

Magdalena Reiwer-Gostomska,
Małgorzata Pietrzykowska,
Piotr Gutknecht,
Janusz Siebert

Katedra Medycyny Rodzinnej, Gdański
Uniwersytet Medyczny

Wpływ wiedzy medycznej na zachowania prozdrowotne studentów VI roku Wydziału Lekarskiego

The influence of medical knowledge on lifestyle of medical students

STRESZCZENIE

Wstęp. Ważnym elementem procesu walki z otyłością jest kształcenie młodych lekarzy; program szkolenia powinien uwypuklać problem otyłości oraz sposoby radzenia sobie z nią oraz jej powikłaniami.

Cel pracy. Celem tej pracy była ocena podejścia studentów VI roku studiów medycznych do problemu otyłości, z uwzględnieniem ich osobistych uwarunkowań oraz wpływu kształcenia medycznego na ich postawę jako przyszłych lekarzy.

Materiał i metody. Badaniu ankietowemu poddano 200 studentów VI roku Wydziału Lekarskiego Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego w latach akademickich 2013/2014 oraz 2014/2015. Pytania obejmowały zagadnienia dotyczące: wiedzy na temat aktualnej wagi i BMI, informacje o próbach redukcji masy ciała osoby ankietowanej, zastosowanej metody oraz jej skuteczności. Dodatkowo poproszono o podanie motywacji do odchudzania.

Wyniki. Wśród grupy badanej zaobserwowano, że 29 osób (14,5%) ma nadmierną masę ciała, z czego dwie osoby otyłe; 139 osób (69,5%) podejmowało w przeszłości próbę redukcji masy ciała, z czego 86,27% (88 osób) skutecznie. U 71,43% ankietowanych (143 osoby) występowała otyłość w rodzinie. Oceniając wpływ wiedzy uzyskanej w czasie studiów medycznych na zachowania prozdrowotne studenci odpowiadali, że wcale nie wpływa (2%), oddziałuje w niewielkim stopniu (43,5%), ma duży wpływ (54,5%).

Wnioski. Z uwagi na rosnący problem otyłości program studiów lekarskich powinien szczegółowo obejmować zarówno aspekt zagrożenia nadmierną masą ciała, jak i konsekwencje oraz sposoby radzenia sobie z tym problemem

Forum Medycyny Rodzinnej 2015, tom 9, nr 3, 246–248

Słowa kluczowe: otyłość, studenci, świadomość, styl życia

ABSTRACT

Introduction. Education of students and young doctors is a key aspect of fighting the problem of obesity in our society.

Aim of the study. The aim of the study was the analysis of the approach of students attending the last year of medical studies to the problem of obesity.

Material and methods. A total of 200 students of the 6th year of medical studies answered a questionnaire on their BMI, eating habits and body weight control.

Results. 14.5% of investigated students were overweight or obese. 139 people attempted to lose weight, from which 86.27% claimed to be successful. 71.43% of the students had obese relatives. According to 54.5% of students knowledge obtained during medical studies is useful in maintaining right lifestyle. On the other hand, 45.5% estimated the impact of medical knowledge as unsatisfactory.

Conclusions. 1. The results of this study confirm the importance of promotion of healthy nutrition and physical activity during medical studies. 2. The treatment of obesity and its complications should be highlighted during medical studies.

Forum Medycyny Rodzinnej 2015, vol 9, no 3, 246–248

Key words: obesity, students, attitude, lifestyle

Adres do korespondencji:
dr n. med. Magdalena Reiwer-Gostomska
Katedra Medycyny Rodzinnej,
Gdański Uniwersytet Medyczny
ul. Dębinki 2, 80–211 Gdańsk
tel. 58 349 15 75
e-mail: magreiw@wp.pl

WSTĘP

Nie ulega wątpliwości, że otyłość w naszych czasach jest powszechnym zjawiskiem. Niemniej coraz więcej osób zdaje sobie sprawę z wagi problemu i coraz więcej wysiłków podejmuje się w celu ograniczenia tej epidemii. Ważnym elementem tego procesu jest kształcenie młodych lekarzy; program szkolenia obejmuje problem otyłości, sposoby radzenia sobie z nią oraz jej powikłaniami.

CEL PRACY

Celem tej pracy była ocena podejścia studentów VI roku studiów medycznych do problemu otyłości, z uwzględnieniem ich osobistych

uwarunkowań oraz wpływu kształcenia medycznego na ich postawę jako przyszłych lekarzy.

MATERIAŁ I METODY

Badaniu ankietowemu poddano 200 studentów VI roku Wydziału Lekarskiego Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego w latach akademickich 2013/2014 oraz 2014/2015. W pracy wykorzystano autorski kwestionariusz oraz metryczkę z podstawowymi danymi o ankietowanych.

Udział w ankiecie był dobrowolny i anonimowy.

Pytania obejmowały zagadnienia dotyczące: wiedzy na temat aktualnej wagi i swój

wskaźnik masy ciała (BMI, *body mass index*), informacje o próbach redukcji masy ciała osoby ankietowanej, zastosowanej metody oraz jej skuteczności. Dodatkowo poproszono o podanie motywacji do odchudzania.

Ponadto zapytano o występowanie osób otyłych w rodzinie i postawę ankietowanego wobec niej (zachęta i poradnictwo w zakresie utraty masy ciała). Badano również, czy wiedza uzyskana w czasie studiów medycznych wpływa na poprawę stylu życia respondenta. Studenci musieli również określić, czy są w stanie być właściwym wzorem dla pacjenta.

WYNIKI

Badaną grupę stanowiło 200 studentów, z czego przeważającą część stanowiły kobiety (129 kobiet; 64,63%). Każdy z uczestników podał swoją obecną wagę i wzrost; 85% (170 osób) podało również swoje BMI. Średni wiek studentów wynosił 24,69 (SD 1,192). Średnie BMI podane przez studentów w ankiecie 22,36 (SD 2,91), średnie BMI wyliczone na podstawie danych wynosiło 22,2 (SD 2,934). Wśród grupy badanej zaobserwowano 14,5% (29 osób) z nadmierną masą ciała, z czego dwie osoby były otyłe; 9% studentów miało niedowagę.

Aż 139 osób (69,5%) podejmowało w przeszłości próbę redukcji masy ciała, z czego 86,27% (88 osób) skutecznie. Wskazując na powód do odchudzania, 69 osób (34,5%) podało więcej niż jedną odpowiedź; 121 studentów (60,5%) wskazało wygląd, dla 83 (41,5) istotne było zdrowie, 19 osób (9,5%) wskazywało na inne przyczyny, wśród nich najczęściej

samopoczucie, a także wzrost atrakcyjności, ewentualnie wymagania sportowe.

U 71,43% ankietowanych (143 osoby) występowała otyłość w rodzinie. Niemniej 70% studentów posiadających osoby otyłe w rodzinie zadeklarowało, że zachęca i edukuje ich w zakresie zmiany stylu życia.

Studenci zapytani o wpływ wiedzy uzyskanej w czasie studiów medycznych na zachowania prozdrowotne odpowiedzieli, że wcale nie wpływa (2%), oddziałuje w niewielkim stopniu (43,5%), ma duży wpływ (54,5%).

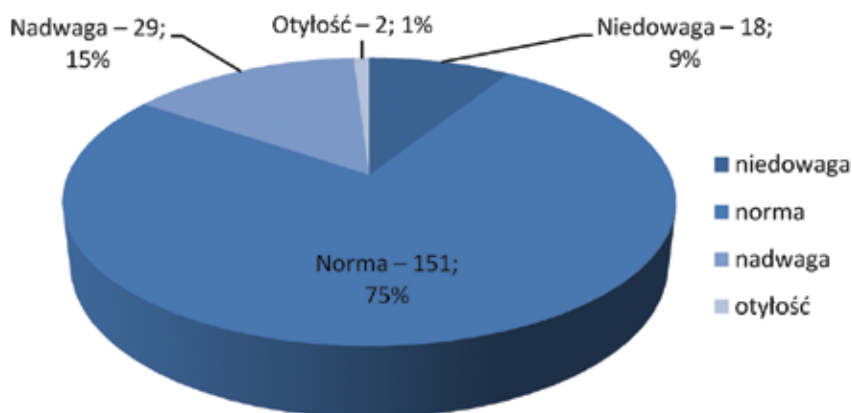
DYSKUSJA

Występowanie otyłości jest powszechnym problemem współczesnych czasów, obejmującym swoim zasięgiem całą kulę ziemską. Jak podaje raport Głównego Urzędu Statystycznego na 2009 rok 52% polskiego społeczeństwa odznacza się nadwagą lub otyłością [1].

Zgodnie z definicją Światowej Organizacji Zdrowia, za otyłość uznaje się BMI powyżej 30 kg/m² i wyższy. Konsekwencją nadmiernego ciężaru ciała jest rozwój licznych powikłań, takich jak cukrzyca typu 2, choroba niedokrwienna serca, nadciśnienie tętnicze, udar mózgu, wzrost występowania niektórych nowotworów, zespołu bezdechu sennego oraz zmian zwyrodnieniowych stawów [2].

Uzyskane wyniki wskazują, że masa ciała studentów VI roku Wydziału Lekarskiego znajduje się w granicach normy. Niemniej prawie 70% respondentów podjęło próbę przejścia na dietę z różnych przyczyn.

Dla młodych ludzi niezwykle ważny jest wygląd, aspekt zdrowotny znajduje się dopiero na



Rycina 1. BMI osób ankietowanych

drugim miejscu. Jako przyszli lekarze, studenci mają niejako obowiązek rozpowszechniać w swoim środowisku zachowania prozdrowotne i taki trend zaobserwowano u respondentów posiadających osoby otyłe w rodzinie.

Zadaniem lekarzy będzie również udzielanie wskazówek dietetycznych swoim pacjentom. Z uwagi na rosnący problem otyłości w społeczeństwie program studiów lekarskich powinien obejmować zarówno aspekt zagrożenia nadmierną masą ciała, jak i konsekwencje oraz sposoby radzenia sobie z tym problemem. Nasza ankieta dowodzi, że niewiele ponad połowa studentów uznaje wiadomości uzyskane podczas zajęć za cenne w życiu prywatnym i zawodowym. Z drugiej strony reszta ankietowanych deklaruje, że informacje uzyskane na studiach nie wpływają na ich zachowania prozdrowotne. W swojej pracy Klein i wsp. podkreślają konieczność dyskusji lekarza z pacjentem o dietach i odżywianiu [3]. Również Abraham podkreśla, że interwencja lekarza w zakresie nawyków żywieniowych oraz aspektów psychologicznych pozwala ograniczyć rozwój zaburzeń odżywiania [4].

WNIOSKI

1. Problem otyłości powinien być w większym stopniu uwzględniany w programie nauczania studentów medycyny.
2. Studenci VI roku studiów medycznych wkrótce rozpoczną pracę zawodową z tysiącami pacjentów, dlatego warto pobudzić ich czujność wobec otyłości i jej powikłań, czego efektem może być ograniczenie występowania problemu.

PIŚMIENNICTWO

1. Problem nadwagi i otyłości w Polsce wśród osób dorosłych: dane epidemiologiczne. Raport Głównego Urzędu Statystycznego „Stan zdrowia ludności w 2009 r.”, 2009.
2. Schwandt P. Can we slow down the global increase o adiposity? *Int. J. Prev. Med.* 2001; 2: 115–116.
3. Klein J.D., Postle C.K., Kreipe R.E. i wsp. Do physicians discuss needed diet and nutrition health topics with adolescents? *J. Adolesc. Health.* 2006; 38: 608.e1–6.
4. Abraham S.F. Dieting, body weight, body image and self-esteem in young women: doctors' dilemmas. *Med. J. Aust.* 2003; 178: 607–611.