

ფაღავა ყ., მიშო პ. - ა., ფაღავა ე., ჟანიანი ა., ჭანტურიშვილი თ., აბაშიძე გ.

ჯანსაღი ცხოვრების წესი და მოზარდები

თბილისის სახელმწიფო სამედიცინო უნივერსიტეტი;

სამედიცინო ბიოტექნოლოგიის ინსტიტუტი; ლოზანას

(შვეიცარია) უნივერსიტეტის სოციალური და პრევენციული

მედიცინის ინსტიტუტის მოზარდთა ჯანმრთელობის ცენტრი

ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის განარტების თანახმად, მოზარდად ითვლება ადამიანი სივოცხლის მეორე დეკადაში. მოზარდობის პერიოდის მნიშვნელობა უაღრესად დიდია: სრულდება პიროვნების ჩამოყალიბება, ფიზიკური, სქესობრივი და ინტელექტუალური მომწიფება, ფორმდება ჯანმრთელობაზე ზემომქმედი ჩვევები. ზემოაღნიშნული მეტყველებს მოზარდთა ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული ქცევის შესწავლის აუცილებლობაზე ცხოვრების ჯანსაღ წესთან მიმართებაში.

თბილისის სახელმწიფო სამედიცინო უნივერსიტეტის პედიატრიისა და მოზარდთა მედიცინის კათედრაზე (ამჟამად ბავშვთა და მოზარდთა მედიცინის მიმართულება) 1996 წლიდან პოსტაბჭოთა სივრცეში პირველად დაიწყო მოზარდთა მედიცინის სწავლება (წინად იგი ისწავლებოდა მხოლოდ მოზარდთა ჰიგიენის სახით) [1-3], მიმდინარეობს კვლევა აღნიშნული მიმართულებით [4-7,9-10,13-15], კათედრის წარმომადგენელი მონაწილეობს მოზარდთა მედიცინაში ევროპული კურიკულუმის შედგენაში [12].

2002—2004 წლებში შვეიცარიის სამეცნიერო ფონდის მხარდაჭერით (SCOPES: 7GEPj065646) ქართველი და შვეიცარიელი მკვლევარების მიერ განხორციელდა სპეციალური კვლევა საქართველოში მოზარდთა ჯანმრთელობისა და ქცევის შესასწავლად. წარმოდგენილი ნაშრომის (იგი ფრაგმენტია ამ კომპლექსური შრომისა) მიზანს შეადგენდა მოზარდების ცხოვრების ჯანსაღ წესთან დაკავშირებულ ქცევის შესახებ მასალების წარმოჩენა და ანალიზი საერთაშორისო კონტექსტში.

მასალები და მეთოდები. კვლევის ტიპი -კროს-სექციური. ხდებოდა კითხვარების (87 შეკითხვა ოთხენოვანი - ქართული რუსული, აზერბაიჯანული, სომხური) ანონიმური შევსება. სულ გამოკითხული იყო IX-XI კლასის 9499 მოსწავლე. კლასები შეირჩა რანდომიზირებული კლასტერული მეთოდით მთლიანად საქართველოში (აფხაზეთისა და ცხინვალის რეგიონის გარეშე) (სულ 599). მონაცემები შეყვანილი და დამუშავებული იყო EpiData და SPSS 13.0 მეშვეობით . კვლევის მეთოდიკა დაწვრილებითაა მოცემული ჩვენს მიერ უკვე გამოქვეყნებულ სტატიებში [5,9]. კითხვარები შეავსო 5431 (57.2%) გოგონამ და 3815 (40.2%) ვაჟმა. საშუალო ასაკი იყო 15.57+1.04 წელი. რესპონდენტთა 33.0% - სოფლის მაცხოვრებელი ხოლო 62.2% - ქალაქის. მიღებული შედეგები შედარდა შვეიცარიაში [8] და აშშ-ში [11] იმავე პერიოდში ჩატარებული ანალოგიური კვლევის შედეგებს.

მიღებული შედეგები და მათი განხილვა.

ცხოვრების ჯანსაღი წესის ერთ-ერთი უმთავრესი პარამეტრია დეპრესია. დეპრესიას კი ყველაზე თვალსაჩინოდ სუიციდის სიხშირე ასახავს. გამოკითხულთა 7.9% (9.5% გოგონები 6.1% ვაჟები 9.0% ქალაქის მაცხოვრებლები, 6.2% სოფლის მაცხოვრებლები) უკანასკნელი წლის განმავლობაში ფიქრობდა თვითმკვლელობაზე, ხოლო მცდელობა ჰქონდა 3.3%-ს (3.7% გოგონები 2.7% ვაჟები 3.6% ქალაქის მაცხოვრებლები 2.7% სოფლის მაცხოვრებლები). მთელი ცხოვრების განმავლობაში თვითმკვლელობის მცდელობა 5.1%—ს (6.3% გოგონები, 3.5% ვაჟები; 5.8% ქალაქის მაცხოვრებლები 3.8% სოფლის მაცხოვრებლები) ჰქონდა. შვეიცარიაში სქესის მიხედვით მაჩვენებლები იყო 3.7 და 1.7%; აშშ-ში - 11.5 და 5.4%.

გამოკვლევამდე ბოლო კვირის განმავლობაში საქართველოში ვაჟების 54.5% და გოგონების 39.7% სულ ცოტა 3 დღის (დღეში სულ ცოტა 20 წუთის) განმავლობაში აქტიურ ფიზიკურ აქტივობას ეწეოდა (გაოფლიანდნენ და სუნთქვა გაუხშირდათ). შვეიცარიაში ანალოგიური მაჩვენებლები იყო - 68.2 და 47- 1%, ხოლო აშშ-ში - 70.0 და 55.0%.

გამოკითხულთა 73.0% გამოაცხადა, რომ არასოდეს მოუწევია; 2.4% - თავი დაანება მოწევას,

ხოლო 6.1% და 3.9% - ეწევა არარეგულარულად (საშუალოდ 20.3. . სიგარეტი კვირაში) და რეგულარულად საშუალოდ 13.8 სიგარეტი დღეში). თავს თამბაქოს რეგულარულ მწეველად მიიჩნევს გოგონების 0.9 და ვაჟების 8.5%, შვეიცარიაში - 17.8 და 17.7%, აშშ-ში - 15.8 და 15.7%.

შეკითხვას "ოდესმე თუ დამთვრალხართ? დადებითად უპასუხა გამოკითხულთა 28.5%-80 (20.7% გოგონა , 40.1% ვაჟი; 31.2% ქალაქის მაცხოვრებელი, 24.7% სოფლის მაცხოვრებელი). ბოლო წლის განმავლობაში ერთ ჯერზე სასმელის 5 "სტანდარტულ,, [დაახლოებით 12გ სუფთა სპირტზე გადაანგარიშებით] დოზაზე მეტი დალევა მოუწია რესპონდენტთა 17.9%-ს (13.3% გოგონა, 24.6% ვაჟი 19.7% ქალაქის მაცხოვრებელი, 15.1% სოფლის მაცხოვრებელი). შვეიცარიაში - 30.4% გოგონა და 51.4% ვაჟი აშშ-ში — 27.5 და 29.1%. ალკოჰოლის მიღების შემდეგ მანქანას მართავდა გოგონების 13.6% და ვაჟების 31.3%; შვეიცარიაში -- 18.8 და 48.1%, აშშ-ში - 8.9 და 15.2%.

მარიჟუნა ერთხელ მაინც გაუსინჯავთ საქართველოს გოგონების 1.3% და ვაჟების 11.8%, შვეიცარიაში - 46.0 და 50.5%, აშშ-ში - 37.6 და 42.7%. პერიოდულად ეწევიან მარიჟუნას საქართველოს გოგონების 0.5% და ვაჟების 4.5%, შვეიცარიაში - 26.5 და 40.1%, აშშ-ში - 19.3 და 25.4%.

გამოკითხულთა 49.6% თავის წონას აღიქვამს როგორც ნორმალურს 4.4% და 15.4% თავს ძალიან გამხდრად და გამხდრად მიიჩნევს, ხოლო 20.2% და 2.4% - მსუქნად და ძალიან მსუქნად. თავს ჭარბი წონის მქონედ მიიჩნევს გოგონების 33.5 და ვაჟების 9.4%, შვეიცარიაში - 49.9 და 16.9%, ხოლო აშშ-ში - 36.1 და 23.5%.

დასკვნები.

საქართველოს მოზარდებში ცხოვრების ჯანსაღი წესის ამსახველი პარამეტრები მათი შვეიცარიელი და ამერიკელი თანატოლების ანალოგიური მონაცემების დიაპაზონშია. ყურადღებას იპყრობს საქართველოს მოზარდების შედარებით ნაკლები ფიზიკური აქტივობა.

კვლევის შედეგად მიღებული ინფორმაცია შეიძლება გამოყენებული იქნას საფუძვლად მოზარდთა ჯანმრთელობისა და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული ქცევის მონიტორინგისა და მიზანდასახული ღონისძიებების დასაგეგმად და ჩასატარებლად.

ლიტერატურა

1. ბავშვთა და მოზარდთა მედიცინის სწავლების ინტეგრაციის საკითხისათვის / ფაღავა ყ. // თბილისის სახელმწიფო სამედიცინო უნივერსიტეტი! სასწავლო-მეთოდური კონფერენცია. თეზისები - თბილისი , 1997 — გვ.39
2. მოზარდთა მედიცინის სწავლების საკითხისათვის/ ყ. ფაღავა საქართველოს სამედიცინო მოამბე. —2006. - N2,შ' 1.— გვ. 12-15
3. მოზარდთა მედიცინა: დამხმარე სახელმძღვანელო / ყ. ფაღავა , თ. ჭანტურიშვილი - თბილისი 2002 - 56 გვ
4. A Test of Jessor's Problem Behavior Theory in Eurasian and Western European Developmental Contexts / Alexander T. Vazsonyi, Pan Chen, Maureen Young, Dusty Jenkins, Sara Browder, Emily Kahumoku, Karaman Pagava, Helen Phagava, Andre Jeannin and Pierre-Andre Michaud// J Adolesc Health. 2008 Dec;43(6):555-64
5. Adolescents Health in Georgia — National Portrait /Pagava K, Michaud PA, Phagava H, Jeannin A, AbashidzeG. // Georgian Medical News. 2006; #1 :71-75
6. Health-Related Interests of Georgian Adolescents /Bouche M, Simonia G, Phagava H, Tabidze N, Pagava K // Georgian Med News. 2005. Oct;(127):41-43
7. Relationship between Immune Status and Activity of the Lymphocyte Energy Supply System in Adolescents Suffering from Frequent Diseases [Article in English, Russian]AI Sukoyan GV, Mamuchishvili IG, Pagava KI. // Bull Exp Biol Med. 2005 Jun;139(6):695-7
8. SMASH 02 — Swiss Multicenter Adolescent Study on Health, 2003
9. The Georgian Adolescent Health Survey: methodological and strategic issues / Michaud PA Pagava K., PhagavaH., Abashidze G, Chanturishvili T., Jeannin A. // Soz Praventivmedizin. 2006;Volume 5], Number 1:54 - 62
10. Trends of Morbidity of Adolescents in Georgia / Pagava K, Khushitashvili A, Glonti D, Manjavidze I. // Abstract book. XXII International Congress of Pediatrics. Am-თეშა, 1998 — P.126
11. USYRBS 2003 -United States, Youth Risk Behavior Survey /,2004

12. www.euteach.com

13. Здоровье подростков в большом городе Пагава Ц, МшлоП-А., ЖашшА., ПагаваКМ. Российский емейный врач. - 2006. Том 10, #2. - С.25-27

14. Рисковое поведение подростков в большом городе / Пагава ER, Мишо ПА Жанин А., Закашвили ИЗ Пагава КМ. // Вестник РГМУ.- 2007.- N 1 (54). — С.65-69.

15. Состояние здоровья подростков в Грузии. {аучный обзор / Пагава КМ. // Georgian Medical Journal. - 2004. - (114), сентябрь. - С. 51-54. agava K, Michaud PA Paghava H, Jeannin A, Chanturish-

lii T, Abashidze G 'HEALTHY LIFE STYLE AND ADOLESCENTS

**TBILISI STATE MEDICAL UNIVERSITY; INSTITUTE OF
MEDICAL BIOTECHNOLOGY; INSTITUTE OF SOCIAL AND
PREVENTION MEDICINE, UNIVERSITY OF LAUSANNE, SWITZERLAND**

"To determine the healthy lifestyle parameters (body image, physical activity, suicide attempts, alcohol consumption, smoking and drug abuse) among adolescents in Georgia and to compare them to the international analogues. Cross-sectional study was performed by means of the anonymous questionnaires among 9499 pupils from different regions of Georgia. The participants of this survey were the pupils of upper three classes (IX-XI), which were selected by cluster random sampling. The questionnaire was prepared in 4 languages (Georgian, Russian, Azeri, and English). The data were processed in EpiData and SPSS 13.0. Healthy lifestyle parameters among adolescents in Georgia are in the range of the same parameters among the adolescents in the USA and Switzerland. It has been noted that the adolescents in Georgia have lower physical activity parameters in comparison to their peers in the USA and Switzerland. Obtained results can be used as baseline information for planning and implementing of the purposeful actions, as well as for the monitoring.