

УДК 614.2

DOI 10.24412/2312-2935-2024-4-477-493

## **МНЕНИЕ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ О ВЛИЯНИИ ИНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГИЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Ю.В. Федорова*

*ФГБОУ ДПО «Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования» Минздрава России, г.Москва*

**Ведение.** Проблема формирования здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью остается одной из главных в современном обществе, в связи с чем в национальном проекте Демография один из федеральных проектов посвящен укреплению общественного здоровья. Важность влияния интернета на формирование здорового образа жизни изучалось многими авторами. Однако в настоящее время остается не изученным влияние информации, которую может получить население, по вопросам формирования приверженности к здоровому образу через сеть Интернет, а данное исследование обусловлено растущей популярностью интернет-технологий и их потенциалом в сфере формирования здорового образа жизни.

**Цель.** Изучить мнение медицинских работников о влиянии интернет-технологий на формирование здорового образа жизни.

**Материалы и методы.** В исследовании использовались статистический и социологически методы. Для изучения мнения медицинских работников о влиянии интернет-технологий на формирование здорового образа жизни была разработана анкета, которая включала 25 вопросов и содержала блок вопросов о медицинском работнике и блок вопросов о его мнении о влиянии интернет-технологий на формирование здорового образа жизни лично на него и на пациентов. В тестовом анкетировании приняли участие 68 медицинских работников.

**Результаты.** Мнение медицинских работников, принявших участие в опросе, о достоверности источников информации о здоровом образе жизни в Интернете разделилось практически поровну: 52,9% считают информацию достоверной и 47,1%, наоборот, не достоверной. Большинство из опрошенных медицинских работников (54,4%,) считают наиболее эффективной технологией получения информации о ЗОЖ использование социальных сетей, 39,7% признают приоритет использование поисковой системы Интернета, 33,8% доверяют информации, полученной от медицинских работников, 27,9% доверяют информации, полученной от друзей, коллег или родственников, 25,0% считают наиболее информативными сайты медицинских организаций.

**Обсуждение.** Исследование подтвердило результаты ранее проведенных исследований Честнова О.П. с соавторами, которые установили, что внедрение мобильного здравоохранения в национальные системы здравоохранения позволит вывести на новый уровень информирование населения о мерах по сохранению и укреплению здоровья. Однако в настоящее время остается не изученным влияние информации, которую может получить население, по вопросам формирования приверженности к здоровому образу через сеть Интернет.

**Заключение.** Две трети респондентов считают, что человек сам должен подбирать информацию о здоровом образе жизни, многие из опрошенных считают, что информировать население должен врач-специалист, врач -терапевт участковый, врач общей практики или

медицинская сестра. Почти половина опрошенных медицинских работников признают роль Интернета как источника информации о здоровом образе жизни.

**Ключевые слова.** Здоровый образ жизни, медицинские работники, интернет-технологии, медицинская организация

## **OPINION OF MEDICAL WORKERS ON THE INFLUENCE OF INTERNET TECHNOLOGIES ON THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE**

*Y.V. Fedorova*

*Russian Medical Academy of Continuing Professional Education, Ministry of Health of Russia, Moscow, Russia.*

**Introduction (relevance).** The problem of forming a healthy lifestyle and responsible attitude to one's health remains one of the main problems in modern society, in connection with which one of the federal projects in the national project Demography is devoted to strengthening public health. The importance of the influence of the Internet on the formation of a healthy lifestyle has been studied by many authors. However, at present, the influence of information that the population can receive on issues of forming a commitment to a healthy lifestyle via the Internet remains unstudied, and this study is due to the growing popularity of Internet technologies and their potential in the field of forming a healthy lifestyle.

**Aim:** To study the opinion of medical workers on the influence of Internet technologies on the formation of a healthy lifestyle

**Materials and Methods.** The study used statistical and sociological methods. To study the opinion of medical workers on the influence of Internet technologies on the formation of a healthy lifestyle, a questionnaire was developed that included 25 questions and contained a block of questions about the medical worker and a block of questions about his opinion on the influence of Internet technologies on the formation of a healthy lifestyle personally for him and for patients. 68 medical workers took part in the test survey.

**Results.** The views of the medical professionals who participated in the survey were nearly evenly split regarding the reliability of internet sources for information about a healthy lifestyle: 52.9% considered the information reliable, while 47.1% deemed it unreliable. The majority of surveyed medical workers (54.4%) found that social networks were the most effective source for obtaining information about a healthy lifestyle, while 39.7% prioritized internet search engines, 33.8% trusted information from medical professionals, 27.9% trusted information from friends, colleagues, or relatives, and 25.0% considered websites of medical organizations the most informative.

**Discussions.** The study confirmed the results of previous studies by Chestnov O.P. and co-authors, who found that the introduction of mobile health into national health systems will allow for a new level of public awareness of health preservation and promotion measures. However, the impact of information that the population can receive on issues of forming a commitment to a healthy lifestyle via the Internet remains unstudied at present.

**Conclusions (conclusion).** Two-thirds of respondents believe individuals should actively seek information on a healthy lifestyle independently, while many of those surveyed feel it should be the responsibility of specialist doctors, general practitioners, or nurses to inform the public. Almost half of the medical workers recognize the internet as a valuable source of information about a healthy lifestyle.

**Key words:** Healthy lifestyle, medical workers, internet technologies, medical organization.

**Ведение.** Проблема формирования здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью остается одной из главных в современном обществе.

В национальном проекте Демография один из федеральных проектов посвящен укреплению общественного здоровья [1].

Был создан официальный Интернет-портал Министерства здравоохранения Российской Федерации который называется <http://www.takzdorovo.ru/> и который посвящен здоровому образу жизни [2].

Поддержка и развитие интернет-портала takzdorovo.ru, официального интернет-ресурса Министерства здравоохранения Российской Федерации, посвященного здоровому образу жизни, вносит свой вклад в достижение глобальных целевых показателей, установленных Президентом Российской Федерации в Указе «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года». Проведение коммуникационной кампании в рамках реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» позволило привлечь граждан использовать достоверный интернет-ресурс о здоровом образе жизни, наполнением которого занимаются ведущие эксперты в сфере охраны здоровья [3].

Важность влияния интернета на формирование здорового образа жизни изучалось многими авторами, что подчеркивает актуальность планируемого исследования.

Честнов О.П. с соавторами установили, что внедрение мобильного здравоохранения в национальные системы здравоохранения позволит вывести на новый уровень информирование населения о мерах по сохранению и укреплению здоровья. Это, в свою очередь, позволит существенно сократить популяционную нагрузку от основных факторов риска и окажет положительное влияние на снижение заболеваемости и преждевременной смертности и, следовательно, на улучшение социально-экономического состояния общества [4].

Программа формирования представлений о здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста средствами мультимедиа и интернет- технологий показала свою эффективность: на 36 % снизилась заболеваемость учащихся, 62 % школьников занимаются в спортивных секциях и детско-юношеских спортивных школах, родители отмечают, что дети больше времени проводят на свежем воздухе, играют в подвижные игры, делают зарядку по утрам, соблюдают правила личной гигиены,- отмечает в своей работе Горбачев Д.Ю [5].

Лебедев Г.С. с соавторами сделали вывод, что Интернет-технологии заняли прочные позиции в здравоохранении и уже сейчас включены практически во все аспекты медицины - от ведения здорового образа жизни до удаленного мониторинга физиологических функций организма [6].

Максимушкина Е. А. и Верина Т. П. в статье «Влияние современных масс-медиа (интернета и социальных сетей в частности) на изменение концепта «здоровый образ жизни» среди молодежи» говорят о том, что действительно популярным среди молодежи концепт «ЗОЖ» стал благодаря интернету и социальным сетям [7].

В своем исследовании Боярских П.С. и Гергега Н.Н. подчеркнули, что Интернет и социальные сети являются одной из основных сфер, которая пропагандирует ЗОЖ. На данный момент это является «трендом» во всемирной сети [8].

Применение современных информационных технологий главный способ качественного доведения информации, утверждают С.В.Левицкая, С.В., Запорожская И.В [9].

В связи с вышеизложенным, можно утверждать, что в настоящее время остается не изученным влияние информации, которую может получить население, по вопросам формирования приверженности к здоровому образу через сеть Интернет, а данное исследование обусловлено растущей популярностью интернет-технологий и их потенциалом в сфере формирования здорового образа жизни.

**Цель исследования:** изучить мнение медицинских работников о влиянии интернет-технологий на формирование здорового образа жизни

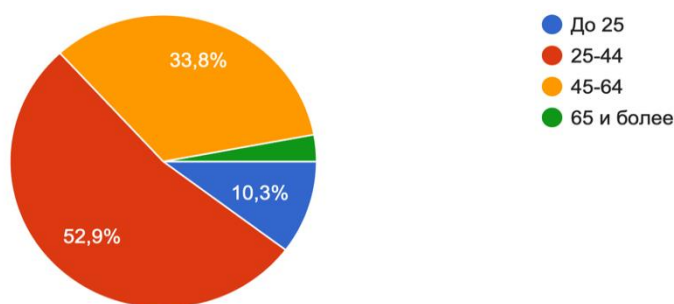
**Материалы и методы.** В исследовании использовались статистический и социологически методы.

Для изучения мнения медицинских работников о влиянии интернет-технологий на формирование здорового образа жизни была разработана анкета, которая включала 25 вопросов и содержала блок вопросов о медицинском работнике и блок вопросов о его мнении о влиянии интернет-технологий на формирование здорового образа жизни лично на него и на пациентов. Анкету можно было заполнить на бумажном носителе, а также в электронном виде с использованием Google -форм. Статистическая обработка материала проводилась с расчётом относительных величин – экстенсивных показателей и доверительного интервала.

В тестовом анкетировании приняли участие 68 медицинских работников. Среди респондентов оказалось 29,4% (95%, ДИ 18,6-40,2%) мужчин, и, соответственно, 70,5% (95%,

ДИ 59,7-81,3%) женщин, что соответствует в целом во всей когорте медицинских работников-врачей в стране.

**Результаты.** Распределение респондентов по возрасту представлено на рисунке 1. Из данных рисунка следует, что 52,9% (36 человек) (95% ДИ 40,9-64,9%) респондентов принадлежат к возрастной группе 25-44 лет, то есть находятся в трудоспособном активном возрасте. Эта группа, как правило, более открыта к новым технологиям и может активно использовать интернет в своей практике. К возрастной группе 45-64 года относятся 33,8% (23 человека) (95%, ДИ 22,6-45,0%) респондентов, что также указывает на значительное присутствие опытных специалистов, которые могут сочетать традиционные и современные подходы к сбережению здоровья. Наконец, 10,3% (7 человек) (95%, ДИ 3,1-17,5%) участников анкетирования составляют молодые специалисты в возрасте до 25 лет, что свидетельствует о присутствии новых взглядов и инновационных идей. Только 3,0% (2 человека) (95%, ДИ 0-6,9%) респондентов находятся в возрасте 65 лет и старше, что может ограничивать возможности для внедрения интернет-технологий среди более старшего поколения медицинских работников, которое, возможно, менее знакомо с современными цифровыми инструментами.



**Рисунок 1.** Распределение респондентов по возрасту, %

На вопрос о месте проживания все анкетлируемые единогласно ответили, что проживают в городских поселениях (города и поселки). Респонденты проживали в разных субъектах Российской Федерации: в г. Москва, Новосибирск, Архангельск, Санкт-Петербург, Севастополь, Тверь, Смоленск, Белгород, а также в городах Республики Коми, Чувашской Республике, Республике Башкортостан, Пермского и Приморского краев. Так же в анкетировании приняли участия медицинские работники из стран СНГ (Таджикистан).

В основном, медицинские работники, принявшие участие в исследовании, работают в медицинских организациях, оказывающих первичную медико-санитарную и первичную специализированную помощь в амбулаторных условиях - 33,8% (23 человека) (95%, ДИ 22,57-45,03%) респондентов. При этом, 19,1% (13 человек) (95%, ДИ 9,73-28,47%) от всех респондентов работает в самостоятельных поликлиниках, 14,7% (10 человек) (95%, ДИ 6,28-23,12%) - в поликлиниках, входящих в состав больничного учреждения, в том числе 2,9% (два человека) (95%, ДИ 0-6,88%) указали в качестве места работы врачебную амбулаторию. Можно предположить, медицинские работники поликлиник, входящих в больничные на правах их структурных подразделений, имеют возможность взаимодействия между различными уровнями оказания медицинской помощи и, соответственно, реализовать комплексный подход к вопросам охраны здоровья пациентов, проживающих в районе обслуживания такой медицинской организации.

Каждый пятый респондент (13 человек - 19,1%) (95%, ДИ 9,73-28,47%) работал в медицинской организации, оказывающей помощь в стационарных учреждениях – больнице, в том числе в многопрофильной; четыре респондента (5,9%) указали в качестве своего места работы медицинский специализированный центр.

Оставшиеся респонденты (28 человек – 41,2%) работали в медицинских организациях других типов (центре переливания крови, станции скорой медицинской помощи, диспансере и т.д.).

Среди респондентов 33,8% (23 человека) (95%, ДИ 22,57-45,03%) занимают должности врачей-специалистов, 30,8% (21 человек) (95%, ДИ 19,96-41,84%) являются руководителями медицинской организации или ее структурного подразделения, 11,8% (8 человек) (95%, ДИ 4,13-19,47%) являются врачами – терапевтами участковыми, 11,8% (8 человек) (95%, ДИ 4,13-19,47%) работают на должностях специалистов со средним медицинским образованием.

Среди заполнивших анкеты были также научные сотрудники, врачи-методисты, заведующие кафедрами – всего 11,8% (8 человек).

Согласно полученным данным, 72,0% (49 человек) (95%, ДИ 61,5-82,7%) респондентов не имеют ученой степени, что указывает на то, что большинство участников опроса являются специалистами без дополнительной академической квалификации. В то же время 11,8% (8 человек) (95%, ДИ 4,3-19,3%) опрошенных являются докторами наук, а 16,2% (11 человек) (95%, ДИ 7,4-25,0%) — кандидатами наук. Это говорит о наличии в группе респондентов экспертов, обладающих высокой квалификацией и опытом научной деятельности, однако их

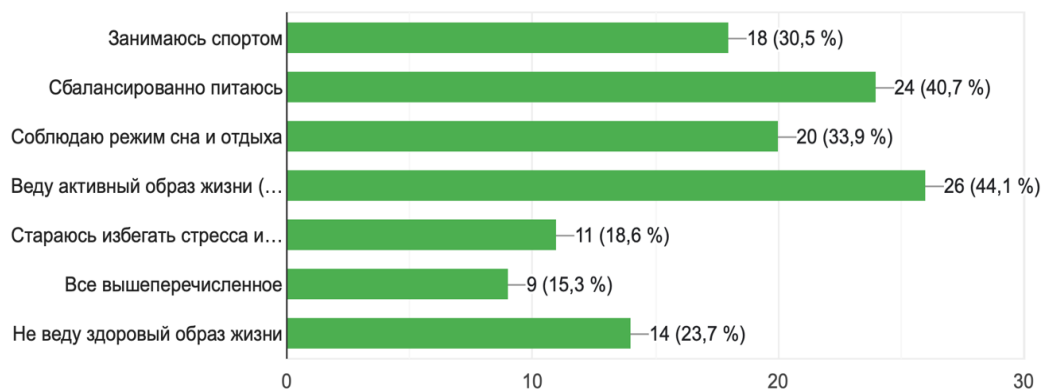
доля значительно меньше по сравнению с теми, кто не имеет ученой степени. Такое соотношение может свидетельствовать о том, что большая доля опрошенных медицинских работников сосредоточена на практической деятельности.

Анализ стажа работы также выявляет интересные тенденции. Более 66,8% (45 человека) (95%, ДИ 50,2-73,4%) респондентов работают в организации более 5 лет, что указывает на высокую степень стабильности. При этом, 15,7% (11 человек) (95%, ДИ 6,3-23,1%) респондентов имеют стаж работы от 1 до 3 лет, а 17,5% (12 человек) (95%, ДИ 8,7-23,7%) — менее года. Это может свидетельствовать о поступлении новых специалистов, что потенциально может привести к активному внедрению в практику интернет-технологий для информирования пациентов и повышения их осведомленности о здоровье.

Следующий блок вопросов анкеты касался отношения к здоровому образу жизни (ЗОЖ) и влиянию интернет-технологий на его формирование.

На вопрос «Ведете ли вы здоровый образ жизни» положительно ответили две трети респондентов - 66,2% (45 человек) (95%, ДИ 59,9-77,43%), соответственно, 33,8% (23 человека) (95%, ДИ 22,57-45,03%) признались, что не ведут здоровый образ жизни.

У респондентов, которые положительно ответили на предыдущий вопрос уточнили, что именно они делают, чтобы вести ЗОЖ (рис. 2).



**Рисунок 2.** Распределение ответов респондентов на вопрос «Что именно Вы делаете для того, чтобы образ жизни был здоровым?», абс., %

Треть опрошенных (18 человек - 30,5%) (95%, ДИ 19,52-41,48 %) ответили, что занимаются спортом, 40,7% (24 человека) (95%, ДИ 19,1-52,3%) - сбалансированно питаются, 33,9% (20 человек) (95%, ДИ 22,63-45,17%) - соблюдают режим сна и отдыха, 44,1% (26 человек) (95%, ДИ 32,2-56,0%) ответили, что ведут «активный образ жизни», 18,6% (11

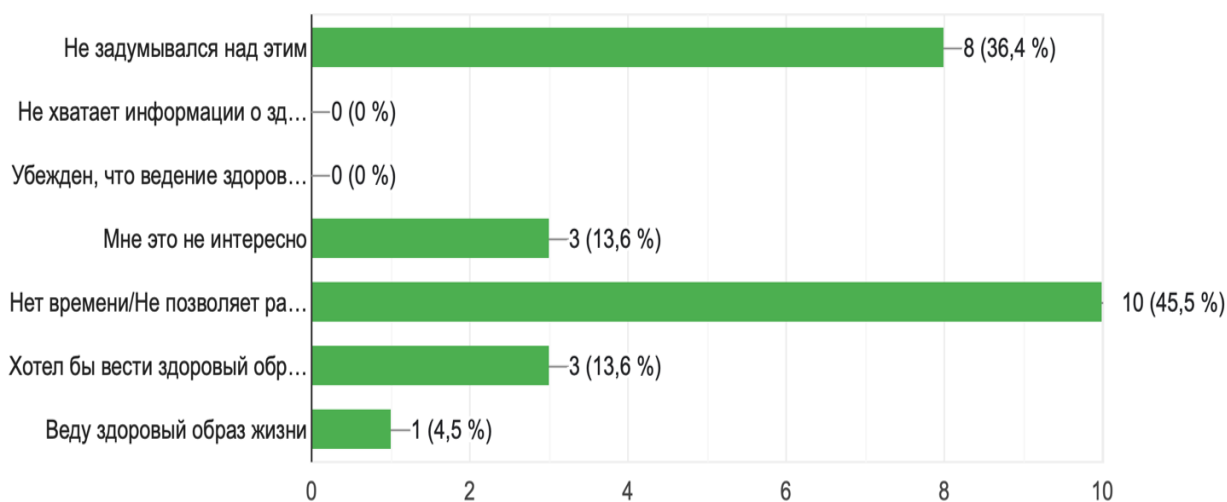
человек) (95%, ДИ 9,4- 27,8%) стараются избегать стресса и перенапряжения, 15,3% (9 человек) (95%, ДИ 6,1- 24,5% ) делают все вышеперечисленное, а 23,7% (14 человек) (95%, ДИ 13,9- 33,5% ) подтвердили, что не ведут здоровый образ жизни.

В ходе анкетирования было изучено мнение респондентов, отрицательно ответивших на вопрос о ведении здорового образа жизни (рисунок 3).

Среди респондентов, не ведущих здоровый образ жизни, 36,4% (8 человек) (95%, ДИ 25,0 - 47,8%) заявили, что не задумывались над этим вопросом.

Большинство респондентов (10 человек, 45,5%) (95%, ДИ 33,7- 57,3%) указали, что у них нет времени или их распорядок дня не позволяет вести здоровый образ жизни. Это наиболее распространенная причина, что говорит о высокой загруженности медицинских работников и о том, что необходимо разработать более гибкие подходы к формированию ЗОЖ, учитывающие реальное время и условия работы.

Три респондента (13,6%) (95%, ДИ 5,0- 22,2%) отметили, что им это неинтересно. Эта цифра может отражать равнодушие к личному здоровью или недостаток вовлеченности в информацию о здоровье, что подчеркивает необходимость адаптации контента и методов его подачи в интернете, чтобы привлечь внимание таких специалистов.



**Рисунок 3.** Распределение ответов респондентов на вопрос «Почему Вы не ведете здоровый образ жизни», абс., %

Наконец, еще три человека (13,6%) (95%, ДИ 5,5- 21,7%) респондентов выразили желание вести здоровый образ жизни, но отметили нехватку достоверной информации. Это подчеркивает важность качественного контента в интернет-пространстве и необходимость



создания надежных источников информации, которые могут помочь людям в формировании здоровых привычек.

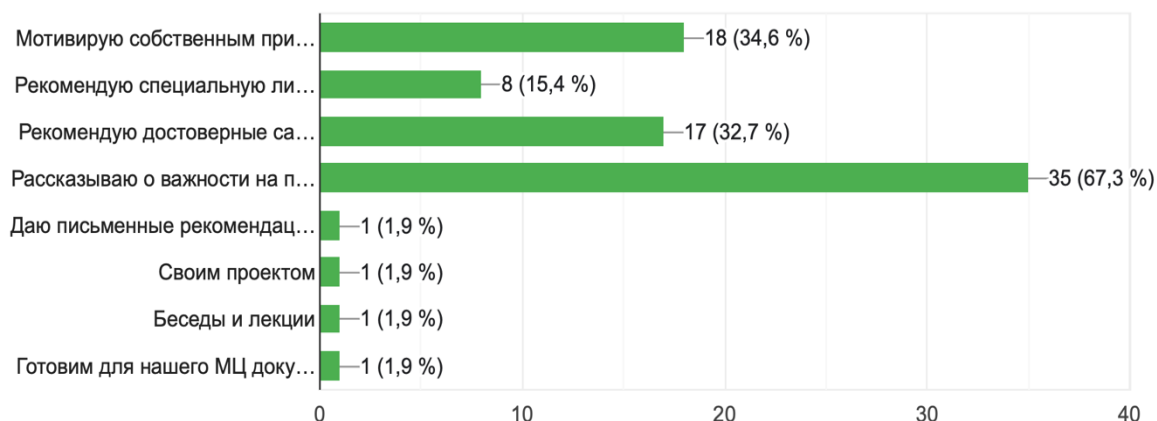
Результаты опроса показали, что 50,0% (34 человек) (95%, ДИ 38,0- 62,0%) респондентов считают, что в основном их коллеги ведут здоровый образ жизни. Однако 27,9% (19 человек) (95%, ДИ 17,3- 38,6%) участников опроса отметили, что их коллеги в основном не ведут ЗОЖ, что указывает на наличие значительной части специалистов, которые не придерживаются здоровых привычек. В то же время, 19,1% (13 человек) (95%, ДИ 9,8- 28,5%) респондентов не интересовались мнением коллег о ЗОЖ.

На вопрос «Пропагандируете ли вы здоровый образ жизни среди своих пациентов?» 77,9% (53 человека) (95%, ДИ 68,0- 87,8%) ответили «Да», соответственно, 22,1% (10 человек) (95%, ДИ 12,2- 31,9%) ответили «Нет, не пропагандирую».

Тем респондентам, которые положительно ответили на предыдущий вопрос далее предлагалось уточнить каким образом они пропагандируют ЗОЖ среди своих пациентов (рисунок 4).

Подавляющее большинство респондентов 67,3% (35 человек) (95%, ДИ 56,2- 78,5%) рассказывают о важности ведения здорового образа жизни на примере конкретного пациента, треть респондентов (18 человек, 34,6%) (95%, ДИ 25,1- 48,1% ) предпочитают мотивировать пациентов собственным примером, 32,7% (17 человек) (95%, ДИ 21,6- 43,8%) - рекомендуют пациентам для получения информации о ЗОЖ достоверные сайты, 15,4 % (8 человек) (95%, ДИ 6,8- 24,0%) – рекомендуют пациентам специальную литературу. Один медицинский работник среди принявших участие в опросе (1,9%)(95%, ДИ 0- 5,1%) предпочитает давать своим пациентам письменные рекомендации, еще один (1,9%) (95%, ДИ 0- 5,1% ) проводит беседы и лекции.

Вопрос о достаточности информации о здоровом образе жизни в интернете показал, что 63,2% (43 человек) (95%, ДИ 51,8-74,7%) респондентов считают информацию достаточной. Это может свидетельствовать о наличии уверенности в доступности и качестве информации, что важно для формирования ЗОЖ. Однако 19,1% (13 человек) (95%, ДИ 9,8- 28,5%) участников отметили, что информации недостаточно, что может говорить о необходимости улучшения качества контента и создания более специализированных ресурсов. 17,6% (12 человек) (95%, ДИ 8,5- 26,7%) респондентов не задумывались о данном вопросе, что указывает на возможное равнодушие или отсутствие интереса к теме.



**Рисунок 4.** Распределение ответов респондентов на вопрос «Пропагандируете ли вы здоровый образ жизни среди своих пациентов?», абс., %

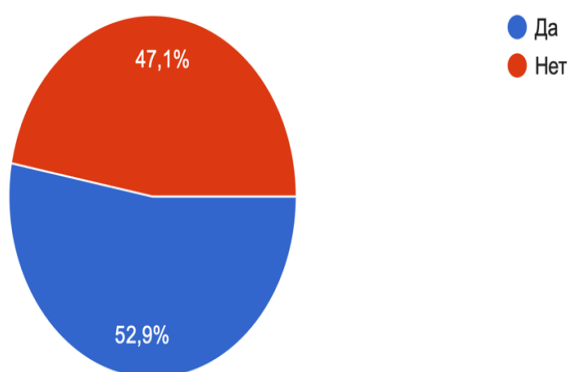
Практически все респонденты (67 человек, 98,5%) (95%, ДИ 95,6-100%) согласились, что с появлением Интернета жизнь людей изменилась. Это может указывать на признание роли интернет- технологий в повседневной жизни, включая доступ к информации о здоровье и возможностям для формирования ЗОЖ. Лишь один респондент -1,5% (95%, ДИ 0- 4,4%) не согласился с этим утверждением.

Согласно полученным данным, 86,8% (59 человек) (95%, ДИ 78,8-94,8%) респондентов считают, что жизнь людей изменилась в положительную сторону с появлением Интернета. В то же время, 13,2% (95%, ДИ 5,2- 21,2%) участников отметили, что влияние Интернета было отрицательным. Таким образом, подавляющее большинство респондентов признает пользу интернет-технологий, которые обеспечивают доступ к информации, улучшение коммуникации и возможность быстрого получения необходимых ресурсов. В тоже время, часть опрошенных обращают внимание на возможные риски, связанные с чрезмерной зависимостью от интернет-технологий, распространением недостоверной информации или ухудшением личных коммуникаций

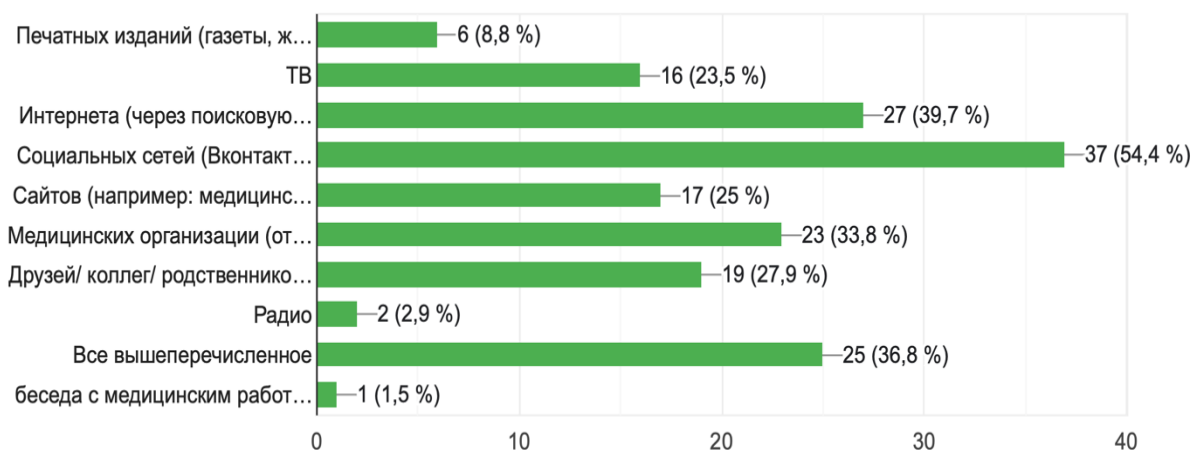
Ответы на вопрос о том, изменилась ли медицина с появлением Интернета, также показывают значительную согласованность мнений среди респондентов: 95,6% (65 человек) (95%, ДИ 90,7- 100%) уверены, что Интернет оказал позитивное влияние на медицину. Это может означать, что специалисты осознают преимущества использования интернет-технологий, таких как доступ к современным медицинским знаниям, улучшение взаимодействия с пациентами и возможность онлайн-консультаций. Только два участника

опроса (2,9%) (95%, ДИ 0-6,9%) ответили «Нет», указывая на то, что не заметили значительных изменений, а один (1,5%) (95%, ДИ 0- 4,4%) не задумывался об этом вопросе.

Респондентам был задан вопрос об использовании интернет-технологий в медицинской организации. Большинство из опрошенных медицинских работников (60 человек, 88,2%) (95%, ДИ 80,5- 95,9%) подтвердили, что используют интернет-технологии в своей медицинской организации. Однако, настораживает тот факт, что 11,8% (8 человек) (95%, ДИ 4,1- 19,5%) участников опроса отметили, что не используют интернет-технологии.



**Рисунок 5.** Мнение респондентов о достоверности источников информации о здоровом образе жизни, %



**Рисунок 6.** Распределение ответов респондентов на вопрос о наиболее эффективных технологиях пропаганды здорового образа жизни среди населения, абс., %

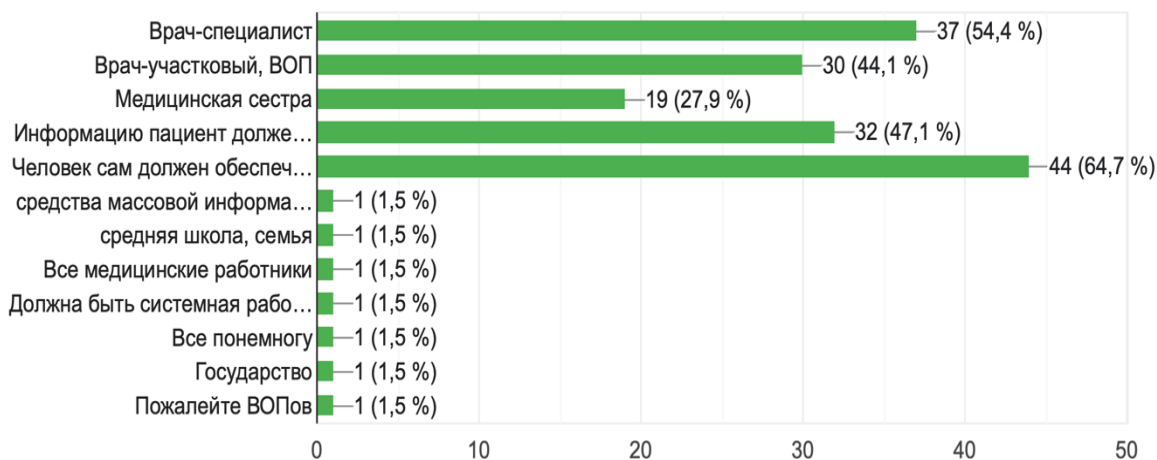
Мнение медицинских работников, принявших участие в опросе, о достоверности источников информации о здоровом образе жизни в Интернете разделилось практически поровну: 52,9% (36 человек) (95% ДИ 40,9-64,9%) считают информацию достоверной и 47,1% (32 человека) (95%, ДИ 35,3-58,9%), наоборот, не достоверной.

Далее респондентам предлагалось ответить на вопрос о наиболее эффективных с их точки зрения технологий пропаганды здорового образа жизни среди населения (рисунок 6).

Как следует из данных, представленных на рисунке 6, большинство из опрошенных медицинских работников (37 человек, 54,4%,) (95%, ДИ 42,6-66,2%) считают наиболее эффективной технологией использование социальных сетей, 39,7% (27 человек) (95%, ДИ 28,1-51,3%) – признают приоритет использование поисковой системы Интернета, 33,8% (23 человека) (95%, ДИ 22,6-45,0%) – доверяют информации, полученной от медицинских работников, 27,9% (19 человек) (95%, ДИ 17,3-38,5%) – доверяют информации полученной от друзей, коллег или родственников, 25,0% (17 человек) (95%, ДИ 14,7-35,3%) - считают наиболее информативными сайты медицинских организаций, 23,5% (16 человек) (95%, ДИ 13,4-33,6%) – телевидение. Незначительная часть респондентов (6 человек, 8,8%) (95%, ДИ 2,1-15,5%), считает, что наиболее эффективно пропагандировать здоровый образ жизни можно с помощью различных печатных изданий. Практически, в качестве эффективных источников информации в настоящее время не используются радио и беседы с медицинским работником. Лишь 3 респондента (4,4%) (95%, ДИ 0-9,9%) указали на эти источники. Следует отметить, что 36,8% (25 человек) (95%, ДИ 25,4-48,3%) не смогли выделить одну эффективную технологию и указали, что все вышеперечисленные технологии могут быть использованы для формирования установок на здоровый образ жизни.

На рисунке 7 представлено распределение вариантов ответов медицинских работников на вопрос о том, кто должен информировать население о здоровом образе жизни.

Две трети респондентов (44 человека, 64,7%) (95%, ДИ 53,4- 76,1%) считают, что человек сам должен подбирать информацию о здоровом образе жизни, 54,4% (37 человек) (95%, ДИ 42,6-66,2%) респондентов считают, что информировать население должен врач-специалист, 44,1% (30 человек) (95%, ДИ 32,3-55,9%) – врач -терапевт участковый/врач общей практики, 27,9% (19 человек) (95%, ДИ 17,3-38,5%) – медицинская сестра, 47,1% (32 человека) (95%, ДИ 35,1-59,1%) респондентов считают, что информацию человек должен получать из Интернета.



**Рисунок 7.** Распределение вариантов ответов медицинских работников на вопрос о том, кто должен информировать население о здоровом образе жизни, абс., %

При ответе на этот вопрос респонденты имели возможность выбрать один или несколько из предложенных вариантов, либо предложить свой. Среди предложенных вариантов были следующие: информировать население о здоровом образе жизни должны в школе, семье; информировать должны все медицинские работники; работа должна проводиться системно и т.д.

**Обсуждение.** Поскольку медицинские работники могут существенным образом влиять на информированность населения по вопросам здорового образа жизни, было важно изучить мнение всех медицинских работников о здоровом образе жизни, а также о влиянии интернет-технологий на его формирование. Результаты опроса выявили, что две трети респондентов ведут здоровый образ жизни: занимаются спортом, сбалансированно питаются, соблюдают режим сна и отдыха, ведут «активный образ жизни», стараются избегать стресса и перенапряжения.

Среди респондентов – медицинских работников, которые признались, что не ведут здоровый образ жизни, 36,4% заявили, что не задумывались над этим вопросом. Это свидетельствует о недостаточном внимании к вопросам здоровья, что может быть связано с загруженностью работы или отсутствием мотивации. Большинство же респондентов указали, что у них нет времени или их распорядок дня не позволяет вести здоровый образ жизни.

Результаты опроса показали, что 50,0% респондентов считают, что в основном их коллеги ведут здоровый образ жизни. Это свидетельствует о том, что забота о здоровье воспринимается как важный аспект профессиональной деятельности. Однако каждый третий

участник опроса отметил, что их коллеги в основном не ведут ЗОЖ, что указывает на наличие значительной части специалистов, которые не придерживаются здоровых привычек.

В деятельности врачей, оказывающих первичную медико-санитарную помощь – врачей общей практики, врачей-терапевтов участковых и врачей-педиатров участковых, вопросы, связанные с формированием приверженности пациентов к здоровому образу жизни, занимают существенное место. Но и врачи - специалисты могут вносить вклад в формирование правильного отношения пациента к своему здоровью. Данный вывод подтвердили результаты исследования. Так, на вопрос «Пропагандируете ли вы здоровый образ жизни среди своих пациентов?» две трети респондентов ответили «Да». Медицинские работники отмечают важность ведения здорового образа жизни на примере конкретного пациента, мотивируют пациентов собственным примером, рекомендуют пациентам для получения информации о ЗОЖ достоверные сайты или специальную литературу.

В результате опрос подтвердил высокий уровень доверия населения к мнению медицинских работников: в большая часть респондентов считает, что информировать население должен врач-специалист, врач -терапевт участковый/врач общей практики, или медицинская сестра, в то же время значительная часть респондентов считают, что информацию человек должен получать из Интернета. Следовательно, требования к информации о здоровом образе жизни, размещенной в сети интернет должны быть высокими и соответствовать потребностям населения.

Таким образом несмотря на то, что в настоящее время интернет-технологии широко используются медицинскими работниками, что открывает новые возможности для повышения качества медицинского обслуживания и улучшения взаимодействия с пациентами, существует потребность их дальнейшего внедрения и обучения сотрудников.

**Заключение.** В настоящее время остается неизученным влияние информации, которую может получить население, по вопросам формирования приверженности к здоровому образу жизни через сеть Интернет. Распределение ответов респондентов на вопрос о достаточности информации о здоровом образе жизни в интернете показал, что две трети респондентов считают ее достаточной. Однако каждый пятый от респондентов отметил, что информации недостаточно, что свидетельствует о необходимости улучшения ее качества. Большинство из опрошенных медицинских работников считают наиболее эффективными технологиями для популяризации здорового образа жизни использование социальных сетей либо поисковой системы Интернета. В то же время респонденты доверяют информации, полученной от

медицинских работников, от друзей, коллег или родственников, и допускают использование для получения информации о здоровом образе жизни сайты медицинских организаций и телевидение. Две трети респондентов считают, что человек сам должен подбирать информацию о здоровом образе жизни, многие из опрошенных считают, что информировать население должен врач-специалист, врач -терапевт участковый, врач общей практики или медицинская сестра. Почти половина опрошенных медицинских работников признают роль Интернета как источника информации о здоровом образе жизни.

### Список литературы

1. Swire-Thompson B., Lazer D. Public Health and Online Misinformation: Challenges and Recommendations. *Annu Rev Public Health*.2020;Apr 2;41:433-451
2. Национальные проекты. Отказаться от вредных привычек. Доступно по ссылке: <https://национальныепроекты.рф/opportunities/otkazatsya-ot-vrednykh-privyчек> Дата обращения 21.09.2023
3. Портал о здоровом образе жизни. Официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации. Доступно по ссылке: <https://www.takzdorovo.ru/static/about/> (дата обращения 21.09.2023)
4. Киберхондрия. Википедия. Доступно по ссылке: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Киберхондрия> (дата обращения 20.09.2023)
5. Пятаева. С.М. Использование интернет-платформ для поддержания здорового образа жизни. *Вестник магистратуры*.2021;№6-1 (117).С.90-91
6. Verheijden MW, Jans MP, Hildebrandt VH, Norman-Rock M. Rates and determinants of repeated participation in a web-based behavior change program for healthy body weight and healthy lifestyle. *J Med Internet Res*. 2007 Jan 22;9(1):e1. doi: 10.2196/jmir.9.1.e1
7. Честнов О.П., Бойцов С.А., Куликов А.А., Батурин Д.И. Мобильные технологии на службе охраны здоровья. *Медицинские новости*.2015№2.С.6-10
8. Павлова В.Д. Влияние СМИ на отношение студентов к здоровому образу жизни и спорту. *Международный научный журнал «ВЕСТНИК НАУКИ»*.2023;N5 (62) С.1163-1168
9. Шумейко О.В., Черкасов С.Н., Григорьев Г.Ю. Роль социальных медиа и новых форматов индивидуальных коммуникаций в пропаганде здорового образа жизни. *Бюллетень национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н.А. Семашко* -2015.- №6 - С.153-163

### References

1. Swire-Thompson B., Lazer D. Public Health and Online Misinformation: Challenges and Recommendations. *Annu Rev Public Health*.2020 Apr 2;41:433-451
2. Nacional'nye proekty. Otkazat'sya ot vrednyh privyчек. Dostupno po ssylke: <https://nacional'nyeproekty.rf/opportunities/otkazatsya-ot-vrednykh-privyчек> Data obrashcheniya 21.09.2023
3. Portal o zdorovom obraze zhizni. Oficial'nyj resurs Ministerstva zdavoohraneniya Rossijskoj Federacii. Dostupno po ssylke: <https://www.takzdorovo.ru/static/about/> (data obrashcheniya 21.09.2023)
4. Kiberhondriya. Vikipediya. Dostupno po ssylke: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Kiberhondriya> (data obrashcheniya 20.09.2023)
5. S.M. Pyataeva. Ispol'zovanie internet-platform dlya podderzhaniya zdorovogo obraza zhizni [Use of internet platforms for maintaining a healthy lifestyle]. *Vestnik magistratury*.2021;N°6-1 (117).-S.90-91(InRussian)
6. Verheijden MW, Jans MP, Hildebrandt VH, Hopman-Rock M. Rates and determinants of repeated participation in a web-based behavior change program for healthy body weight and healthy lifestyle. *J Med Internet Res*. 2007 Jan 22;9(1):e1. doi: 10.2196/jmir.9.1.e1.
7. Chestnov O.P., Bojcov S.A., Kulikov A.A., Baturin D.I. Mobil'nye tekhnologii na sluzhbe ohrany zdorov'ya [Mobile technologies in the service of healthcare]. *Medicinskie novosti [Medical news]*.2015; №2.S.6-10(InRussian)
8. Pavlova V.D. Vliyanie SMI na otnoshenie studentov k zdorovomu obrazu zhizni i sportu. [The influence of the media on students' attitudes towards a healthy lifestyle and sports]. *Mezhdunarodnyj nauchnyj zhurnal «VESTNIK NAUKI» [International Scientific Journal "HERALD OF SCIENCE"]*. 2023; N5 (62) -S.1163-1168(InRussian)
9. Shumejko O.V., Cherkasov S.N., Grigor'ev G.Yu. Rol' social'nyh media i novyh formatov individual'nyh kommunikacij v propagande zdorovogo obraza zhizni [The role of social media and new formats of individual communication in promoting a healthy lifestyle]  
Byulleten' nacional'nogo nauchno-issledovatel'skogo instituta obshchestvennogo zdorov'ya imeni N.A. Semashko [Bulletin of the National Research Institute of Public Health named after N.A. Semashko].2015; №6 - S.153-163 (InRussian)



**Финансирование.** Исследование не имело спонсорской поддержки.

**Конфликт интересов.** Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

**Acknowledgments.** The study did not have sponsorship.

**Conflict of interests.** The authors declare no conflict of interest.

#### **Сведения об авторе**

**Федорова Юлия Владимировна** – аспирант кафедры организации здравоохранения и общественного здоровья с курсом оценки технологий здравоохранения, ФГБОУ ДПО «Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования» Минздрава России, 125993, Российская Федерация, г. Москва, Баррикадная ул., д. 2/1, стр. 1, e-mail: fedorovaiuliia@mail.ru, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-1992-6690>

#### **About the author**

**Iuliia V. Fedorova** – Postgraduate student of the Department of Health Organization and Public Health with a course in health Technology Assessment, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education «Russian Medical Academy of Continuous Professional Education» Ministry of Health of the Russian Federation, 125993, Russian Federation, Moscow, Barrikadnaya St., 2/1, bldg. 1, email: fedorovaiuliia@mail.ru, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-1992-6690>

Статья получена: 01.10.2024 г.  
Принята к публикации: 28.11.2024 г.