

УДК 614.2

DOI 10.24412/2312-2935-2024-5-137-148

## ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ МОЛОДЕЖИ И ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ

*В.А. Лопухова, И.В. Тарасенко, И.С. Березуцкая, А.С. Филатова*

*ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства  
здравоохранения Российской Федерации, г. Курск*

**Введение.** Изучение отношения населения к здоровому образу жизни и приверженности следованию его принципам сегодня выступает как проблема, связанная с высокими показателями заболеваемости и смертности по причине распространения неинфекционных заболеваний. Как следствие, это приводит к низкому уровню здоровья населения, который приобрел характер проблемы не только медицинского, но и острого социального характера. Поэтому векторы государственной политики в сфере здравоохранения и социального благополучия населения направлены на поиск решения данной проблемы. Для этого становится необходимым установление уровня распространения и популярности здорового образа жизни и его составляющих, выявление, как люди разных возрастных групп к нему относятся. Впоследствии полученная информация может быть использована в качестве основы для разработки стратегии для улучшения ситуации в будущем.

**Цель.** Оценить отношение к принципам здорового образа жизни и их соблюдению среди населения Курской области в различных возрастных группах: молодежи (14-35 лет) и лиц пожилого возраста (60-75 лет).

**Материалы и методы.** Проведено анонимное анкетирование 296 респондентов, проживающих на территории Курской области и относящихся к двум возрастным группам: молодежь и лица пожилого возраста. Для реализации программы исследования была разработана Google-форма в формате электронного документа, включающая 40 вопросов в целях сбора необходимой информации, подлежавшей последующей обработке, анализу полученных результатов и формированию выводов.

**Результаты и обсуждение.** Среди опрошенных жителей Курской области, в числе которых 52,7% молодежи и 47,3% лиц пожилого возраста, осведомленность о термине «ЗОЖ» составляет 93,7% из 100 возможных. Это свидетельствует о высоком уровне информированности населения о сущности и принципах ЗОЖ. При выявлении отношения респондентов к здоровому образу жизни и его роли в укреплении здоровья населения утвердительный ответ дали 93,2% опрошенных. Также подавляющее большинство в числе 87,1%, которые в данный момент не следуют принципам здорового образа жизни, хотели бы и готовы соблюдать их в будущем.

**Заключение.** Данное исследование наглядно указывает на актуальность проводимых опросов, необходимости мер по оздоровлению населения и популяризации ЗОЖ среди жителей Курской области, решению социальных проблем при помощи медицинских работников и законодательной власти на всех ее уровнях.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, популяризация, молодежь, лица пожилого возраста.

## POPULARIZATION OF A HEALTHY LIFESTYLE AMONG YOUNG PEOPLE AND THE ELDERLY OF THE KURSK REGION

*V.A. Lopukhova, I.V. Tarasenko, I.S. Berezutskaya, A.S. Filatova*

*Kursk State Medical University, Kursk*

**Introduction.** The study of the population's attitude to a healthy lifestyle and commitment to following its principles today appears as a problem associated with high rates of morbidity and mortality due to the spread of non-communicable diseases. As a result, this leads to a low level of public health, which has acquired the character of a problem not only of a medical, but also of an acute social nature. Therefore, the vectors of state policy in the field of health and social well-being of the population are aimed at finding a solution to this problem. To do this, it becomes necessary to establish the level of dissemination and popularity of a healthy lifestyle and its components, to identify how people of different age groups relate to it. Subsequently, the information obtained can be used as a basis for developing a strategy to improve the situation in the future.

**Aim.** To assess the attitude to the principles of a healthy lifestyle and their observance among the population of the Kursk region in various age groups: youth (14-35 years old) and the elderly (60-75 years old).

**Materials and methods.** An anonymous survey was conducted of 296 respondents living in the Kursk region and belonging to two age groups: young people and the elderly. To implement the research program, a Google form was developed in the format of an electronic document, including 40 questions in order to collect the necessary information, which was subject to subsequent processing, analysis of the results obtained and the formation of conclusions.

**Results and discussion.** Among the surveyed residents of the Kursk region, including 52.7% of young people and 47.3% of the elderly, awareness of the term "healthy lifestyle" is 93.7% out of 100 possible. This indicates a high level of awareness of the population about the essence and principles of healthy lifestyle. When identifying the respondents' attitude to a healthy lifestyle and its role in improving public health, 93.2% of respondents gave an affirmative answer. Also, the vast majority of 87.1% who currently do not follow the principles of a healthy lifestyle would like and are ready to comply with them in the future.

**Conclusion.** This study clearly indicates the relevance of the surveys conducted, the need for measures to improve the health of the population and promote healthy lifestyle among residents of the Kursk region, solving social problems with the help of medical professionals and the legislature at all levels.

**Keywords:** healthy lifestyle, popularization, youth, elderly people.

**Введение.** В настоящее время проблема здоровья населения России приобрела повышенное внимание не только как сфера интересов в области здравоохранения, но и как острая социальная ситуация, требующая поиска способов ее урегулирования на уровне страны [4]. Так, решение данной проблемы сегодня является одним из направлений деятельности государственной социальной политики [2].

Актуальность вопроса заключается в высоком уровне заболеваемости и смертности населения от неинфекционных заболеваний [5]. К данной группе патологий, по определению

Всемирной организации здравоохранения, относятся нарушения здоровья по причине развития сердечно-сосудистых, онкологических, эндокринологических (в частности, сахарного диабета), хронических респираторных заболеваний и психических расстройств. По статистическим подсчетам, указанные нозологические группы занимают доминирующую позицию в структуре причин смертности и заболеваемости населения – показатель составляет около 86% [5]. Следовательно, возрастает реальная потребность решения вопросов по оздоровлению как молодежи, так и пожилых людей, и пропаганды здорового образа жизни среди населения.

Общеизвестным является факт, что здоровье является самой главной и важнейшей потребностью человека для его полноценной жизни, способности к труду [7]. Поэтому, от состояния здоровья каждого зависит качество жизни, гармония физической, психологической, социальной составляющих человека, формирование позитивного отношения к окружающему миру, доброжелательность по отношению к людям и к самому себе.

Одним из средств повышения уровня здоровья населения, по результатам исследования Г.Э. Улумбековой, является приверженность принципам здорового образа жизни (35%), такое же значение имеют социально-экономические факторы (35%) и оставшаяся часть составляет деятельность системы здравоохранения как субъекта, так и государства в целом (30%) [5].

Основными принципами здорового образа жизни складываются из оптимальной физической активности, которая должна обязательно присутствовать в жизни человека ежедневно, соблюдения рационального питания с достаточным наличием всех необходимых питательных веществ, формирования здорового циркадного ритма, отказ от вредных привычек [3].

Также можно сказать, что уровень здоровья (не принимая во внимание генетически обусловленные патологические состояния) определяется самим человеком. Иными словами, каждый отдельно взятый человек является «творцом» своего здоровья [7].

В последние годы большую популярность получают научные исследования, занимающиеся изучением проблемы отношения человека к своему здоровью, приверженности принципам здорового образа жизни и ориентированные на различные группы населения, отобранные по тому или иному признаку: половому, возрастному, профессиональному и т.д. [1]. И такие исследования проводятся как на федеральном, охватывая большее количество людей, так и на региональном уровнях, так как анализ

данного вопроса на уровне субъекта РФ будет обладать некоторыми особенностями в силу того, что на образ жизни населения может существенно влиять экономическое, демографическое и культурное положения [6].

Изучение распространенности здорового образа жизни среди населения в целом и отдельных его аспектах является достаточно необходимым в целях определения векторов работы по дальнейшей популяризации принципов ЗОЖ как средства по повышению уровня здоровья, следовательно, повышению уровня качества жизни в отдельно взятом субъекте и в стране.

**Цель исследования** – оценить отношение к принципам здорового образа жизни и их соблюдению среди населения Курской области в различных возрастных группах: молодежи (14-35 лет) и лиц пожилого возраста (60-75 лет).

**Материалы и методы исследования.** В целях реализации программы исследования и объективизации данных реально существующей ситуации в Курской области, было проведено анонимное анкетирование, в котором приняли участие 296 респондентов, обоих полов, принадлежащих к двум возрастным группам: представители молодежи в возрасте от 14 до 35 лет и представители пожилого возраста от 60 до 75 лет, – и проживающих на территории Курской области.

Для обеспечения удобства сбора данных, подлежащих последующей обработке и анализу, была разработана анкета, представленная Google-формой в формате электронного документа, состоящая из 40 вопросов. Вопросы в ходе составления были распределены по группам на основании сходства их тематики. Так, были сформированы следующие блоки вопросов: общие сведения (возраст, пол, рост и вес (для расчета индекса массы тела опрошенных)), осведомленность о здоровом образе жизни и его основных принципах, вопросы, направленные на оценку вынесенных на анализ принципов. Это физическая активность, ее регулярность, продолжительность, ежедневная утренняя зарядка; наличие/отсутствие вредных привычек; вопросы, касающиеся изучения вопроса сна (в какое время опрошенный обычно ложится спать, продолжительность засыпания, продолжительность сна); рациональное распределение времени и физических ресурсов организма между трудом и отдыхом; сбалансированность пищевого рациона; подверженность в повседневной жизни психоэмоциональному стрессу. Также были затронуты вопросы из экономической сферы, а именно удовлетворяет ли уровень дохода возможность обеспечения себя всем необходимым, в том числе и в целях поддержания

здоровья. Также были добавлены вопросы для изучения удовлетворенности населения указанных возрастных групп развитием инфраструктуры для занятий физической культурой и спортом, распространением программ «чек-ап-профилактических» мероприятий, доступностью информации о ЗОЖ. Наконец, для выявления отношения респондентов к ЗОЖ в анкету был добавлен вопрос «Верите ли Вы в то, что ЗОЖ поможет укреплению здоровья и увеличению здоровых лет жизни населения?».

Данные, полученные в ходе проведенного анонимного анкетирования, подверглись статистической обработке в целях удобства анализа и наглядности полученных результатов.

**Результаты и их обсуждение.** В результате проведенного исследования распределение респондентов по полу составило: 56,8% женщин, 43,2% мужчин. Количество респондентов, принявших участие в опросе, в возрасте 14-35 лет составило 52,7%, в возрасте 60-75 лет – 47,3%.

Среди населения Курской области в группе представителей молодежи 97,4% (152 человек) опрошенных имеют представление об определении понятия «здоровый образ жизни (ЗОЖ)», а 2,6% (4 человека) – не знакомы с данным термином. В группе представителей лиц пожилого возраста наблюдается аналогичная ситуация: 97,1% (136 человек) знают, что такое ЗОЖ, а 2,9% (4 человека) – нет. Это говорит о достаточно высоком уровне информированности населения об определении и основных принципах ЗОЖ.

Изучая показатель анкеты, «Как Вы оцениваете свою физическую активность в повседневной жизни?», установлено, что у представителей молодежи подавляющее большинство респондентов (59%; 92 человек) оценивают уровень своей физической активности, как умеренно активный/активный образ жизни. Сидячего, малоподвижного образа жизни придерживаются 35,9% (56 человек) опрошенных. Лишь 5,1% (8 человека) молодежи, принявшей опрос, оценивает свою физическую активность, как высокую/очень высокую. Похожая тенденция наблюдается и среди лиц пожилого возраста. Так, 51,4% (72 человек) оценили уровень своей физической активности как умеренно активный/активный, 31,4% (44 человека) указали, что придерживаются сидячего, малоподвижного образа жизни. А 17,1% (24 человек) респондентов данной возрастной группы считают, что в повседневной жизни они придерживаются высокого/очень высокого уровня физической активности, что в 3 раза больше, чем в возрастной группе 14-35 лет.

При оценке регулярности физической активности в возрастной группе 14-35 лет были получены следующие результаты. Среди респондентов, в жизни которых присутствует

регулярная физическая активность, 39,2% (44 человека) выполняют не менее 150 минут умеренной физической нагрузки в неделю. Выполнение умеренной физической нагрузки менее 150 минут в неделю отмечается у 35,7% (40 человек). Остальные (25%) совершают не менее 75 минут интенсивной физической нагрузки в неделю, что, очевидно, улучшает физические качества и является показателем длительного соблюдения принципов ЗОЖ. В возрастной группе 60-75 лет были получены такие результаты: 66,6% выполняют не менее 150 минут умеренной физической нагрузки в неделю; 7,1% – менее 150 минут в неделю, и 21,4% указали, что они уделяют умеренной физической активности не менее 75 минут в неделю.

При ответе на вопрос «Делаете ли Вы по утрам зарядку?», утвердительный ответ дали 12,8% опрошенных в возрастной группе 14-35 лет и 20% в группе 60-75 лет. 87,2% молодежи и 80% лиц пожилого возраста, принявших участие в опросе, не выполняют утреннюю зарядку.

На основании полученных данных, предоставляется возможным выявить вредные привычки и их виды у опрошенных. Представлены результаты проведенного опроса в возрастной группе 14-35 лет. Так, среди имеющихся у респондентов вредных привычек наиболее часто встречаются: курение (28,3%), интернет-зависимость (26,1%), употребление алкоголя (19,6%). Игровую и телевизионную зависимость опрошенные отмечают реже – 10,9% и 4,3% соответственно. Также по данному вопросу анкеты были получены следующие результаты в возрастной группе 60-75 лет: более половины респондентов (52,3%) указали, что они курят, 21,7% употребляют алкоголь, одинаково встречаются среди опрошенных такие вредные привычки, как телевизионная и интернет-зависимость: по 8,7%. Однако никто не подвержен игровой зависимости.

Стоит отметить показатель соблюдения баланса между режимом труда и отдыха, являющимся основным принципом ЗОЖ. Говоря о полученных результатах в группе представителей молодежи, лишь около трети опрошенных, что составило 33,3% придерживаются данного правила, тогда как более половины респондентов, а именно 66,7% – нет. Более позитивны данные, отражающие мнение лиц пожилого возраста. Так, 42,9% соблюдают или, по крайней мере, стараются соблюдать баланс между режимом труда и отдыха в повседневной жизни. И 57,1% указали, что не соблюдают, либо не могут по определенным обстоятельствам.

Важнейшим аспектом, определяющим здоровье населения, является уровень доходов, поскольку у граждан с более низким доходом и, соответственно, с недостатком финансовых

средств вероятность проблем со здоровьем значительно выше. Результаты опроса дают понять, что опрошенные лица в возрастной группе 14-35 лет почти одинаково разделились в мнении: 48,7% считают свой уровень дохода удовлетворительным, а 51,3% имеют противоположное мнение. Совершенно по-другому сложилась ситуация в возрастной группе 60-75 человек. Так, большинство респондентов расценивают уровень доходов как удовлетворительный (82,9%) и лишь 17,1% считают, что их доходы недостаточны для обеспечения себя всем необходимым, в том числе, в целях поддержания здоровья.

При оценке показателя опросника «Как Вы оцениваете полноценность Вашего рациона питания?», были получены следующие результаты. В возрастной группе 14-35 лет: свое питание скорее как полноценное оценивают 41%, скорее как неполноценное 5,1% респондентов. Абсолютно полноценное питание отмечают за собой 2,6%, а 51,3% считают его абсолютно неполноценным. В возрастной группе 60-75 лет: скорее полноценное – 57,1%; скорее неполноценное – 5,7%; абсолютно полноценное – 5,7%; абсолютно неполноценное – 31,4%.

Результаты данного вопроса можно подкрепить вопросом о ежедневном употреблении не менее 400 г овощей и фруктов, поскольку именно фрукты и овощи богаты всеми необходимыми веществами: натрием, калием, магнием, медью и другими минеральными веществами, полезными для организма. В то же время питание данными продуктами снижает риск ожирения и других серьезных заболеваний. Таким образом, по имеющимся данным опроса в обеих возрастных группах получены следующие выводы. Среди представителей молодежи только 28,2% соблюдают данное правило, тогда как большинство (71,8%) ответили отрицательно. Тенденция у лиц пожилого возраста примерно такая же: 37,1% дали утвердительный ответ, а 62,9% – нет.

Позитивные результаты дал вопрос об употреблении фастфуда в течение месяца. Среди представителей молодежи реже одного раза в месяц фастфуд употребляют 42,1% респондентов; более одного раза в месяц – 7,9%; один раз в месяц – 34,2%; несколько раз в неделю – 21,4%. У опрошенных лиц пожилого возраста были получены следующие результаты. Так, 70,6% указали, что употребляют фастфуд реже одного раза в месяц; 5,9% – более одного раза в месяц; 17,6% употребляют фастфуд один раз в месяц; 5,9% – несколько раз в неделю. Респондентов ежедневно употребляющих фастфуд не оказалось в обеих возрастных группах.

Тревожны показатели, полученные при вопросе о наличии психоэмоциональных перегрузок в повседневной жизни. 79,5% пройденного опроса, относящиеся к

представителям молодежи, регулярно подвергаются психоэмоциональным стрессам, 20,5% не отмечают в повседневной жизни психоэмоциональных перегрузок. В возрастной группе 60-75 лет получены следующие результаты: 82,9% указали, что, к сожалению, подвержены постоянным психоэмоциональным перегрузкам, а 17,1%, напротив, не отмечают данного явления.

При выяснении отношения респондентов к здоровому образу жизни и его роли в укреплении здоровья и увеличении здоровых лет жизни населения, оказалось, что подавляющее количество анкетированных в группе 14-35 лет (97,4%) ответили утвердительно. Оставшаяся часть ответов – 3,6% не верят в роль ЗОЖ как средства достижения высокого уровня здоровья и качества жизни. В возрастной группе 60-75 лет доля позитивных ответов составила 83,8%; негативных – 16,2%.

При определении удовлетворенностью населения Курской области степенью развития инфраструктуры для занятий физкультурой и спортом в обеих возрастных группах были получены следующие результаты. Среди представителей молодежи 46,2% ответов – «удовлетворительно». Более позитивно оценивают ситуацию 35,9% («хорошо») и 7,7% («отлично») опрошенных. Респондентов, которые негативно высказались, меньшинство: 7,7% («плохо») и 2,6% («крайне плохо»). Распределение мнений лиц пожилого возраста следующее: 40% дали оценку «удовлетворительно»; 34,3% – «хорошо»; 25,7% – «отлично». Респондентов данной возрастной группы, которые оценили бы степень развития как «плохо» или «крайне плохо», не оказалось.

53,8% опрошенных возрастной группы 14-35 лет на вопрос об оценке доступности информации о здоровом образе жизни, профилактике заболеваний и др. ответили «утвердительно», «хорошей» ситуацию считают 25,6% анкетированных, а «отличной» – 17,9%. Негативно высказались 2,6% («плохо»). Лица пожилого возраста при ответе на данный вопрос в 34,3% случаев оценивают доступность как «удовлетворительную», в 31,4% случаев как «хорошую» и в 25,7% случаев как «отличную». «Плохой» ситуацию обозначили 8,6% анкетированных. Вариант «крайне плохо» не набрал ответов ни в одной возрастной группе.

Подавляющее большинство опрошенных в обеих исследуемых возрастных группах, которые в данный момент не следуют принципам здорового образа жизни, хотели бы и готовы соблюдать их в будущем. Данного мнения придерживаются 86,8% респондентов в возрасте 14-35 лет и 87,5% в возрасте 60-75 лет. Напротив, 13,2% представителей молодежи

и 12,5% лиц пожилого возраста выразили свое несогласие и неготовность даже в обозримой перспективе исполнять постулаты, заложенные в основах здорового образа жизни, как важном способе сохранения высокого уровня здоровья и качества жизни.

**Заключение.** Несмотря на позитивный показатель об осведомленности о принципах ЗОЖ, проведенное исследование указывает на имеющиеся проблемы в деятельности медицинских организаций Курской области.

Зачастую люди подвергаются психоэмоциональным перегрузкам, испытывают дефицит сна, имеют вредные привычки, такие как курение, употребление алкоголя, интернет-зависимость. Эти факторы противоречат принципам ЗОЖ и объективно ухудшают показатели здоровья.

Однако следует отметить, что, несмотря на имеющиеся социальные проблемы в данных возрастных группах, подавляющее число опрошенных хотели бы и готовы соблюдать принципы ЗОЖ в будущем. Такой положительный результат облегчает дальнейшую профилактическую работу с населением, которая включает в себя мероприятия по предупреждению социально значимых заболеваний, формированию здорового образа жизни населения, освещению при помощи СМИ информации о здоровьесберегающих мероприятиях. В ходе опроса были получены данные, согласно которым, лишь опрошенных людей проходят диспансеризацию в учреждениях здравоохранения. Следовательно, для привлечения людей на прохождение диспансерного осмотра необходимо эффективно организовать систему привлечения пациентов, что могло бы способствовать устранению факторов риска.

Эти меры невозможно предпринять без участия медиков и законодательной власти на всех уровнях, поскольку необходимо предусматривать в бюджетах средства, необходимые для реализации целевых программ.

### Список литературы

1. Агаларова Л.С., Омарова О.А. Аспекты изучения отношения работающего городского населения к формированию здорового образа жизни. *Общественное здоровье и здравоохранение*. 2019;3:35-40
2. Анучина Н.Н., Крючкова А.В., Кондусова Ю.В. и др. Способы эффективного повышения уровня информированности и мотивирования населения к ведению здорового образа жизни. *Здоровьесбережение студенческой молодежи: опыт, инновационные подходы*

и перспективы развития в системе высшего образования: Материалы конференции, Воронеж, 26–27 февраля 2019 года. Воронеж: Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко. 2019: 19-23

3. Богдан И.В., Гурылина М.В., Чистякова Д.П. Здоровый образ жизни: отношение населения и приоритетные направления. Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2019;4 (27):374-378

4. Зюкин Д.А. Самофалов Д.А., Харченко Е.В., Петрова С.Н. Экономические направления популяризации здорового образа жизни населения как способ продления социальной активности граждан. Вестник Курской государственной сельскохозяйственной академии. 2020;8:53-60

5. Китаева Э.А. Суетина Т.А., Сабитов Ш.Р., Китаев М.Р. Исследование отношения населения к здоровому образу жизни (на примере Рыбно-Слободского района Республики Татарстан). Менеджер здравоохранения. 2020;3:53-63

6. Китаева Э.А., Шулаев А.В., Улумбекова Г.Э. и др. Оценка отношения населения к здоровому образу жизни (по результатам анкетирования). ОРГЗДРАВ: новости, мнения, обучения. Вестник ВШОУЗ. 2020;3 (21):69-70

7. Кремнева В.Н., Неповинных Л.А. Здоровый образ жизни взрослого населения: анализ и профилактика заболеваний. E-Scio. 2021;1 (52):546-552.

### References

1. Agalarova L.S., Omarova O.A. Aspekty izuchenija otnoshenija rabotajushhego gorodskogo naselenija k formirovaniju zdorovogo obraza zhizni [Studying aspects of the relationship of the working urban population to the formation of healthy life style]. Obshhestvennoe zdorov'e i zdavoohranenie [Public health and healthcare]. 2019;3:35-40 (In Russian)

2. Anuchina N.N., Krjuchkova A.V., Kondusova Ju.V. et al. Sposoby jeffektivnogo povyshenija urovnja informirovannosti i motivirovanija naselenija k vedeniju zdorovogo obraza zhizni. Zdorov'esberezhenie studencheskoj molodezhi: opyt, innovacionnye podhody i perspektivy razvitija v sisteme vysshego obrazovanija: Materialy konferencii, Voronezh, 26–27 fevralja 2019 goda. Voronezh: Voronezhskij gosudarstvennyj medicinskij universitet imeni N.N. Burdenko. 2019: 19-23 (In Russian)

3. Bogdan I.V., Gurylina M. V., Chistyakova D. P. Zdorovyj obraz zhizni: otnoshenie naselenija i prioritetnye napravlenija [The healthy life-style: attitude of population and priority

directions]. Problemy social'noj gigieny, zdavoohraneniya i istorii mediciny [Problems of social hygiene, health care and the history of medicine]. 2019;4 (27):374-378 (In Russian)

4. Zyukin D.A., Samofalov D.A., Kharchenko E.V., Petrova S.N. Jekonomicheskie napravleniya populjarizacii zdorovogo obraza zhizni naselenija kak sposob prodlenija social'noj aktivnosti grazhdan [Economic directions promotion of healthy lifestyles as a way of extending the social activity of citizens]. Vestnik Kurskoj gosudarstvennoj sel'skohoz'jajstvennoj akademii [Bulletin of the Kursk State Agricultural Academy]. 2020;8:53-60 (In Russian)

5. Kitayeva E.A., Suyetina T.A., Sabitov S.R., Kitayev M.R. Issledovanie otnosheniya naselenija k zdorovomu obrazu zhizni (na primere Rybno-Slobodskogo rajona Respubliki Tatarstan) [Population relation research to the healthy lifestyle(on the example of the fish and suburban region of republic of Tatarstan)]. Menedzher zdavoohraneniya [Manager zdavoohraneniya]. 2020;3:53-63 (In Russian)

6. Kitaeva Je.A., Shulaev A.V., Ulumbekova G.Je. et al. Ocenka otnosheniya naselenija k zdorovomu obrazu zhizni (po rezul'tatam anketirovanija). ORGZDRAV: novosti, mnenija, obuchenija. Vestnik VShOUZ. 2020;3 (21):69-70 (In Russian)

7. Kremneva V.N., Nepovinyh L.A. Zdorovyj obraz zhizni vzroslogo naselenija: analiz i profilaktika zabolevanij. E-Scio. 2021;1 (52):546-552 (In Russian)

**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 авторах

**Лопухова Виктория Александровна** – доктор медицинских наук, доцент, профессор кафедры общественного здоровья, организации и экономики здравоохранения Института непрерывного образования, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, 305041 Россия, г. Курск, ул. К. Маркса, д. 3, e-mail: lovictorial@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1959-9805; SPIN: 4713-3050.

**Тарасенко Иван Викторович** – доктор медицинских наук, доцент, профессор кафедры общественного здоровья, организации и экономики здравоохранения Института непрерывного образования, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, 305041 Россия, г. Курск, ул. К. Маркса, д. 3, e-mail: tarasenkoiv@kursksmu.net, ORCID: 0000-0002-5239-8634; SPIN: 7485-4320.

**Березуцкая Ирина Сергеевна** – студентка 4 курса, лечебного факультета, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, 305041 Россия, г. Курск, ул. К. Маркса, д. 3, e-mail: yuliaberezyckay@gmail.com

**Филатова Анастасия Сергеевна** – студентка 4 курса, лечебного факультета, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, 305041 Россия, г. Курск, ул. К. Маркса, д. 3, e-mail: anastasirs@icloud.com

#### **Information about authors**

**Lopukhova Victoria A.** - MD, Associate Professor, Professor of Department of Public Health, Healthcare Organization and Health Economics of the Institute of Continuous Education, Kursk Medical State University, 305041 Russia, Kursk, K. Marx, st. 3, e-mail: lovictorial@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1959-9805; SPIN: 4713-3050.

**Tarassenko Ivan V.** - MD, Associate Professor, Professor of Department of Public Health, Healthcare Organization and Health Economics of the Institute of Continuous Education, Kursk Medical State University, 305041 Russia, Kursk, K. Marx, st. 3, e-mail: tarasenkoiv@kursksmu.net ORCID: 0000-0002-5239-8634; SPIN: 7485-4320.

**Berezutskaya I.S.** – 4th year student, medical faculty Kursk Medical State University, 305041 Russia, Kursk, K. Marx, st. 3, e-mail: yuliaberezyckay@gmail.com

**Filatova A.S.** – 4th year student, medical faculty Kursk Medical State University, 305041 Russia, Kursk, K. Marx, st. 3, e-mail: anastasirs@icloud.com

Статья получена: 06.09.2024 г.  
Принята к публикации: 20.12.2024 г.