

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ
ТОШКЕНТ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИ

2022 №9

2011 йилдан чиқа бошлаган

TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI
AХВОРОТНОМАСИ



В Е С Т Н И К
ТАШКЕНТСКОЙ МЕДИЦИНСКОЙ АКАДЕМИИ

Тошкент



Выпуск набран и сверстан на компьютерном издательском комплексе редакционно-издательского отдела Ташкентской медицинской академии

Начальник отдела: М. Н. Аслонов

Редактор русского текста: О.А. Козлова

Редактор узбекского текста: М.Г. Файзиева

Редактор английского текста: А.Х. Жураев

Компьютерная корректура: З.Т. Алюшева

Учредитель: Ташкентская медицинская академия

Издание зарегистрировано в Ташкентском Городском управлении печати и информации

Регистрационное свидетельство 02-00128

Журнал внесен в список, утвержденный приказом № 201/3 от 30 декабря 2013года

реестром ВАК в раздел медицинских наук

Рукописи, оформленные в соответствии с прилагаемыми правилами, просим направлять по адресу: 100109, Ташкент, ул. Фароби, 2, Главный учебный корпус ТМА, 4-й этаж, комната 444.

Контактный телефон: 214 90 64
e-mail: rio-tma@mail.ru
rio@tma.uz

Формат 60x84 1/8. Усл. печ. л. 9,75.
Гарнитура «Cambria».

Тираж 150.
Цена договорная.

Отпечатано на ризографе редакционно-издательского отдела ТМА. 100109, Ташкент, ул. Фароби, 2.

Вестник ТМА № 9, 2022

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Главный редактор

проф. А.К. Шадманов

Заместитель главного редактора

проф. О.Р.Тешаев

Ответственный секретарь

проф. Ф.Х.Иноятова

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ

акад. Аляви А.Л.
проф. Билалов Э.Н.
проф. Гадаев А.Г.
проф. Жае Вук Чои (Корея)
акад. Каримов Ш.И.
проф. Татьяна Силина (Украина)
акад. Курбанов Р.Д.
проф. Людмила Зуева (Россия)
проф. Метин Онерчи (Турция)
проф. Ми Юн (Корея)
акад. Назыров Ф.Г.
проф. Нажмутдинова Д.К.
проф. Саломова Ф.И.
проф. Саша Трескач (Германия)
проф. Шайхова Г.И.

Члены редакционного совета

д.п.н. Абдуллаева Р.М. (Ташкент)
проф. Акилов Ф.О. (Ташкент)
проф. Аллаева М.Д. (Ташкент)
проф. Хамдамов Б.З. (Бухара)
проф. Ирискулов Б.У. (Ташкент)
проф. Каримов М.Ш. (Ташкент)
проф. Маматкулов Б.М. (Ташкент)
проф. Охунов А.О. (Ташкент)
проф. Парпиева Н.Н. (Ташкент)
проф. Рахимбаева Г.С. (Ташкент)
проф. Хамраев А.А. (Ташкент)
проф. Холматова Б.Т. (Ташкент)
проф. Шагазатова Б.Х. (Ташкент)

Herald TMA № 9, 2022

EDITORIAL BOARD

Editor in chief

prof. A.K. Shadmanov

Deputy Chief Editor

prof. O.R.Teshaev

Responsible secretary

prof. F.Kh.Inoyatova

EDITORIAL TEAM

academician Alyavi A.L.

prof. Bilalov E.N.

prof. Gadaev A.G.

prof. Jae Wook Choi (Korea)

academician Karimov Sh.I.

prof. Tatyana Silina (Ukraine)

academician Kurbanov R.D.

prof. Lyudmila Zueva (Russia)

prof. Metin Onerc (Turkey)

prof. Mee Yeun (Korea)

prof. Najmutdinova D.K.

prof. Salomova F.I.

prof. Sascha Treskatch (Germany)

prof. Shaykhova G.I.

EDITORIAL COUNCIL

DSc. Abdullaeva R.M.

prof. Akilov F.O. (Tashkent)

prof. Allaeva M.D. (Tashkent)

prof. Khamdamov B.Z. (Bukhara)

prof. Iriskulov B.U. (Tashkent)

prof. Karimov M.Sh. (Tashkent)

prof. Mamatkulov B.M. (Tashkent)

prof. Okhunov A.A. (Tashkent)

prof. Parpieva N.N. (Tashkent)

prof. Rakhimbaeva G.S. (Tashkent)

prof. Khamraev A.A. (Tashkent)

prof. Kholmatova B.T. (Tashkent)

prof. Shagazatova B.X. (Tashkent)

Journal edited and printed in the computer of Tashkent Medical Academy editorial department

Editorial board of Tashkent Medical Academy

Head of the department: M.N. Aslonov

Russian language editor: O.A. Kozlova

Uzbek language editor: M.G. Fayzieva

English language editor: A.X. Juraev

Corrector: Z.T. Alyusheva

Organizer: Tashkent Medical Academy

Publication registered in editorial and information department of Tashkent city

Registered certificate 02-00128

Journal approved and numbered under the order 201/3 from 30 of December 2013 in Medical Sciences department of SUPREME ATTESTATION COMMISSION

COMPLETED MANUSCRIPTS PLEASE SEND following address:

2-Farobiy street, 4 floor room 444. Administration building of TMA. Tashkent, 100109, Toshkent, ul. Farobi, 2, TMA bosh o'quv binosi, 4-qavat, 444-xona.

Contact number: 71- 214 90 64

e-mail: rfo-tma@mail.ru, rfo@tma.uz

Format 60x84 1/8. UsL printer. L 9.75.

Listening means «Cambria».

Circulation 150.

Negotiable price

Printed in TMA editorial and publisher department risograph

2 Farobiy street, Tashkent, 100109.

СОДЕРЖАНИЕ

CONTENT

НОВЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ	NEW PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES	Стр.
Базарбаев М.И., Сайфуллаева Д.И., Латипова К.Д. ЦИФРОВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ЭКОСИСТЕМА: ГЕНЕЗИС И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ	Bazarbaev M.I., Saifullaeva D.I., Latipova K.D. DIGITAL MEDICAL ECOSYSTEM: GENESIS AND DEVELOPMENT PROSPECTS	9
Бобоева З.Н. ТИББИЙ ТАЪЛИМДА ТАЛАБАЛАРДА КРЕАТИВЛИКНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ВОСИТАЛАРИ	Boboeva Z.N. MEANS OF DEVELOPING CREATIVITY IN STUDENTS IN MEDICAL EDUCATION	14
Рахимов Б.Т., Абдужаббарова У.М. ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ И БИОФИЗИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ МЕДИЦИНЫ	Rakhimov B.T., Abdujabbarova U.M. THE IMPORTANCE OF PHYSICAL AND BIOPHYSICAL PROCESSES IN THE STUDY OF MEDICINE	17
Убайдуллаева В.П. ФИЗИКА ЎҚИТУВЧИЛАРИНИНГ ТУРЛИ ДАРАЖАДАГИ КОМПЕТЕНЦИЯЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА КОМПЕТЕНЦИЯВИЙ ЁНДАШУВГА АСОСЛАНГАН ТАЪЛИМНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ	Ubaydullayeva V.P. PECULIARITIES OF TEACHING BASED ON THE COMPETENCE-BASED APPROACH IN THE DEVELOPMENT OF DIFFERENT LEVELS OF COMPETENCE OF PHYSICS TEACHERS	20
Xalimxamedov B.T., Nurillaeva N.M. TIBBIYOT UNIVERSITETLARI TALABALARIGA TELETIBVIYOT VA ELEKTRON POLIKLINIKA KO'NIKIMALARINI O'QITISH	Khalmukhamedov B.T., Nurillaeva N.M. TRAINING OF TELEMEDICINE AND ELECTRONIC POLYCLINIC SKILLS FOR MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS	23
Xalimxamedov B.T., Nurillaeva N.M. TIBBIY OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA TALABALARINING O'QUV JARAYONIGA TELETIBVIYOTNI KIRITISH AHAMIYATI VA JORIY ETISHNING XUSUSIYATLARI	Khalmukhamedov B.T., Nurillaeva N.M. FEATURES AND SIGNIFICANCE OF THE INTRODUCTION OF TELE-MEDICINE IN THE LEARNING PROCESS OF MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS	28
ОБЗОРЫ	REVIEWS	Стр.
Абдуллаева М.И., Иноятова Ф.Х., Муминова Г.А., Асланов М.Н. НЕЙРОДЕГЕНЕРАТИВ КАСАЛЛИКЛАРДА ИММУНКУЛУСНИНГ РОЛИ	Abdullaeva M.I., Muminova G.A., Aslanov M.N., Inoyatova F.Kh. THE ROLE OF IMMUNOCYCLES IN NEURODEGENERATIVE DISEASES	33
Нурузова З.А., Шадманова Н.А., Ёдгорова Н.Т. ЮҚУМЛИ КАСАЛЛИКЛАР ҚЎЗГАТУВЧИЛАРИНИ МИКРОБИОЛОГИК ТАШХИСОТИДА ЗАМОНАВИЙ ПРЕСПЕКТИВ УСУЛЛАРИНИНГ АҲАМИЯТИ ВА ИМКОНИЯТЛАРИ	Nuruzova Z.A., Shadmanova N.A., Yodgorova N.T. THE ROLE AND CAPABILITIES OF MODERN PROMISING METHODS IN THE MICROBIOLOGICAL DIAGNOSIS OF INFECTIOUS DISEASE CAUSATIVE AGENTS	40
Сабирова Р.А., Икромов А.Ш., Турсунов Д.Х. МОЛЕКУЛЯРНЫЕ И КЛЕТОЧНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ДЕЙСТВИЯ СОРБЕНТОВ, ПРИМЕНЯЕМЫХ В МЕДИЦИНЕ	Sabirova R.A., Ikromov A.Sh., Tursunov D.Kh. MOLECULAR AND CELLULAR MECHANISMS OF ACTION OF SORBENTS USED IN MEDICINE	45

ГИГИЕНА, САНИТАРИЯ И ЭПИДЕМИОЛОГИЯ	HYGIENE, SANITATION AND EPIDEMIOLOGY	Стр.
Азизова Ф.Л., Адилова З.У., Адилова Ш.К. ИЗУЧЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ	Azizova F.L., Adilova Z.U., Adilov Sh.K. STUDYING THE ACTIVITIES OF NURSES IN WORKING WITH CHILDREN IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS	142
Mamatqulov B.M., Sobirova S.J., Urazaliyeva I.R. JAR-RONLIK BO'LIMI HAMSHIRALARI MEHNAT SIFATI VA SAMARADORLIGIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR	Mamatkulov B.M., Sobirova S.J., Urazaliyeva I.R. FACTORS AFFECTING THE QUALITY AND EFFICIENCY OF THE WORK OF NURSES OF THE SURGICAL DEPARTMENT	145
Маматқулов Б.М., Абдурахимов А.Б. МИС ИШЛАБ ЧИҚАРИШ КОРХОНАСИ ИШЧИЛАРНИНГ САЛОМАТЛИК ҲОЛАТИ, КАСАЛЛАНИШЛАР СТРУКТУРАСИ ВА ДАРАЖАСИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ	Mamatkulov B.M., Abdurakhimov B.A. THE MAIN CHARACTERISTICS OF THE HEALTH STATUS, INCIDENCE RATE AND DISEASE STRUCTURE OF WORKERS IN THE COPPER PRODUCING ENTERPRISE	149
Маматқулов Б.М., Нематов А.А. ПАНДЕМИЯ (COVID-19) ДАВРИДА АҲОЛИГА ТИББИЙ-ИЖТИМОЙ ЁРДАМНИ ТАШКИЛ ЭТИШ	Mamatkulov B.M., Nematov A.A. ORGANIZATION OF MEDICAL AND SOCIAL ASSISTANCE TO THE POPULATION DURING THE PANDEMIC (COVID-19)	155
Niyozova N. GIGIENIK MADANIYATNING MANBAVIY ANAMIYATI	Niyozova N. SOURCE IMPORTANCE OF HYGIENIC CULTURE	160
Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О., Шарипова С.А. ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА УСЛОВИЙ И ОБРАЗА ЖИЗНИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ТМА	Salomova F.I., Akhmadaliyeva N.O., Sharipova S.A. HYGIENIC ASSESSMENT OF CONDITIONS AND LIFESTYLES OF TEACHERS OF TMA	162
Уразалиева И.Р., Маматқулов Б.М. АНАЛИЗ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПАТРОНАЖНЫХ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР	Urazaliyeva I.R., Mamatkulov B.M. ANALYSIS OF MORBIDITY AND PSYCHOEMOTIONAL RISK FACTORS AFFECTING THE HEALTH OF NURSING	166
Шадманов А.К., Хегай Л.Н., Абдурахимов А.Х., Аслонов М.Н., Нурматов Б.К. АСПЕКТЫ И ПРИОРИТЕТЫ ЛЕГКОЙ ПИТАНИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С COVID-19	Shadmanov A.K., Kheday L.N., Abdurakhimov A.Kh., Aslanov M.N., Nurmatov B.K. ASPECTS AND PRIORITIES OF EASY FOOD FOR PATIENTS WITH COVID-19	172
ПОМОЩЬ ПРАКТИЧЕСКОМУ ВРАЧУ	HELPING A PRACTITIONER	Стр.
Sobirjonov A.Z, Latipova K.D. SUN'IY INTELEKTNI TIB-BIYOTDA QO'LANILISHI	Sobirjonov A.Z, Latipova K.D. APPLICATION OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN MEDICINE	184
Худанов Б., Туйгунов Н., Махмудов С., Эргашев Ж., Матякубов М., Абдурахимова Ф., Турсунова Ж., Убайдуллаев Б. ВИРТУАЛ БЕМОР СИМУЛЯЦИОН ДАСТУРИЙ МАХСУЛОТИНИНГ АФЗАЛЛИКЛАРИ	Khudanov B., Tuygunov N., Makhmudov S., Ergashev Zh., Matyakubov M., Abdurakhimova F., Tursunova Zh., Ubaidullaev B. BENEFITS OF VIRTUAL PATIENT SIMULATION SOFTWARE	187
Эргашов А.Т. Иноятова Ф.Х. Тошимуродов Х.А. ТАБАКОКУРЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ НЕГАТИВНЫМ ФАКТОРОМ РАЗВИТИЕ ИНТЕРСТИЦИАЛЬНОГО ЛЕГЧНОГО ФИБРОЗА	Ergashov A.T. Inoyatova F.Kh. Tozhimurodov H.A.T. OBACCO IS A NEGATIVE FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF INTERSTITIAL PULMONARY FIBROSIS	193

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА УСЛОВИЙ И ОБРАЗА ЖИЗНИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ТМА

Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О., Шарипова С.А.

ТТА ПЕДАГОГЛАРИНИНГ ТУРМУШ ТАРЗИ ВА ЯШАШ ШАРОИТЛАРИНИ ГИГИЕНИК БАХОЛАШ

Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О., Шарипова С.А.

HYGIENIC ASSESSMENT OF CONDITIONS AND LIFESTYLES OF TEACHERS OF TMA

Salomova F.I., Akhmadaliev N.O., Sharipova S.A.

Ташкентская медицинская академия

Аннотация. Мақсад: ТТА ўқитувчилари турмуш тарзи ва яшаш шароитлари ўзига хосликларини аниқлаш. **Материал ва услублар:** тадқиқот объекти ТТА профессор-ўқитувчиларининг (219 нафар ўқитувчи) ижтимоий-маиший шароитлари ва турмуш тарзини уларнинг саломатлик учун аҳамияти нуқтаи назаридан баҳолаш эди. Ўқитувчилар ўртасида сўровнома ўтказилди. **Натижалар:** ТТА профессор-ўқитувчиларининг 96,3 фоизи қониқарли ижтимоий-маиший шароитларда яшайди; ТТА ўқитувчиларининг катта қисми - 92,3% кунига уч ёки ундан кўп марта овқатланишади, респондентларнинг 7,7% кунига 1-2 марта овқатланишади. Аниқланишича, респондентларнинг 26 фоизи ёғли, 26 фоизи аччиқ ва 16 фоизи шўр овқатларни афзал кўради. Эрталабки машқларни респондентларнинг 45,7 фоизи бажаради ва респондентларнинг фақат учдан бир қисми (37,9 фоиз) спорт билан шуғулланади (барча ҳолларда - тартибсиз!). Баъзи ўқитувчилар зарари одатларга эга бўлиб, чекиш 8,7%, спиртли ичимликларни истеъмол қилиш 10,6% ни ташкил этди. **Хулоса:** ўқитувчиларнинг кўпчилиги қулай уй-жойларга эга эмас, сўровда қатнашган ўқитувчиларнинг ярмидан кўли ўз овқатланишини нораціонал деб ҳисоблашади, профессор-ўқитувчиларнинг кўп бандлиги нафақат етарли даражада жисмоний фаолликни таъминлашга имкон бермайди, балки уларнинг катта қисмини ҳам ўқитувчилар ҳатто етарлича уйлашмайди;

Калит сўзлар: профессор-ўқитувчилар таркиби, меҳнат ва турмуш шароити, соғлом турмуш тарзи.

Annotation. Objective: to identify the features of the conditions and lifestyle of teachers of TMA. **Material and methods:** the object of the study was the assessment of social and living conditions and lifestyle of the teaching staff (219 teachers) of the TMA from the standpoint of their significance for health. A survey was conducted among teachers. **Results:** 96.3% of the TMA teaching staff live in satisfactory social and living conditions; The vast majority of TMA teachers have 92.3% three or more meals a day, 7.7% of respondents eat 1-2 times a day. It was found that 26% of respondents prefer fatty foods, 26% spicy and 16% salty foods. Morning exercises are done by 45.7% of the respondents, and only a third of the respondents (37.9%) go in for sports (in all cases - irregularly!). Some of the teachers have bad habits, smoking 8.7%, drinking alcohol was 10.6%. **Conclusions:** not all teachers have their own comfortable housing, more than half of the teachers surveyed rightly consider their diet to be irrational, the large employment of the teaching staff does not allow not only to provide sufficient physical activity, but for a significant part of the teachers even sufficient sleep;

Key words: faculty, working and living conditions, healthy lifestyle.

Актуальность. В «Стратегии действий на 2017-2021 годы», утвержденной Указом Президента Республики Узбекистан от 8 февраля 2017 года, четвертое направление – «Развитие социальной сферы» – предусматривает совершенствование системы социальной защиты и охраны здоровья граждан. Первоочередными задачами в этом направлении являются сохранение здоровья нации, снижение уровня заболеваемости, смертности, увеличение продолжительности жизни, создание условий и формирование мотивации для веде-

ния здорового образа жизни и улучшение качественного развития демографической ситуации в стране. А на встречах сактивного сферы здравоохранения Президент Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев поставил задачу повышения роли профилактической медицины, формирования здорового образа жизни, медицинской культуры и ряд других насущных вопросов, связанных с оздоровлением населения.

Цель данного исследования - выявить особенности условия и образа жизни преподавателей ТМА.

Объектом исследования явились оценка социально-бытовых условий и образ жизни профессорско-преподавательского состава (219 преподавателей) ТМА с позиций их значимости для здоровья.

Метод исследования - социально-гигиенический - анкетирование преподавателей.

Общезвестно, что социально-бытовые условия и образ жизни человека являются важнейшими факторами, определяющими его здоровье [1, 2]. В этой связи оценке значимости этих факторов для здоровья изучаемой популяции населения в ходе

опроса-анкетирования было уделено большое внимание.

Сравнительная характеристика этих факторов, выявленных в ходе опроса-анкетирования ППС ТМА, приведена в Таблице 1. Полученные данные говорят о том, что в ТМА характеристик изученных факторов, характеризующих условия и образ жизни ППС. В частности, 96,3% преподавательского состава ТМА проживают в удовлетворительных социально-бытовых условиях.

Таблица 1.

**Сравнительная характеристика социально-бытовых условий и образа жизни ППС,
% от числа опрошенных лиц**

Группа Показателей	Исследованные факторы	ТМА n=219
Жилищные условия:	Собственный дом	21,0 ± 2,7
	Собственная квартира	63,0 ± 3,3
	Съемная квартира	16,0 ± 2,5
Психологический климат в семье:	Благоприятный	96,3 ± 1,3
	Есть проблемы	3,7 ± 1,3
Источник доходов семьи:	Работа в вузе	57,1 ± 3,3
	Дополнительная работа	49,9 ± 3,2
Наличие чувства социальной защищенности:	есть	39,4 ± 3,3
	нет	61,6 ± 3,3
Кратность питания в сутки	3-х и более кратное питание	92,3 ± 1,8
	Менее, чем 3-х кратное	7,7 ± 1,7
Рациональность питания	Рациональное	40,2 ± 3,3
	Нерациональное	29,8 ± 3,1
	Не смогли определить	30,1 ± 3,1
Основное место питания	Питание дома	54,3 ± 3,4
	Питание в кафе или столовой	17,8 ± 2,6
	Где придется	27,9 ± 3,0
Наличие условий для питания на работе	Есть	3,29 ± 3,2
	Нет	67,1 ± 3,3
Нежелательные пищевые предпочтения	Жирная пища	26,0 ± 3,0
	Острая пища	16,0 ± 2,5
	Соленая пища	21,0 ± 2,8
Длительность сна	Менее 6 часов в сутки	28,8 ± 3,0
	8 и более часов	71,2 ± 3,1
Где проводит летний отпуск	Дома или на даче	78,5 ± 2,8
	На работе	0
	В санатории или доме отдыха	15,5 ± 2,4
	В путешествии	11,0 ± 2,1
Физическая активность	Наличие возможности для активного отдыха	0
	Занятия утренней гимнастикой	45,7 ± 3,4
	Занятия спортом	37,9 ± 3,3
Наличие вредных привычек	Курение	8,7 ± 1,9
	Частое употребление алкоголя	10,6 ± 2,1
	Употребление наркотиков (спайсов)	0

Из опрошенных в собственном доме или собственной квартире проживают 84%, однако 16% преподавателей (в основном это молодые преподаватели) проживают на съемных квартирах, что, безусловно, отражается и на материальном положении, и на психологическом климате их семей [3]. Во всяком случае, немногочисленные респонденты (3,7%), определившие психологический климат своих семей как проблемный, одной из причин этой проблемы назвали «квартирный» вопрос. Следует также отметить, что около половины респондентов (49,9%) для формирования доходов семьи имеют какую-то дополнительную работу, помимо работы в вузе. На наш взгляд, именно материальный фактор является основной причиной того, что большая часть опрошенных преподавателей ТМА (39,4%) отметили, что у них нет чувства полной социальной защищенности.

Один из важнейших факторов здорового образа жизни – это рациональное питание. Понятно, что более правильное понятие о рациональном питании имеют лица с медицинским образованием, однако интересно, что проведенный опрос показал, что количество опрошенных считают свое питание рациональным всего – 40,2%. В то же время, преподаватели ТМА в подавляющем большинстве имеют 92,3% трехкратное и более кратное питание, 7,7% опрошенных питаются 1-2 раза в день, что уже является свидетельством нерациональности их питания. При опросе установлено, что 26% респондентов предпочитают жирную пищу, 26% острую и 16% и соленую пищу.

Очень по-разному преподаватели ТМА организуют свое питание: для 54,3% ППС наиболее характерно питание дома или домашней пищей, 17,8% респондентов питаются в кафе, буфетах или в столовых ($P < 0,05$). Где придется питается 27,9% опрошенных. При этом большая часть опрошенных 67,1%, отмечают, что на работе нет условий для питания преподавателей.

По данным проведенных ранее исследований [3-4], работа преподавателя относится к интеллектуальным видам деятельности, требующим высокого нервно-психического напряжения и, соответственно, правильно организованного и достаточного отдыха. Проведенный нами опрос ППС показал, что 71,2% опрошенных спят 8 и более часов, а 18% опрошенных спят менее 6 часов в сутки по разным причинам – нехватка времени, ночные дежурства (медики), дополнительная работа и др. Летний отпуск большая часть опрошенных проводит дома или на даче. 78,5% преподавателей проводят летний отпуск дома, в санаториях или домах от-

дыха 15,5%, путешествий 11%. Проблемным фактором, на наш взгляд, является то, случаев путевок в санаторий или дом отдыха преподавателей обеспечивает вуз, то в ТМА вуз обеспечивает путевками лишь 10,1% отдыхающих в санаториях или пансионатах.

Особенности труда ППС предрасполагают к гиподинамии, поэтому требуют сознательного отношения к вопросам повышения физической активности [1, 2]. Между тем, в результате опроса ППС выявлено, что далеко не у всех опрошенных есть возможность для повышения своей физической активности: на наличие такой возможности указали 30% преподавателей ТМА. Утреннюю зарядку делают 45,7% опрошенных, а спортом занимается (во всех случаях – нерегулярно!) лишь третья часть респондентов (37,9%).

Преподаватель любого учебного заведения является примером для своих воспитанников, в частности, в отношении вредных привычек. Проведенный опрос показал, что, несмотря на этот посыл, часть преподавателей имеет вредные привычки, курение 8,7%, употребляющих алкоголь составил 10,6%.

Таким образом, изучение условий и образа жизни ППС ТМА, позволяет выделить некоторые негативные факторы, которые могут иметь значение для здоровья преподавателей.

Выводы:

- не все преподаватели имеют собственное благоустроенное жилье, что имеет значение не только для здоровья, но и для психологического климата семьи, ее материального благополучия и является побудительным моментом для выполнения дополнительной работы и возникновения чувства социальной незащищенности
- более половины опрошенных преподавателей справедливо считают свое питание нерациональным, что подтверждается наличием нарушений режима питания, злоупотреблением жирной, острой, соленой пищей, отсутствием условий для питания ППС на работе
- большая занятость ППС не позволяет не только обеспечивать достаточную физическую активность, но для значительной части преподавателей – даже достаточный сон;
- летний отдых ППС в основном не организован и чаще всего заключается в пребывании дома или на даче, а для части преподавателей – в пребывании на работе.

Литература:

1. Обыденников Г.А. Формирование положительного отношения педагогов вуза к здоровому образу жизни // Актуальные вопросы педагогики и психологии: матер. межд. заоч. науч. - практ. конф. Россия, г. Новосибирск, 2011: 34.

2. Отчет о результатах анкетирования профессорско-преподавательского состава Самарского института (филиала) РГТЭУ (2011-2012 учебный год). - Министерство образования и науки Российской Федерации. Самара, 2012: 17.

3. Рябова Т.М. Оценка профессиональной деятельности профессорско-преподавательского состава вузов в условиях модернизации высшего образования // Автореф. дисс. ...к. социолог. наук. Томск, 2011: 35.

4. Трапцын С.Ю., Васильева Е.Ю. Оценка качества деятельности профессорско-преподавательского состава вуза // Знание. Понимание. Умение. Россия, 2005; 4: 16-21.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА УСЛОВИЙ И ОБРАЗА ЖИЗНИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ТМА

Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О., Шарипова С.А.

Аннотация. Цель: выявить особенности условий и образа жизни преподавателей ТМА. **Материал и методы:** объектом исследования явились

оценка социально-бытовых условий и образ жизни профессорско-преподавательского состава (219 преподавателей) ТМА с позиций их значимости для здоровья. Было проведено опрос-анкетирование преподавателей. **Результаты:** 96,3% преподавательского состава ТМА проживают в удовлетворительных социально-бытовых условиях; преподаватели ТМА в подавляющем большинстве имеют 92,3% трехкратное и более кратное питание, 7,7% опрошенных питаются 1-2 раза в день. Установлено, что 26% респондентов предпочитают жирную пищу, 26% острую и 16% и соленую пищу. Утреннюю зарядку делают 45,7% опрошенных, а спортом занимается (во всех случаях – нерегулярно!) лишь третья часть респондентов (37,9%). Часть преподавателей имеет вредные привычки, курение 8,7%, употребляющих алкоголь составил 10,6%. **Выводы:** не все преподаватели имеют собственное благоустроенное жилье, более половины опрошенных преподавателей справедливо считают свое питание нерациональным, большая занятость ППС не позволяет не только обеспечивать достаточную физическую активность, но для значительной части преподавателей – даже достаточный сон;

Ключевые слова: профессорско-преподавательский состав, условия труда и быта, здоровый образ жизни.



