

ИССЛЕДОВАНИЕ И АНАЛИЗ МНЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СООБЩЕСТВА ОБ ИЗМЕНЕНИЯХ ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

RESEARCH AND ANALYSIS OF THE OPINION OF THE PROFESSIONAL MEDICAL COMMUNITY ON CHANGES IN YOUTH LIFESTYLE DURING THE CORONAVIRUS PANDEMIC

■ **Тимошилов Владимир Игоревич**
Кандидат медицинских наук

■ **Timoshilov Vladimir Igorevich**
Candidate of Medical Sciences

■ **Бреусов Алексей Васильевич**
Доктор медицинских наук

■ **Breusov Alexey Vasilievich**
Doctor of Medical Sciences

■ **Пашина Ирина Владимировна**
Кандидат медицинских наук

■ **Pashina Irina Vladimirovna**
Candidate of Medical Sciences

■ **Курский государственный медицинский
университет**

■ **Kursk State Medical University**

E-mail: timoshilivvi@kursksmu.net

Резюме

Социальные, политические и психологические факторы пандемии коронавируса оказали значительное влияние на образ жизни молодежи. В научных материалах приводятся противоречивые данные о характере происходящих перемен в каждой из сфер образа жизни с точки зрения здоровьесбережения. Это определило цель исследования – систематизировать мнение профессионального медицинского сообщества об изменениях в образе жизни подростков и молодежи под влиянием пандемии и мер по противодействию ей. Программа исследования основана на обработке результатов опроса 100 врачей и организаторов здравоохранения методами описательной статистики. Результаты показывают, что профессиональное медицинское сообщество указывает на отрицательное воздействие социальных факторов пандемии на физическую активность, соблюдение режима труда и отдыха и психологическое состояние молодежи всех возрастных групп. В более старших возрастных категориях чаще по сравнению с младшими происходят отклонения от безопасного поведения в сферах питания, распорядка дня, половой жизни и вредных привычек – эти проблемы растут с возрастом. Для всех возрастов специалисты наблюдают более ответственное отношение к гигиене. В целом, чем старше человек, тем более выражено негативное влияние факторов пандемии на его образ жизни, и это дает основания прогнозировать рост заболеваемости социально обусловленными заболеваниями в группе 25 – 35 лет.

Ключевые слова: пандемия коронавируса, здоровый образ жизни, молодежь, экспертная оценка.

The social, political and psychological factors of the coronavirus pandemic is a significant impact on the lifestyle of the population. Scientific materials provide conflicting data on the changes in each area of lifestyle of young people in terms of health saving. This determined the purpose of the study - to systematize the opinions of the professional medical community on changes in the lifestyle of young people under the influence of the pandemic and measures to counter it. The research program is based on the processing of the results of a survey of 100 doctors and healthcare organizers using descriptive statistics. The results show that the professional medical community points to the negative impact on physical activity, work and rest regime, and the psychological state of young people of all age groups. In older age categories, deviations from safe behavior in the areas of nutrition, daily routine, sexual activity and bad habits occur more often than in younger ones – these problems increases with age. For all age categories, experts observe a more responsible attitude to hygiene. In general, the older the person, the more pronounced the negative impact of pandemic factors on his lifestyle, and this gives reason to predict an increase in the incidence of socially determined diseases in the age group of 25-35 years.

Key words: coronavirus pandemic, healthy lifestyle, youth, expert evaluation.

Библиографическая ссылка на статью

Тимошилов В.И., Бреусов А.В., Пашина И.В. Исследование и анализ мнения профессионального медицинского сообщества об изменениях образа жизни молодежи в период пандемии коронавируса // Innova. - 2023. - Т. 9 № 3. - С.87-96.

References to the article

Timoshilov V.I., Breusov A.V., Pashina I.V. Research and analysis of the opinion of the professional medical community on changes in youth lifestyle during the coronavirus pandemic // Innova. - 2023. - V. 9 No. 3. - P.87-96.

Официальная позиция Всемирной организации здравоохранения основана на том, что здоровье определяется образом жизни на 50 – 55%, т.е. данная группа факторов выступает определяющей на уровне популяции [1].

Пандемия коронавирусной инфекции на всех уровнях выделяется как беспрецедентное по масштабам и выраженности воздействие на все сферы жизни, и период с 2020 года по настоящее время может быть обозначен как новые медико-социальные условия, формирующиеся под влиянием следующих факторов:

1. Мощная информационная кампания на тему риска заражения, необходимости соблюдения гигиенических норм и вакцинации, рост числа материалов о работе системы здравоохранения в средствах массовой информации; смещение акцентов в информационной политике от формирования здорового образа жизни в целом к теме противодействия коронавирусу [2, 3].

2. Официальные ограничения на очные мероприятия, деятельность ряда учреждений, одностороннее директивное продвижение дистанционных форм обучения и занятости [4].

3. Общее усиление государственного контроля за различными сферами жизнедеятельности.

Данные факторы были максимально выражены на пике пандемии и государственной политики по борьбе с ней в 2020 – 2021 гг., но риск их возвращения по-прежнему остается.

Научные работы, касающиеся влияния пандемии и борьбы с ней на различные составляющие образа жизни человека, довольно многочисленны для столь малого периода существования проблемы, и в них зачастую

излагаются противоположные друг другу выводы. Так, несмотря на большое число публикаций о критическом снижении физической активности населения во время самоизоляции [5, 6], в Крыму получают данные о весьма эффективном поддержании физической формы местной молодежью [7]. Наряду с указаниями об избыточной калорийности домашнего рациона имеются данные о росте приверженности к рациональному питанию [8 - 10]. Заявления о снижении наркопреступности на фоне усиления контроля правопорядка перемежаются данными о трансформации наркобизнеса, развитии новых форм распространения и потребления психоактивных веществ, противоречивыми данными о спросе на алкоголь [11 - 13]. Прямые указания на поляризацию в обществе – распространение противоположных тенденций, мнений и течений – публикуются по вопросам половой жизни [14, 15], медицинской активности и доверия системе здравоохранения [16, 17]. Это послужило основой для выдвижения **гипотезы** о различном влиянии факторов пандемии на разные составляющие образа жизни в зависимости от возраста. **Цель исследования** – систематизировать наблюдения и мнение профессионального медицинского сообщества об изменениях в образе жизни подростков и молодежи разных возрастных групп под влиянием пандемии коронавируса и мер по противодействию его распространению.

Материалы и методы. Разработанная для данного исследования авторская анкета включала вопросы, направленные на решение двух **задач исследования**:

1. отбор специалистов с достаточным профессиональным уровнем и опытом работы до и во время пандемии – блок вопросов, включавший сбор сведений о стаже,

наличии ученой степени, уровне и тематике публикаций и внедрений;

2. сравнительная оценка характера изменений по каждой из сфер – компонентов здорового образа жизни у лиц в возрасте от 14 до 35 лет в период пандемии COVID-19 по сравнению с допандемийным периодом – 10 закрытых вопросов.

В опросе приняли участие 135 врачей и организаторов здравоохранения, из которых были отобраны ответы 100 человек. Отбор велся по следующим критериям: стаж профессиональной деятельности от 3 лет, наличие опыта аналитической работы (публикации и внедрения и/или руководящая должность) и отсутствие в анкете ответов на вопросы, противоречащих друг другу. Полученные данные обработаны методами описательной статистики и представлены графически с использованием функций пакета Microsoft Office и онлайн-калькуляторов medstatistic.ru [18].

На основании действующего законодательства о молодежной политике, предметом оценки для анкетированных специалистов был образ жизни лиц в возрасте от 14 до 35 лет. В соответствии с преобладающим социальным статусом, в оцениваемом контингенте были выделены подгруппы:

– подростки 14 – 17 лет – школьники, находящиеся под наблюдением педиатрической службы;

– 18 – 24 года – преимущественно студенты, совершившие выбор профессии, охваченные работой по формированию здорового образа жизни до введения ограничений на очные мероприятия, в значительной части проживающие отдельно от родителей;

– 25 – 35 лет – окончившие курс профессионального образования, работающие,

создающие или уже создавшие семью, самостоятельные от родителей в вопросах быта и образа жизни.

Результаты и обсуждение. В оценках изменений образа жизни детей – школьников 14 – 17 лет – мнения об ухудшении ситуации преобладали в отношении всех видов двигательной активности – и повседневной, и занятий в спортивных секциях, а также по блокам «режим труда и отдыха» и «психологическое состояние» (рис. 1).

В отношении распорядка дня в целом – в части времени бодрствования и сна, приема пищи, чередования форм активности – преобладающими оказались ответы о незначительности произошедших изменений (51%), но ответов о негативных сдвигах было достоверно больше, чем о позитивных (39% против 10%, $p \leq 0,01$).

Воздержание от раннего вступления в половую жизнь и вредные привычки – сферы, по которым большинство респондентов-специалистов высказались о незначительном влиянии на них пандемии (69% и 77% соответственно), но ответов о положительных тенденциях при этом достоверно больше, чем о негативных.

В отношении рационального питания о положительном характере перемен у школьников в 2020-2021 гг. и об отсутствии значительных изменений высказалось примерно равное число опрошенных врачей – 49% и 47% соответственно ($p > 0,05$), тогда как ухудшение в этой сфере прогнозируют всего 4%.

Наконец, единственной составляющей образа жизни с преобладанием мнений о положительном эффекте оказалась личная гигиена и поддержание санитарного состояния в быту: об улучшениях в этом у школьников заявили 55% опрошенных.

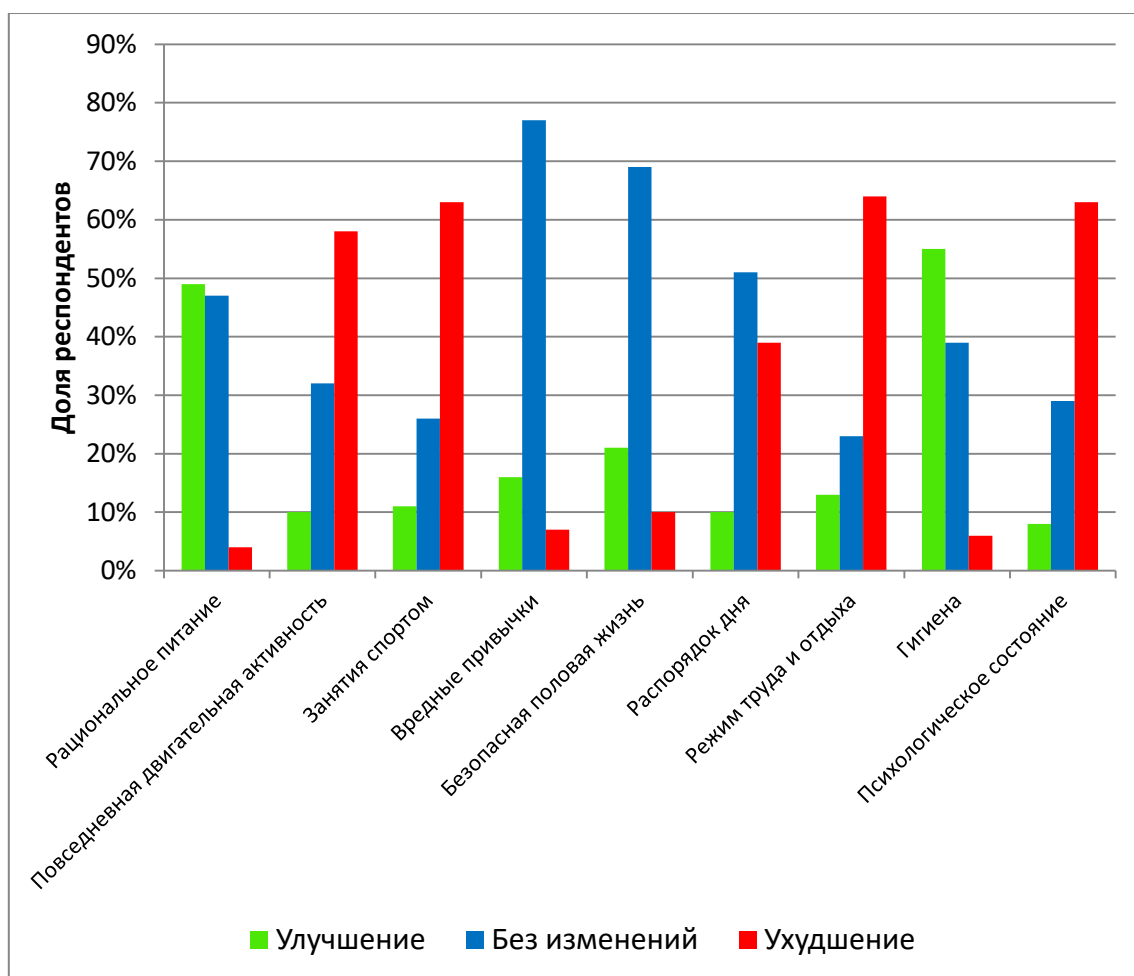


Рисунок 1. Оценка изменений в каждой из сфер – компонентов здорового образа жизни у подростков 14 – 17 лет (школьники) в период пандемии коронавируса

В отношении более старшей возрастной категории – 18 – 24 лет, что соответствует студенчеству – негативные оценки оказались преобладающими по психологическому состоянию (67%), распорядку дня (59%) и режиму труда и отдыха (63%), организованному спорту (68%) и двигательной активности (65%).

Перевес в пользу ответов об отрицательных изменениях над мнениями о

позитивных переменах ($p \leq 0,05$) установлен для вредных привычек, половой жизни и питания. При этом преобладающими для этих сфер стали ответы о малозначимых изменениях.

В отношении личной гигиены и гигиены жилища у студентов отмечен явный перевес в пользу прогноза позитивных изменений – такие ответы дали 55% опрошенных специалистов, а об ухудшении при этом заявили всего 3%.

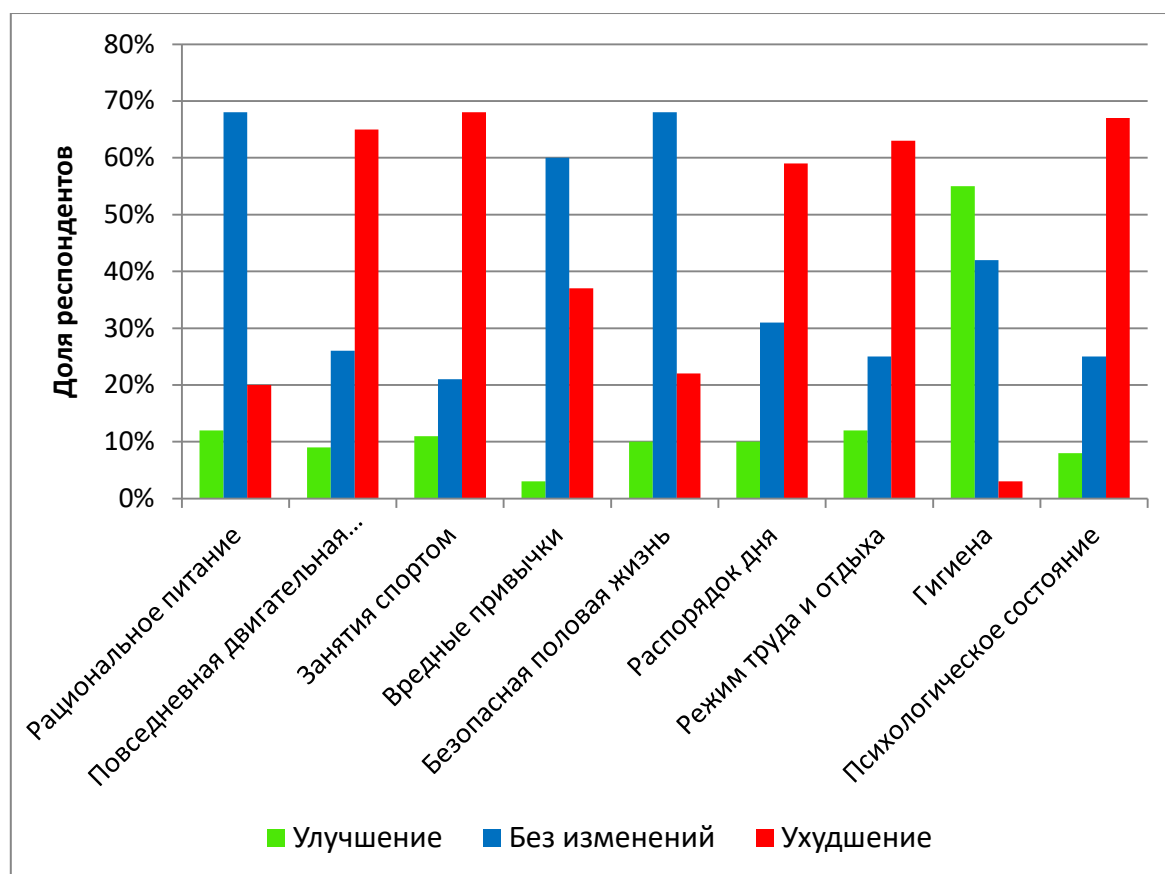


Рисунок 2. Оценка изменений в каждой из сфер - компонентов здорового образа жизни у молодежи 18 – 24 лет (студенты) в период пандемии коронавируса

В отношении работающей молодежи 25 – 35 лет абсолютный перевес ответов об отрицательных трендах – в отношении спорта и двигательной активности, режима дня, рабочей активности, но к этим сферам добавились и вредные привычки. Для питания частота указания на негативные перемены незначительно превысила распространенность сторонников заключения об отсутствии перемен (42% против 40%, $p > 0,05$).

Относительный перевес негативных оценок – большее их число по сравнению с позитивными ($p \leq 0,05$) на фоне заявлений большинства о незначительности изменений – получила половая жизнь.

Явное преобладание положительных оценок, как и для предыдущих категорий, установлено в отношении санитарии и гигиены.

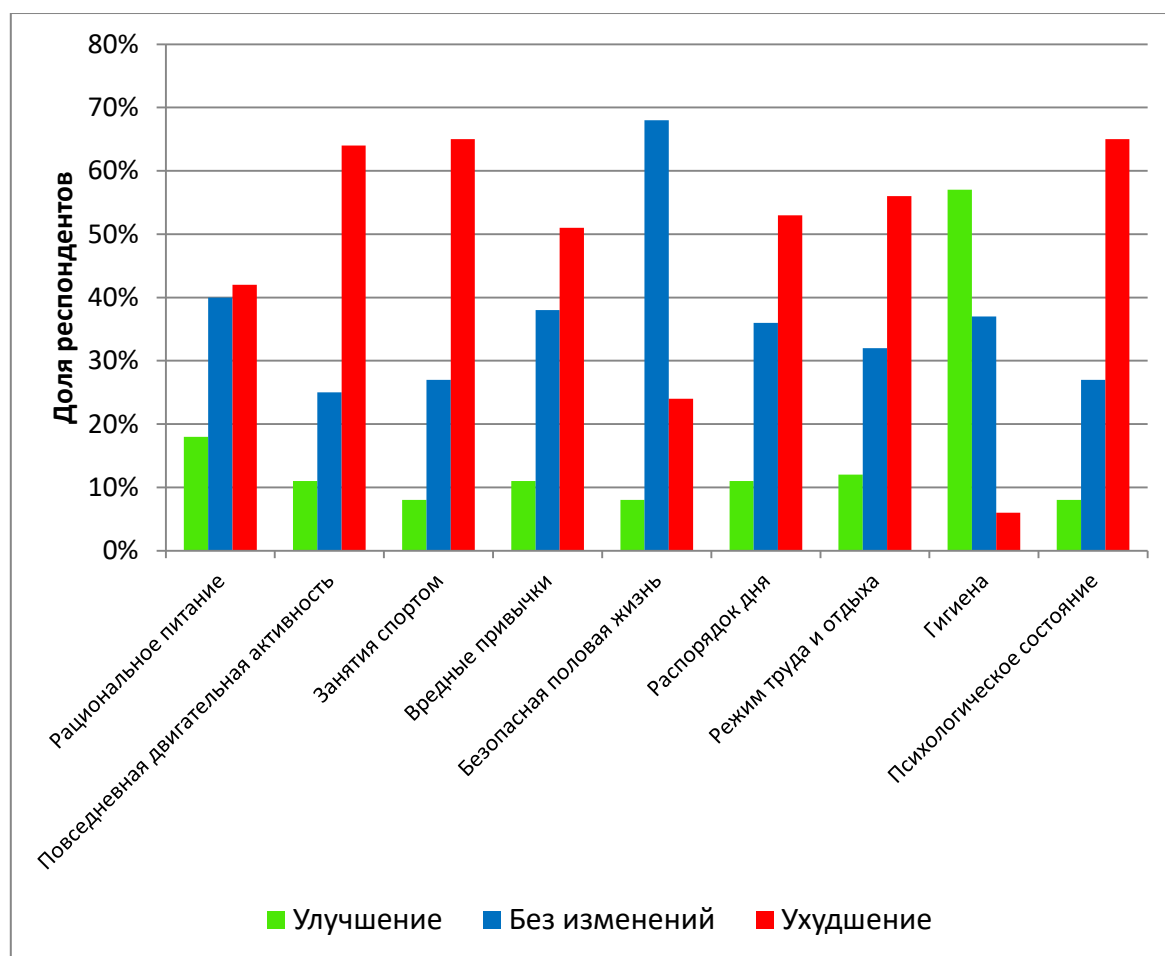


Рисунок 3. Оценка изменений в каждой из сфер – компонентов здорового образа жизни у молодежи 25 – 35 лет в период пандемии коронавируса

В оценке медицинской активности специалистам предлагалось высказать мнение об ослаблении внимания подростков и молодежи к своему здоровью, отсутствию перемен, акцентировании на ковидной тематике или повышении настороженности к своему состоянию в целом. В распределении ответов прослеживается явная закономерность: чем старше оцениваемая категория, тем меньше ответов о том, что их отношение к своему здоровью осталось на допандемийном уровне. Если у школьников отсутствие перемен в отношении к своему здоровью отметили 27%

специалистов, то у студентов – всего 9%, а у работающей молодежи – 5%. При этом у школьников и студентов (молодежи 14 – 25 лет) специалисты выделяют в основном повышенное внимание к симптомам самого коронавируса: позиция о ковидной настороженности высказана 59% врачей в отношении школьников и 66% - о студентах (категории 18 – 24 лет). Для молодежи 25 – 35 лет преобладающим оказалось заключение о повышении внимания к своему здоровью в целом – его выбрали 68% специалистов.

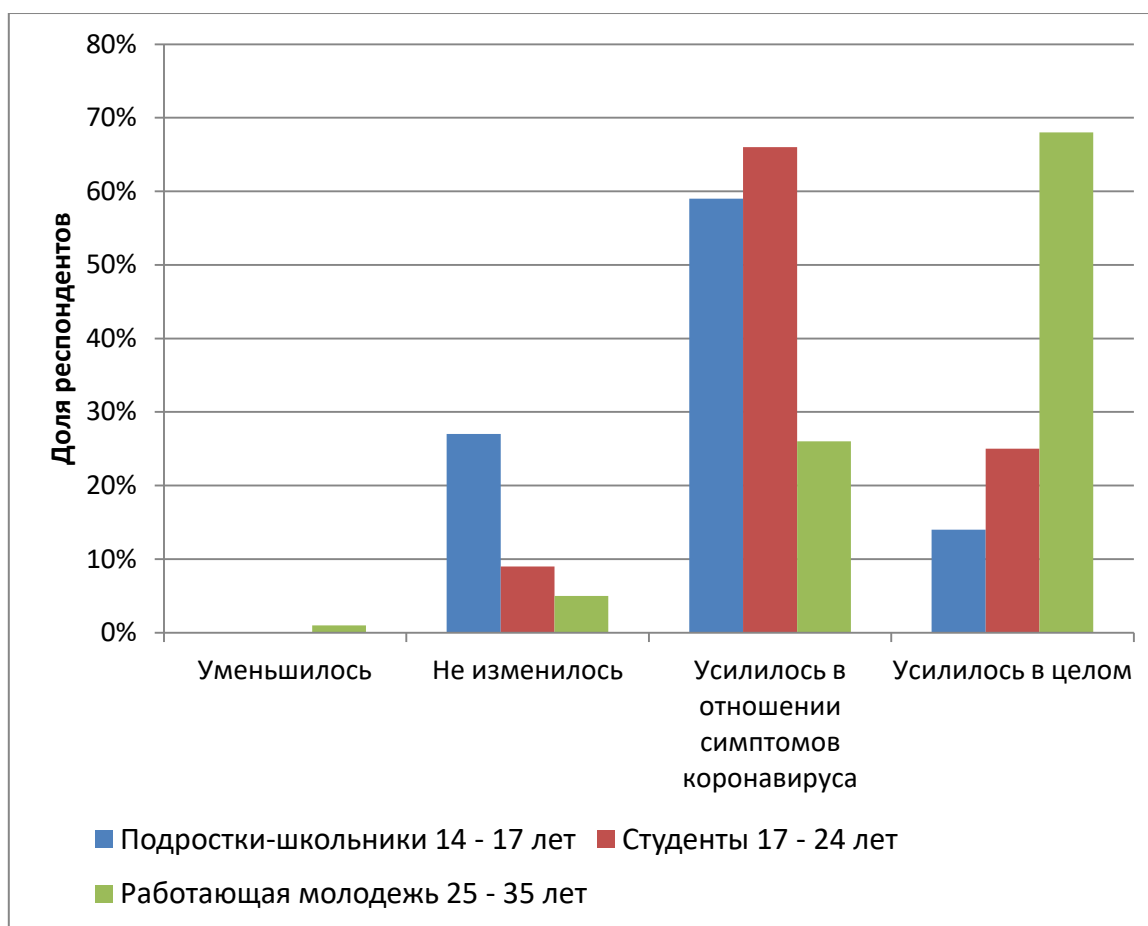


Рисунок 4. Оценка изменения внимания подростков и молодежи к своему здоровью в период пандемии

На основе полученного распределения оценок представляется возможным ввести градацию сфер жизнедеятельности по степени выраженности ожидаемых негативных или позитивных изменений на фоне пандемии:

- выраженные негативные изменения – наибольшая доля ответов об отрицательной тенденции (красная зона);

- вероятные негативные изменения – доля ответов об ухудшении превышает долю ответов об улучшении, но преобладающей является версия о незначительных изменениях, либо между распространенностью мнений об отсутствии изменений и их негативном характере разность незначительна, а ответы о положительных переменах давались достоверно реже (оранжевая зона);

- незначительные изменения – преобладание ответов о незначительных изменениях при статистически не значимых ($p > 0,05$) различиях в распространенности ответов о негативных и позитивных тенденциях (синяя зона);

- вероятные позитивные изменения – доля ответов об улучшении превышает долю ответов об ухудшении, но преобладающей является версия о незначительных изменениях, либо между распространенностью мнений об отсутствии изменений и их положительном характере разность незначительна, а ответы о негативных переменах давались достоверно реже (желтая зона);

- выраженные позитивные изменения – наибольшая доля ответов о положительной тенденции (зеленая зона).

Таблица 1.

Обобщенная оценка характера изменений
по сферам образа жизни молодежи

Сфера образа жизни	Обобщенная оценка		
	14 – 17 лет	18 – 24 года	25 – 35 лет
Питание	Желтый	Оранжевый	Оранжевый
Повседневная двигательная активность	Красный	Красный	Красный
Спорт	Красный	Красный	Красный
Вредные привычки	Желтый	Оранжевый	Красный
Половая жизнь	Желтый	Оранжевый	Оранжевый
Распорядок дня	Оранжевый	Красный	Красный
Режим труда и отдыха	Красный	Красный	Красный
Гигиена	Зеленый	Зеленый	Зеленый
Психологическое состояние	Красный	Красный	Красный

Обобщенный анализ показывает, что положительные перемены во всех возрастных категориях ожидаются только в плане соблюдения санитарно-гигиенических мер: чистота рук, состояние жилища, меры предосторожности при подозрительных контактах и в местах скопления людей.

Проблемой всех групп молодежи специалисты признают неблагоприятные последствия снижения двигательной активности: как бытовой и повседневной, так и сокращения занятий физкультурой и спортом [5, 6]. Данные, противоречащие этому – о сохранении внимания к физической форме – заслуживают оговорок, что получены они были среди представителей специфической категории будущих авиационных специалистов [8], для которых физическая подготовка рассматривается как компонент профессиональной пригодности, либо на небольшой совокупности девушек [7]. Следовательно, преобладающей тенденции эти выводы не отражают, и проблема снижения физической активности для большинства молодежи актуальна.

Та же самая тенденция прослеживается и в отношении соблюдения режима труда и отдыха, который становится менее упорядоченным при дистанционных формах обучения и работы, что соответствует данным, полученным рядом автором в ходе проведенных исследований [4, 6]. Для всех возрастов отмечена выраженная психотравмирующая роль пандемии как угрозы и мер по борьбе с ней, значительно изменяющих привычный уклад жизни [3, 13].

Также выделяется группа сфер, где проблемы нарастают с возрастом: в более старших возрастных группах эти разделы оказались в числе более неблагополучных, чем в младших. Такое отмечено в отношении проблем с периодичностью и составом питания. Если у

школьников влияние пандемии на эту сферу не столь велико и скорее даже позитивно – их режим и рацион питания при нахождении дома лучше контролируется родителями – то у студентов и работающих эта сфера отмечается как достаточно проблемная. То же самое – с вредными привычками и вероятностью опасных половых контактов, соблюдением режима дня: у школьников в большей мере сказывается стабилизирующий фактор родительского контроля, который усилен в обстановке изоляции, а в более старших возрастных категориях отмечается явное усиление факторов риска, и эти риски можно считать нарастающими с возрастом.

В ранее проведенных нами исследованиях выявлено, что распространенность курения среди студентов старших курсов медицинских вузов достоверно выше, чем начальных, т.е. на протяжении обучения увеличивалось число курящих студентов [19]. Это показывает, что даже приобретение студентами естественнонаучных и конкретно медицинских знаний не страхует их от пагубного поведения. Следовательно, и усиленное распространение медицинской профилактической информации во время пандемии противодействовать этому не сможет.

В целом получается, что пандемия и меры борьбы с ней в большей мере сказываются на образе жизни более старших возрастных групп молодежи, и основные риски приходятся на категорию выпускников высших и средних специальных учебных заведений и молодых специалистов 25 – 35 лет. В то же время, в этой категории выделяются и наибольшие предпосылки к росту медицинской активности и осторожности к своему здоровью – именно к состоянию в целом, а не только в отношении возможных симптомов коронавирусной инфекции. В среднесрочной перспективе это

позволяет ожидать одновременно и роста социально обусловленной патологии, и увеличения спроса на медицинские услуги со стороны граждан 25 – 35 лет.

Выводы.

1. Пандемия коронавируса, меры по борьбе с ней и сопутствующие социально-психологические явления привели к появлению неблагоприятных тенденций в образе жизни молодежи всех возрастных категорий, и их последствиями может стать рост распространенности поведенческих факторов риска для здоровья.

2. Профессиональное медицинское сообщество указывает на отрицательное воздействие социальных факторов пандемии на физическую активность, соблюдение режима труда и отдыха и психологическое состояние молодежи всех возрастных групп.

3. Врачи и организаторы здравоохранения отмечают, что в более старших возрастных категориях чаще по сравнению с младшими происходят отклонения от нормального и безопасного поведения в сферах питания, распорядка дня, половой жизни и вредных привычек – выраженность проблем в данных сферах растет с возрастом.

4. Для всех возрастных категорий специалисты наблюдают укрепление гигиенических привычек.

5. По обобщенному мнению медицинского сообщества, чем старше человек, тем более выражено негативное влияние факторов пандемии на его образ жизни, и это дает основания прогнозировать рост заболеваемости социально обусловленными заболеваниями в возрастной группе 25 – 35 лет.

Литература.

1. Категория "Социальное здоровье населения" в общественном здоровье и здравоохранении / А. В. Фомина, А. В. Бреусов, В. А. Чирков, Р. А. Бреусов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Медицина. – 2013. – № 1. – С. 106-111.

2. Калиаждарова, Ш. И. Роль средств массовой информации в период пандемии COVID-19 / Ш. И. Калиаждарова, Г. С. Мырзакулова // Инновации. Наука. Образование. – 2022. – № 51. – С. 2065-2074.

3. Тхостов А. Ш., Рассказова Е.И. Психологическое содержание тревоги и профилактики в ситуации инфодемии: защита от коронавируса или "порочный круг" тревоги? // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 2(108). – С. 70-89. – DOI 10.17759/cpp.2020280204.

4. Шутеева, Т. В. Особенности образовательного процесса в условиях пандемии Covid-19 / Т. В. Шутеева // Коллекция гуманитарных исследований. – 2020. – № 3(24). – С. 40-44. – DOI 10.21626/j-chr/2020-3(24)/6.

5. Демеш, В. П. Влияние пандемии коронавируса на физическую активность людей / В. П. Демеш, С. В. Тагильцева // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2021. – № 3-4(71). – С. 133-136.

6. Влияние дистанционного формата обучения на физическую активность и образ жизни школьников в период пандемии / И. И. Орлова, Г. Н. Бортникова, Л. А. Гольм [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 3(205). – С. 337-342. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.3.p337-342.

7. Короткевич, Е. Ю. Динамика показателей физического развития и уровня физической подготовленности девушек 1,2,3 курса обучения Севастопольского экономико-гуманитарного института в период дистанционного обучения / Е. Ю. Короткевич, Д. В. Щекин // Вопросы педагогики. – 2022. – № 4-1. – С. 121-125.

8. Конеева, Е. В. Студенты Московского авиационного института на самоизоляции в период коронавируса 2020 года - отношение к себе, здоровому образу жизни и физической культуре / Е. В. Конеева, Т. Г. Львова // Человеческий капитал. – 2020. – № 8(140). – С. 188-199. – DOI 10.25629/HC.2020.08.18.

9. Рыжкова, А. Е. Отношение студентов педагогического вуза к поддержанию основ здорового образа жизни в период пандемии коронавируса в условиях вынужденной самоизоляции / А. Е. Рыжкова // Матрица научного познания. – 2020. – № 11-2. – С. 23-28.

10. Кремнева, В. Н. Здоровое питание в жизнедеятельности современного педагога в условиях пандемии / В. Н. Кремнева, Л. А. Неповинных // Вопросы педагогики. – 2021. – № 1-2. – С. 151-154. – EDN GPCUWY.

11. Ермакина Н.А. О влиянии пандемии COVID-19 на развитие наркоситуации в мире. // Противодействие наркоугрозе на современном этапе: правовой и социально-гуманитарный аспекты: Материалы Международного научно-практического семинара. - Красноярск, 2021. – С. 96-99.

12. Немцов А.В., Гридин Р.В. Потребление алкоголя во время эпидемии коронавируса в России. // Общественное здоровье. 2021, 1(2):7–11. DOI: 10.21045/2782-1676-2021-1-2-28-49

13. COVID-19 and the Drug Supply

Chain: From Production and Trafficking to Use // United Nations Office on Drugs and Crime. – Vienna, 2020.

14. Ягубов М.И., Кан И.Ю. Особенности сексуального поведения в период пандемии COVID-19 (2020-2021) // Социальная и клиническая психиатрия. 2021. Т. 31. № 2. С. 94-97.

15. Ibarra F.P., Mehrad M., Di Mauro M., Godoy M.F.P., Cruz E.G., Nilforoushzadeh Mohammad Ali, Russo G.I. Impact of the COVID-19 pandemic on the sexual behavior of the population. The vision of the east and the west // Int. Braz. J. Urol. 2020. Vol.46. Supl.1. P.1677–5538.

16. Горошко, Н. В. Проблема медицинской активности населения России в эпоху COVID-19 / Н. В. Горошко, Е. К. Емельянова, С. В. Пацала // Социальные аспекты здоровья населения. – 2022. – Т. 68. – №

3. – С. 15. – DOI 10.21045/2071-5021-2022-68-3-15.

17. Журавлев А.Л., Китова Д.А. Отношение жителей России к информации о пандемии коронавируса (на примере пользователей поисковых систем Интернета) // Психологический журнал. – 2020. – Т. 41, № 4. – с. 5–18

18. Программы и методики комплексных социально-гигиенических исследований / А. М. Абанин, А. М. Азовская, Р. Г. Аксельфельд [и др.]. – Москва-Иваново: Издательство МИК, 2011. – 324 с. – ISBN 978-5-89222-123-8.

19. Пашина, И. В. Сравнительный анализ распространенность курения среди студентов младших и старших курсов / И. В. Пашина, В. В. Рындина // Электронный сборник научных трудов "Здоровье и образование в XXI веке". – 2010. – Т. 12. – № 4. – С. 231-232.