

*Orazgeldi K. Kemalov,
Student,
Karachay-Cherkesskij State University
n.a UD. Aliyev*

Research of Health Level of People in Different Professions and Their Attitude to It

Key words: health, profession teacher, teacher, illness, physical culture.

Annotation: Work is devoted to one of the main issues of modern society - conditions of level of health and physical activity. The long lack of muscular activity is one of the main reasons of a number of a serious chronic illness. The author provides results of own researches of health and physical activity in article at persons of various professions and their relation to the health. In conclusion of work conclusions and some recommendations following from them are drawn.

Длительный недостаток мышечной активности является одной из главных причин ряда тяжелых хронических заболеваний сердечнососудистой системы и обмена веществ. Среди них гипертоническая болезнь, атеросклероз, полиартрит, и многие другие болезни.

Среди работников интеллектуального труда болезни сердечно - сосудистой системы являются главной причиной инвалидности. Человек, ведущий малоподвижный образ жизни, уподобляется птице в клетке. Поэтому мышечная нагрузка человеку жизненно необходима.

Целью данной работы является выявить уровень здоровья у лиц с различной профессией и их отношения к своему здоровью. С этой целью был составлен вопросник, который состоит из семи вопросов, характеризующих общее состояние здоровья респондентов. В исследованиях приняли участие преподаватели КЧГУ, сотрудники ОВД г. Карачаевска и учителя общеобразовательных школ КЧР. Анализ результатов полученных в процессе исследования показал, что 70% преподавателей мужского и 68% женского пола внимательно относятся к своему здоровью и не внимательно 30% женщин и 12% мужчин. (Таб. 1)

Среди работников Отдела Внутренних Дел г. Карачаевска 85% мужчин и 68% женщин относятся внимательно. Соответственно не внимательно 14,8% и 31,2%, 72% учителей мужского и 55% женского пола к своему здоровью относятся внимательно, 27,5% мужского и 35% женского пола относятся невнимательно. Таким образом, во всех исследуемых группах количество респондентов, уделяющих внимание своему здоровью, намного больше, чем тех, которые невнимательно относятся. 40% мужского и 20% женского пола ходят на работу в состоянии болезни. Среди сотрудников ОВД г. Карачаевска 51,8% мужчин и 31,25% женщин посещают свою работу в состоянии болезни.

Результаты опроса учителей показали, что 49,9% мужчины и 30% женщины ходят на работу в болезненном состоянии.

40% представителей мужского и 52% женского пола обращаются к врачу, если заболели, 25% мужчин и 16% женщин занимаются самолечением, 35% мужчин и 12% женщин никаких мер не предпринимают и не обращаются к врачу. Такое поведение особенно наблюдается среди молодых преподавателей.

Среди сотрудников ОВД 33,3% мужского и 68,7% женского пола обращаются за помощью к врачу, соответственно 44,4% и 11% занимаются самолечением, 22,2% мужчин и 7,4% женщин никаких действий не предпринимают, если заболели.

Результаты ответов учителей; по данному вопросу были следующими: 72,2% мужчин и 80% женщин, если заболели, то обращаются к врачу за помощью, 9,0% мужчин и 10% женщин занимаются самолечением. Если заболели, то никаких мер не предпринимают по улучшению своего здоровья 18,1% мужчин и 10% женщин.

На вопрос: «Как Вы оцениваете свое здоровье?» Оказалось, что среди представителей мужского и женского пола, имеющих отличное здоровье не выявлено. Хорошим здоровьем обладают 25% мужчин и 12,5% женщин имеют удовлетворительное здоровье, среди мужчин 45% и среди женщин 52%. Соответственно неудовлетворительное 30% и 16%.

Сотрудники ОВД свое здоровье оценили следующим образом: 29% мужчин оценили свое здоровье как отличное. Среди женщин не было выявлено ни одного человека. С хорошим здоровьем было выявлено 59,2% мужчин и 25% женщин. 11,1% мужчин и 56,2% женщин определили свое здоровье как удовлетворительное. У 18,7% женщин здоровье оказалось неудовлетворительное.

Свое здоровье учителя школ оценили-9% мужчин считают свое здоровье как отличное, среди женского пола отличным здоровьем не было выявлено.

Хорошее здоровье показали 77,2% мужчин и 33,3% женщин, удовлетворительное 13,6% мужчин и 58,3% женщин, неудовлетворительное здоровье выявлено у 8,3 % женщин.

На вопрос: «Владеете ли Вы элементарными навыками определения Артериального давления (АД), пульса, частоты дыхания (ЧД)?». Среди преподавателей мужского пола были получены следующие ответы: «Да» - 50% мужчин и среди женщин 56%. «Нет», - ответили среди мужчин-30% и среди женщин 16%. «Умею, но иногда сомневаюсь в точности полученных мною показателей», - 20% мужчин и 8% женщин. Результаты ОВДтаковы: 62,9% мужчин и 25% женщин ответили: «Да». «Нет», - 7,4% мужчин и 37,5% женщин.

54,5% учителей - мужчин и 61,6% женщин ответили: «Да, владею». Не владеют подобными навыками 27,2% мужчин и 16,6% женщин.

Из числа опрошенных преподавателей 25% мужчин и 8% женщин ответили, что они стараются вести здоровый образ жизни. Только 10% мужчин занимаются физической культурой. Среди женщин, занимающихся физической культурой и спортом не выявлено.

15% мужчин и 24% женщин ежегодно проходят комплексное медицинское обследование. Среди опрошенных преподавателей 50% мужчин и 48% женщин никаких мер не предпринимают по охране и укреплению своего здоровья.

Опрос среди сотрудников ОВД показал, что 29% мужчин и 43,7% женщин

стараятся вести здоровый образ жизни. Ежегодно не проходят комплексное медицинское обследование, а так же никаких мер не предпринимают по охране и укрепления своего организма 29% мужчин и 18,7% женщин.

Опрос среди учителей общеобразовательных школ выявил, что 36,3% мужчин и 46,6% женщин стараются вести здоровый образ жизни, 4,5% мужчин и 30% женщин ежегодно проходят глубокое медицинское обследование своего здоровья, 13,6% мужчин и 21,8% женщин никаких мер не предпринимают в связи с финансовыми затруднениями.

Таким образом, результаты проведенного анкетирования среди респондентов различных профессий не утешительны. Например, на вопрос: «Как Вы относитесь к своему здоровью?» - Мы предполагали, что 95-100% ответят: «Внимательно». Наши предположения не подтвердились, только 72% респондентов ответили «Да, внимательно». Среди опрошенных более 40% респондентов ходят на работу в состоянии болезни и недомогания. Более 20% не обращаются к врачу за помощью. Физической культурой и спортом самый высокий процент 55,5% показали сотрудники ОВД, видимо их профессия обязывает этому. Ежегодно проходят глубокий медицинский осмотр 45,4% респондентов. От 10% до 48% опрошенных никаких профилактических мер в течении нескольких лет не предпринимают по улучшению своего здоровья. Назовем некоторые причины такого состояния здоровья: 1) Финансовые возможности не позволяют им, пройти полное медицинское обследование. 2) Низкая культура наших граждан, плохое медицинское обслуживание привело к тому, что люди перестали обращаться за помощью к врачам. 3) Не соблюдение режима дня. 4) Употребление не всегда качественной пищи. 5) всего 20-43% граждан ведут здоровый образ жизни – очень мало, физической культурой и спортом занимаются всего 4-14% опрошенных. Мы умираем не от болезней, а от невежества (Парацельс)

Таблица 1

**Результаты опроса респондентов о состоянии здоровья,
а так же их отношении к своему здоровью.**

Вопросы	Ответы	Преподаватели КЧГУ		Сотрудники ОВД г. Карачаевска		Учителя среди общеобразовательных школ КЧР	
		М	Ж	М	Ж	М	Ж
		20	25	27	16	22	60
1 Как Вы относитесь к своему	Внимательно	14(70)	17(68)	23(85)	11(68,7)	16(72,2)	39(55)
	Невнимательно	6(30)	3(12)	4(14,8)	5(31,2)	6(27,2)	21(35,0)
2 Бывали ли случаи, что Вам приходилось идти на работу с недомоганием	а) Да	8(40)	5(20)	14(51,8)	5(31,2)	9(40,9)	18(30)
	б) Нет	12(60)	15(60)	13(48,11)	11(68,7)	13(40,9)	42(70,0)
3 Ваши действия, если	а) Обращаюсь к врачу	8(40)	13(52)	9(33,3)	11(68,7)	16(72,2)	48(80)

	Вы заболели	б) Занимаюсь самолечением	5(25)	4(16)	12(44,4)	3(11,1)	2(9,0)	6(10)
		в) Никаких действий не предпринимаю	7(35)	3(12)	6(22,2)	2(7,4)	4(18,1)	6(10)
4	Как Вы оцениваете уровень своего здоровья?	а) Отличное	0(0)	0(0)	8(29,6)	0(0)	2(9,0)	0(0)
		б) Хорошее	5(25)	3(12)	16(59,2)	4(25,0)	17(77,2)	20(33,3)
		в) Удов.	9(45)	13(52)	3(11,1)	9(56,2)	3(13,6)	35(58,3) 1
		г) Неудов.	6(30)	4(16)	0(0)	3(18,7)	0(0)	5(8,3)
5	Владете ли Вы навыками определения своего здоровья (А.Д., ЧСС.. Ч Д)	а) Да	10(50)	14(56)	17(62,9)	4(25,0)	12(54,5)	37(61,6)
		б) Нет	6(30)	4(16)	2(7,4)	6(37,5)	6(27,2)	10(16,6)
		в) Умею, но не уверен в точности	4(20)	2(8)	8(29,6)	6(37,5)	4(18,1)	13(21,6)

References:

1. Bogdanov GP. Pupils - a healthy lifestyle. Moscow, F FIS, 1989; 192, 38.
2. Vinogradov PA, Kabachkov VA, and others. Issues of physical pre -inductee reparation: T and PFC, 1990, № 9.
3. Ermolaev YuA. Age physiology: Textbook for students of pedagogical universities. Moscow, Higher School, 1995.
4. Kosilov SA. The value of the discoveries Bernstein NA. In preparation for the work and achievements in sport. Moscow, T and PFC, 1991, № 3.
5. Lyakh VI. Developing coordination abilities (1-IV classes): J. FC. at HQ, 1991, №10.
6. LukyanenkoVP. Accuracy of movements: the problematic aspects of the theory and practical importance, J. T and PFC, 1991, № 4.
7. Motylenskaya RE, Kashtan EL. et al. Physical activity - an important condition for a healthy lifestyle. Moscow, T and PFC, 1990, №1.
8. Pankratiev EI. Development problems of physical education of children of preschool age. T and PFC, 1990, №11.
9. Sukharev AG. Motor activity and hypokinesia students. FC. at HQ, 1975, № 6.
10. Fomin NA, Vavilov YN. Physiological basis of motor activity. Moscow, FIS, 1991.
11. Farfel BC. Traffic management in sport. Moscow, F FIS, 1975; 208, 61.