров'язбереження у професійній діяльності. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2016;1(8):95–100.
10. Баєва Т. Формування здорового способу життя в особистісно-орієнтованому виховному процесі життя. *Соціально-педагогічні проблеми сучасної середньої та вищої освіти в Україні*. 2002:172–173.

11. Ждан ВМ, Слабкий ГО, Жданова ОВ. Самооцінка студентською молоддю стану особистого здоров'я та характеристика їх звернень за медичною допомогою. *Світ медицини і біології*. 2019;4(70):71–75.

### References

1. Avdeenko I. Development of students' health culture in the educational environment of higher educational institution: author's abstract of the dissertation for the degree of Candidate of Pedagogical Sciences: 13.00.04. Kharkiv, 2016. 20 p.
2. Blahiy O, Zakharina Ye. Analysis of morbidity among students of humanitarian higher education institutions. *Theory and Methods of Physical Education and Sport*. 2006;4:8–12.
3. Tovkun LP, Tsarova MP. Assessment of the level of somatic health of students of Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda. *Young Scientist*. 2017;9.1(49.1):167–170.
4. Zhytomyrskyi L. Improvement of students' health in higher education institutions under modern conditions. *Scientific Bulletin of Izmail State Humanitarian University*. 2021;56:113–119.
5. Bashanets NA. The state of morbidity in modern student youth and ways to improve it. *Pedagogy, Psychology and Medical-Biological Problems of Physical Education and Sports*. 2011;7:6–10.
6. Gryban GP, Kutek TB. Analysis of the health status of students in higher educational institutions. *Sports Bulletin of Prydniprovia – scientific-theoretical journal of Dnipropetrovsk State Institute of Physical Culture and Sports*. 2004;7:130–132.
7. Dolzhenko LP. Morbidity and physical activity of students with different levels of somatic health. *Theory and Methods of Physical Education and Sport*. 2004;1:21–24.
8. Markiv O. Qualities of the current state of socio-psychological health of students. *Higher Education in Ukraine*. 2010;1:90–95.
9. Orheieva SV. Pedagogical conditions for the formation of readiness of future air traffic controllers for personal health preservation in professional activity. *Bulletin of the National Aviation University. Series: Pedagogy. Psychology.: collection of scientific works*. 2016;1(8):95–100.
10. Bayeva T. Formation of a healthy lifestyle in the personality-oriented educational process of life. *Social and Pedagogical Problems of Modern Secondary and Higher Education in Ukraine*. 2002: 172–173.
11. Zhdan VM, Slabkyi HO, Zhdanova OV. Self-assessment by students of the state of personal health and characteristics of their requests for medical assistance. *World of Medicine and Biology*. 2019;4(70):71–75.

**Мета** – дослідити зміни здоров'я студентів під час навчання у вищих закладах освіти.

**Матеріали та методи.** Матеріали: результати опитування 408 студентів. Методи: бібліосемантичний, соціологічний, статистичний, структурно-логічного аналізу.

**Результати.** Результати проведеного дослідження вказують на погіршення здоров'я студентів під час навчання у вищих закладах освіти. При цьому більшість студентів у період навчання не веде здоровий спосіб життя, а при погіршенні здоров'я не звертається за медичною допомогою.

**Висновки.** Отримані результати дослідження вказують на необхідність мотивації студентів до збереження і зміцнення здоров'я та створення для цього на рівні вищих закладів освіти відповідних умов.

**Ключові слова:** студенти, здоров'я, динаміка, самооцінка.

**Goal of research** is to study the changes in the students' state of health during studying in higher educational institutions.

**Materials and methods.** Materials: the results of a survey of 408 students. Methods: bibliosemantic, sociological, statistical, of structural-and-logical analysis.

**Results.** The results of the study indicate a deterioration in the students' state of health while studying in higher educational institutions. At the same time, most students do not wage a healthy lifestyle during their studies, and when their health deteriorates, they do not seek for medical help.

**Conclusions.** The results of the study indicate the need to motivate students to preserve and strengthening health and to create appropriate conditions for this at the level of higher educational institutions.

**Key words:** students, health, dynamics, self-assessment.

**Конфлікт інтересів:** відсутній.

**Conflict of interest:** absent.

### Відомості про авторів

**Жданова Оксана В'ячеславівна** – аспірант Ужгородського національного університету; пл. Народна, 3, м. Ужгород, Україна, 88000.

zhdanova\_o@ukr.net, ORCID ID 0000-0002-4229-4604

**Качур Олександр Юрійович** – доктор медичних наук, професор кафедри громадського здоров'я та мікробіології ПВНЗ «Київський медичний університет»; вул. Велика Васильківська, 17А, м. Київ, Україна, 01004.

alexandr.kachur2013@icloud.com, ORCID ID 0000-0002-1650-4532