

РОЛЬ СЕМЕЙНОГО ВРАЧА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Кулиев О.А.
Умаров Б.А.
Камилова Д.Н.
Рузиева С.Ю.

Ташкентский государственный стоматологический институт


В концепции развития системы здравоохранения Республики Узбекистан на 2019 — 2025 годы особое внимание уделено повышению качества и доступности медицинской помощи, поддержке здорового образа жизни, профилактике и борьбе с инфекционными и неинфекционными заболеваниями. Указано на необходимость раннего выявления факторов риска развития неинфекционных заболеваний путем внедрения диспансеризации и скрининг-исследований среди пациентов группы риска в учреждениях первичной медико-санитарной помощи, эффективных моделей патронажа и широкой пропаганды здорового образа жизни и правильного питания, воспитание граждан в духе ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих, а также повышение их культуры и медицинской грамотности.

Здоровье — состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Различают следующие градации здоровья - физическое, психологическое, социальное, духовное, индивидуальное, общественное и др. Всем известно, что состояние здоровья населения является основным критерием благополучия того или иного общества. Во всех странах мира здоровье нации признается важнейшей социальной ценностью, дающей оценку уровню развития государства.

На здоровье населения влияют различные здоровьесберегающие и разрушающие факторы, и их приблизительное соотношение определены экспертами ВОЗ: условия и образ жизни (50-55%), генетические (15-20%), состояние окружающей среды (20-25%), уровень оказания медицинской помощи (10-15%).

Проведение мероприятий по формированию здорового образа жизни среди обслуживаемого контингента обязательный раздел деятельности каждого медицинского работника и в первую очередь семейного врача. Это






естественно, поскольку роль поведенческого фактора велика в предупреждении заболеваний, в раннем обращении за медицинской помощью. Этот фактор влияет на сроки выздоровления, эффективность лечения, восстановление трудоспособности и на предупреждение обострений заболеваний.

Образ жизни – это определенный исторически обусловленный тип жизнедеятельности человека в материальной и духовной сферах. Здоровый образ жизни это жизнедеятельность человека, направленная на укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей путем определения правильного соотношения между умственной и физической нагрузкой, рационального питания, занятий физкультурой и спортом, гармоничных взаимоотношений между людьми, соблюдение личной гигиены, и охрану окружающей среды, негативное отношения к вредным привычкам. Особое внимание необходимо обратить на то, что ФЗОЖ среди населения должно проводиться дифференцированно среди здоровых, лиц с повышенным риском возникновения заболевания и больных (острыми и хроническими заболеваниями).

Фактор «условия и образа жизни» содействует укреплению здоровья, в частности, в случае реализации эффективной политики формирования здорового образа жизни. Стратегическим приоритетом наряду с другими показателями является также повышение уровня физической активности населения.

Необходимо отметить, что в последние годы отмечается положительная динамика одного из основных показателей состояния здоровья населения – заболеваемости. Отсутствие в целом роста заболеваемости населения в последние несколько лет можно рассматривать как положительное явление, развитию которого благоприятствуют меры, определенные эффективной государственной политикой. Вместе все еще не налажена эффективная система координации профилактических мероприятий по охране здоровья населения, что не позволяет применять согласованные меры по ведению здорового образа жизни, поддержанию здорового питания и физической активности граждан. Остается низким уровень медицинской, санитарно-гигиенической культуры населения, в результате чего основное внимание уделяется лечению заболеваний, а не их профилактике. Следовательно, формирование и широкое распространение инициатив по созданию здоровой среды и проведений мероприятий со стороны государственных органов власти всех уровней управления, ответственных за сохранение здоровья





граждан государства в пользу здорового образа жизни приведет к дальнейшему улучшению показателей здоровья населения.

Цель данного исследования: Изучить мнения населения г.Ташкента по вопросам проведения семейными врачами работы по формированию здорового образа жизни.

Методы исследования: Анкетирование 250 жителей старше 20 лет Яккасарайского района г.Ташкента. Анкетирование было анонимным, респондентам которые были отобраны случайным методом были розданы анкеты с вопросами о состоянии здоровья, диагнозе, кратности и цели посещения врача, диспансерном наблюдении, мнении о качестве ПЗОЖ и т.д.

Результаты исследования: Среди опрошенных 25,5% составили лица в возрасте от 20 до 30 лет, почти половина (48,5%) были в возрасте от 31 до 50 лет и лица в возрасте старше 51 года составили 26%. Треть опрошенных отметили у себя 33,4% хотя бы одно хроническое заболевание, 40% считают себя практически здоровыми, а 26,6% здоровыми. 58,6 % всех опрошенных, посещают врачей только с лечебно – диагностической целью и 21,4 % стараются посещать врачей с профилактической целью, 20% даже при ухудшении состояния здоровья не обращаются к врачам в поликлиники, а при необходимости вызывают скорую помощь. Это говорит о низкой медицинской активности населения. Необходимо обратить внимание, что процент профилактических посещений в старшей возрастной группе был в 1,3 раза выше, чем в возрасте до 30 лет. На вопрос о том, занимаются ли они самолечением, утвердительно ответили 42% опрошенных, 34% иногда прибегают к самолечению, принимают лекарства только по назначению врача всего лишь 14%. Во всех возрастных группах поликлинику чаще посещают женщины (60,7%), по сравнению с мужчинами. Рекомендации и советы врачей пациентами выполняются полностью в 45,3% случаев, частично в 34,5% и не выполняются в 20,2%. Почти 1/3 опрошенных состоят под диспансерным наблюдением по различным поводам. Однако, 24,5% из них не удовлетворены качеством диспансеризации, 16% затруднились ответить. Отрадно отметить, что более половины респондентов удовлетворены работой своего врача и 76% из них указали на проведение регулярных бесед о профилактике, диете, правилах поведения. Тем не менее, ¼ часть отметили, что эта работа проводилась врачом эпизодически. 65% опрошенных в полном объеме соблюдают правила личной гигиены, о правилах рационального питания осведомлены 77,3%, однако придерживаются его только 25,6% опрошенных. Всего лишь 1/3 часть




респондентов занимаются спортом и физкультурой, из них 60% регулярно. Однако, 55% опрошенных основой своего домашнего отдыха считают просмотр телепередач и чтение прессы, 12% общаются с друзьями. 35,6 % респондентов не удовлетворены качеством и регулярностью проведения работы по формированию здорового образа жизни, а 30% воздержались от ответа. **Выводы:** Проведенный нами анализ практического осуществления работы по ФЗОЖ среди населения показывает, что часто к ее проведению врачи подходят формально, особенно в группе здоровых и практически здоровых лиц.


ЛИТЕРАТУРА:

1. Abduganieva, S. K., Nurmatova, F. B., & Khodjaev, D. Z. (2022). INTER-SUBJECT INTEGRATION ON THE EXAMPLE OF BIOPHYSICS AND INFORMATION TECHNOLOGIES IN MEDICINE. *Oriental Journal of Medicine and Pharmacology*, 2(05), 26-31.
2. Azizov, V. A., Kuliev, O. A., Isaev, I. M., & Alikhanova, Z. E. (2002). Fungal myocarditis in deep visceral candidiasis. *Kardiologiya*, 42(12), 56-59.
3. Kamilova, D. N., Saydalikhujaeva, S. K., Rakhmatullaeva, D. M., Makhmudova, M. K., & Tadjieva, K. S. (2021). PROFESSIONAL IMAGE OF A TEACHER AND A DOCTOR. *British Medical Journal*, 1(4). URL: <http://repository.tma.uz/xmlui/handle/1/1425>
4. Karimov, V. V. (2020). KORREKTsIYa VEGETATIVNOGO STATUSA STUDENTOV-STOMATOLOGOV S POMOSHch"Yu PROFILAKTIKI PERENAPRYaZhENIYa. In *Fizicheskaya kul'tura i sport v sisteme vysshego i srednego professional'nogo obrazovaniya* (pp. 144-148). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43799884>
5. Mahmudova M. X., Hudayberganov A. S., Baratova, R. S., Xodjiaxmatova, R. Y., & Musaev, B. B. (2022). Assessment of the hidden threat of excessive salt into the body due to the use of bakery products in Uzbekistan. *International Journal of Health Sciences*, 6(S1), 13689–13694. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS1.8582>
6. Masharipova, R. Y., & Khasanova, G. M. (2020). Improvement of motor fitness of dental students in the process of physical education classes. *Bulletin of Science*, 5(3), 101-104.
7. Mirkhamidova, S., Rustamova, H., Sharipova, S., Mamadjanov, N., Tuychieva, D., & Karimbayev, S. (2021). Methods of HIV infection prevention used by nurses.



- 
8. Mirzarakhimova, K. R., Nurmatova, Q. C., Sharipov, A. T., Abdashimov, Z. B., & Turakhonova, F. M. Q. (2020). Management in stomatology. *South Asian Journal of Marketing & Management Research*, 10(10), 82-89.
 9. Nurmatova, F. B. (2022, October). Integrative Learning of Biophysics in a Medical University. In " *ONLINE-CONFERENCES*" PLATFORM (pp. 43-46).
 10. Risbaev, Z. A., Umurzakova, D. A., Ernazarov, J. G., & Sultonov, D. M. (2017). HOW TO MAKE MANAGEMENT DECISIONS. In *Young scientists' and mentors' non-standart congress* (pp. 183-186).
 11. Saidalikhuzhaeva, Sh., & Rustamova, Kh. (2021). Sindrom emotsional'nogo vygoraniya u meditsinskikh sester-anestezistov. *Meditsina i innovatsii*, 1(2), 9-12. DOI: [10.34920/min.2021-2.9-12](https://doi.org/10.34920/min.2021-2.9-12)
 12. Sevara, M., Hamida, R., Botirjon, U., Dilfuza, K., & Nigora, P. (2021). The Role of Nurses in Organizing Hiv Prevention Work in Educational Institutions. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 3079-3088.
 13. Sherkuzieva, G. F., Turakhonova, F. M., & Mustanov, J. A. Results of laboratory research of the quality of drinking water/Tomsk, 2017.
 14. Urazalieva, I. R., & Saidalikhuzhaeva, Sh. Kh. (2017). OSOBENNOSTI TEChENIYa BEREMENNOSTI, RODOV I POSLERODOVOGO PERIODA U PERVORODYaShchIKh. In EUROPEAN RESEARCH: INNOVATION IN SCIENCE, EDUCATION AND TECHNOLOGY (pp. 109-110). URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32635863>
 15. Абдуганиева, Ш. X., & Нурматова, Ф. Б. (2018). Прогнозирование атмосферного давления воздуха на город Антананариву на основе учета перераспределения гравитационных сил солнечной системы. In *The priorities of the world science: experiments and scientific debate* (pp. 6-10).
 16. Камилова, Р. Т., Исакова, Л. И., & Камилов, А. А. (2020). ВЛИЯНИЕ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.
 17. Мирзарахимова, К. Р. (2020). Распространенность врожденных аномалий у детей: факторы риска и роль патронажной медсестры в их предупреждении. *Медицинская сестра*, 22(5), 41-48.
 18. Мирхамидова, С., & Рустамова, Х. (2019). Formation of the relation to the HIV infected people. URL: <http://repository.tma.uz/xmlui/handle/1/1525>
 19. Рузиева С. Роль медицинских сестёр в стоматологической поликлинике // *Медицина и инновации*. – 2021. – Т. 1. – №. 1. – С. 75-77.





20. Хайдаров Н.К. Организационные аспекты совершенствования медицинской реабилитации больных с острыми нарушениями мозгового кровообращения. //дис. ... докт. мед. наук. - М., 2019. - 312 с.

21. Юнусова, Д. М. (2022). ИНГЛИЗ ТИЛИ АМАЛИЙ МАШҒУЛОТЛАРИДА ТИББИЙ ТЕРМИНЛАРНИ ЎҚИТИШДА ИНТЕРФАОЛ МЕТОДЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ: Юнусова Дилноза Мфадировна, Лотин тили ва хорижий тиллар кафедраси катта ўқитувчиси, Тошкент давлат стоматология институти, Ўзбекистон. *Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал*, (3), 78-81.

22. Абдуганиева, Шахиста Ходжиевна, Феруза Бахтияровна Нурматова, and Рахимжан Абдуллаевич Джаббаров. "Роль биомедицинской и клинической информатики в изучении медицинских проблем." *European Conference on Innovations in Technical and Natural Sciences*. 2017.

23. Нурматова, Феруза Бахтияровна. "Междисциплинарная интеграция биофизики в медицинском вузе." *Методы науки* 4 (2017): 78-79

