

# Testi és pszichés állapota is romlott a főiskolai hallgatóknak

2010. december 27. 11:50, hétfő - Dr. Palla Sándor

*Korábbi kutatások arra mutattak rá, hogy az egészségügyi főiskolák hallgatóinak egészségről alkotott fogalma, éppen a tanulmányaiknak köszönhetően, jónak mondható. Vagyis ideális mértékben közelít a legkorszerűbb egészségfogalmat megtestesítő biopszichoszociális szemlélet elveihez. Úgy tűnik azonban, napjainkra ez a kép sok mindenben megváltozott. Nemcsak testi, de pszichés állapota is romlott a főiskolai hallgatóknak.*

Több hazai kutatás arra mutat rá, hogy az egészségügyi diplomával rendelkező nők morbiditási és mortalitási adatai sokkal rosszabbak az átlagpopulációnál. Sőt, az ágazatban dolgozó férfiakénál is. Például a negyvenes korcsoportot vizsgálva arra az eredményre jutottak, hogy az egészségügyben dolgozók között sokkal több a szív- és érrendszeri, idegrendszeri, mozgásszervi megbetegedés, mint a "civil" lakosság körében. Ugyanez a tendencia mutatkozik a pszichés problémák, az egészséggrontó szerek használata és az öngyilkosság hajlam területén. Egy új felmérés szerint az ilyen jellegű problémák már a tanulmányi évek alatt jelentkezhetnek.

A SE Egészségügyi Főiskolai Kara Népegészségtani Intézetének, illetve a Széchenyi István Egyetem Egészségügyi és Szociális Intézetének kutatói a diplomás ápoló szak női hallgatóinak testi-lelki állapotát vizsgálták. Céljuk az volt, hogy megismerjék a végzés előtt álló évfolyamok hallgatóinak egészségmegőrzésről, önértékelésről, a jövőjükkel alkotott képét. A vizsgálatban kétszázhuszonhat harmad- és negyedéves, 23 év átlagéletkorú, nappali hallgató vett részt. A kutatásban részt vevőknek az életmódra, az egészségmegőrzésre való törekvésre, esetleges egészségrontó magatartásukra vonatkozó kérdésekre kellett válaszolniuk. Érdeklődtek továbbá arról, vajon milyen jövőt képzelnek el maguknak a válaszadók, számítanak-e új munkahelyükön stresszhelyzetekre. Tanulmányozták továbbá hatféle egészségkárosító szer heti rendszerességgel való fogyasztásának előfordulását is.

## Elégedetlenek az egészségükkel

A hallgatók egészségi önértékelését a WHO által rendszeresített ötfokú skálán mérték. Kiváló egészségi állapotról csupán a válaszadók 8,5 százaléka számolt be, a legtöbben (61,2 százalék) jónak minősítették, sokan (28,6 százalék) kielégítőnek, 1,7 százalék viszont rossznak ítélte egészségét. A válaszoknál nem találtak összefüggést a hallgatók szociális helyzete és egészségi állapotukról alkotott véleménye között. A pszichikai tünetek gyakoriságát mérő kérdésekben a hallgatók több mint negyven százaléka nyilatkozott úgy, hogy hetente legalább egyszer, olykor többször is érez idegességet, kimerültséget, huszonöt és fél százalékuk panaszkodott heti rendszerességű rossz közérzetre, húsz százalékuk fejfájásra, tizenhét százalékuk szorongásra, a többiek hasonló arányban álmatlanságról, depresszióról számoltak be. Az összes megkérdezett közül csupán hat fő nyilatkozott úgy, hogy nincsenek ilyen tünetei. A pszichés tünetek és a hallgatók lakhelye (fővárosban, vagy kisebb településeken lakók, feltehetően ingázók) között a kutatók találtak összefüggést. Utóbbiaknál gyakrabban fordulnak elő az említett tünetek.

A kutatók választ kerestek arra is, hogy a hallgatók, saját bevallásuk szerint, az élet mely területén találkoznak stresszhelyzetekkel. Egy válaszadó többfelét is megjelölhetett. A legtöbbször (több mint 80 százalékuk) első helyen a tanulást említette. Sokan az időhiányt és majdnem ennyien az anyagi gondokat jelölték meg. Minden harmadik hallgató párválasztási gondokat is jelzett, hasonló arányú volt a családi problémákkal küzdők száma is. A kutatók szerint összefüggés mutatható ki a hallgatók által megjelölt stressztényezők száma és pszichés tüneteik gyakorisága között. Jövőjük gondolata a hallgatók majdnem negyven százalékát szorongással töltötte el. A válaszadók túlnyomó többsége úgy gondolta, hogy jövőbeli magánéletükben a legnagyobb problémát a szabadidő hiánya jelenti majd. Ennél kevesebben aggódtak a várható anyagi gondok, családi és munkahelyi konfliktusok miatt.

## Szoronganak az új munkahelytől

Pályáját a többség (nyolcvan százalék) diplomás ápolónőként kívánta folytatni. Eljövendő munkahelyüktől a leginkább azért tartanak, mert félnek ápoló munkatársaik elutasító magatartásától. Sokan szoronganak attól, hogy diplomás létükre "alantasabb" munkákat bízna majd rájuk. A rájuk váró feszített munkatempó, a három műszak sokkal kevesebb hallgatóban keltett aggodalmat. A megkérdezettek közül, jövőjüket illetően, egyértelműen optimista volt huszonnyolc százalék, vegyes érzelmekkel nézett a jövőbe hatvannyolc százalék és teljesen borúlátó volt több mint öt százalék. A hallgatókban kialakult jövőkép és rossz fizikai közérzetük között enyhe összefüggést tapasztaltak a kutatók.

Mivel a testi kondíció és a lélek egészségének megőrzése egyaránt nagymértékben függ a fizikai aktivitástól, a vizsgálat kérdéseket tett fel a hallgatók ilyen jellegű életmódbeli szokásairól is. A válaszok szerint a hallgatók alig több, mint három százaléka sportolt versenyszerűen, szabadidős elfoglaltságként huszonegy százalék választotta a sportot. Ők hetente többször is végeztek valamilyen aktív testmozgást.

## Dohányoznak, fájdalomcsillapítót szednek

A többség (majdnem hatvan százalék) csak rendszertelenül, néha, vagy egyáltalán nem sportolt. A felmérés adataiból világosan kiténik, hogy egyenes összefüggés van a rendszeres sporttevékenység és a hallgatók önmagukról alkotott egészségi képe között. A vizsgálat kiterjedt az egészségkárosító magatartásformák kutatására is. Az eredmények szerint heti rendszerességgel a hallgatóknak több mint egyharmada dohányzik, egyötödük

fájdalomcsillapítókat szed, több mint hét százalékuk pedig alkoholt fogyaszt.

A tanulmány összegzésében a kutatók felhívják arra a figyelmet, hogy vizsgálati eredményeik hozzávetőlegesen megegyeznek a hasonló korú átlag női populáció eredményeivel, ami elgondolkodtató tény. Ezek szerint ugyanis a diploma előtt álló ápolónők hasonlóan vélekednek az egészségi állapotukról, az egészségmegőrzés kérdéseiről, mint kevésbé képzett, esetleg alacsonyabban iskolázott kortársaik. Ennek ismeretében a kutatók feltételezik (noha hasonló felmérés adatai nem állnak rendelkezésre), hogy más felsőoktatási intézmények diákjai jobb egészségnek örvendenek, mint a gyógyítás iránt elkötelezett diplomás ápolónőjelöltek. "Eredményeink szerint a hallgatók egy része, fizikai és mentális egészségét tekintve, már a munkaerőpiacon jelentős hátránnyal indul, ami csak fokozódik az elhelyezkedést követően" - vonják le a tanulságot a kutatók.

*Lóránth Ida (Forrás: Kórház)*

## **WebDoki**

---

<http://www.webdoki.hu/cikk.php?cid=63373>