

ОТЗЫВ

официального оппонента, доктора медицинских наук, старшего научного сотрудника, профессора кафедры гигиены условий воспитания, обучения, труда и радиационной гигиены ФГБОУ ВО «Северо-Западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова» Минздрава России Янушанец Ольги Ивановны на диссертационную работу Хусаинова Артура Эдуардовича на тему «Гигиеническая оценка качества жизни студентов с различным уровнем физической активности», представленную на соискание ученой степени кандидата медицинских наук по специальности 3.2.1 Гигиена.

—

Актуальность темы исследования.

В соответствии с Указом Президента «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» необходимо обеспечить увеличение числа граждан, ведущих здоровый образ жизни. Согласно результатам научных исследований, распространенность малоподвижного образа жизни у студентов университетов намного выше, чем в других группах населения. Современные условия организации учебного процесса, характеризующиеся большой академической нагрузкой, приводят к увеличению интенсивности умственной работы и эмоционального напряжения и как следствие, приводит к снижению работоспособности и качества жизни, развитию патологии и росту заболеваемости среди студентов. Очевидно, что охрана здоровья студенческой молодежи является приоритетной задачей и важным показателем социально-экономического благополучия страны, однако в настоящее время недостаточно специальных исследований, обосновывающих эффективность профилактических мероприятий, направленных на сохранение и укрепления здоровья и повышения качества жизни студенческой молодежи. Все вышесказанное определяет высокую степень актуальности и медико-социальной значимости темы диссертационного исследования по гигиенической оценке качества жизни студентов с различным уровнем физической активности.

Степень обоснованности научных положений, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации

Диссертационная работа Хусаинова А.Э. выполнена с использованием набора адекватных цели и задачам методов. Основные положения диссертации, выводы и практические

рекомендации обоснованы всесторонним анализом большого числа научных публикаций отечественных и зарубежных авторов фактических данных об образе и качестве жизни студентов медицинского университета в зависимости от уровня физической активности, функционального состояния сердечно - сосудистой системы и гематологических показателей. Автором обоснован комплекс мероприятий по повышению физической активности и качества жизни студентов и дана оценка их эффективности. Положения, выносимые на защиту, выводы, заключение и рекомендации логичны, обоснованы с позиций доказательной медицины и вытекают из полученных результатов исследования. Результаты работы использованы при разработке методических рекомендаций: «Оптимизация физической активности для повышения качества жизни студентов» (утв. Министром здравоохранения Республики Башкортостан А.Р. Рахматуллин 08.02.2023г.) и внедрены

Достоверность и новизна научных положений, выводов и рекомендаций

Диссертационная работа основана на результатах изучения численно значимого и достаточного по объему материала. Степень достоверности обеспечивается выбором современных методов, соответствующих задачам исследования, репрезентативностью выборки и полученными данными, которые подтверждены методами математической статистики.

Результаты, полученные автором, имеют несомненную **научную новизну**. Хусаиновым А. Э. получены данные о наличии статистически значимых взаимосвязей между показателями качества жизни и уровнем физической активности студентов медицинского университета. Установлены особенности гематологических показателей и функционального состояния сердечно - сосудистой системы у студентов с различным уровнем физической активности. Полученные автором данные явились доказательной базой для разработки и внедрения комплекса профилактических мероприятий по оптимизации физической активности и повышению качества жизни студентов, эффективность которых доказана в ходе исследования.

Ценность для науки и практики результатов работы

Положительной оценки заслуживает **теоретическая значимость**, полученных в диссертационном исследовании данных, подтверждающих наличие негативных изменений

функционального состояния сердечно-сосудистой системы, морфологических и биохимических показателей крови, высокого уровня ситуативной тревожности, снижение целого ряда показателей качества жизни у лиц с низким уровнем физической активности уже в студенческие годы, что обосновывает необходимость внедрения мероприятий, повышающих двигательную активность студентов, которые были разработаны автором.

Практическая значимость выполненного исследования заключается в том, что результаты диссертационного исследования Хусаинова А.Э. использованы при разработке методических рекомендаций: «Оптимизация физической активности для повышения качества жизни студентов», внедрены в практическую деятельность в ФГБОУ ВО Башкирский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации в процесс обучения на кафедре гигиены и кафедре физической культуры, в ФГБОУ ВО «Башкирский государственный педагогический университет им. М.Акумлы» Министерства просвещения Российской Федерации в процесс обучения на кафедре охраны здоровья и безопасности жизнедеятельности. Данные результатов исследования включены базу данных «Физическое развитие детей, подростков и молодежи Российской Федерации в 2000-2021 годах. Внедрение в практику полученных диссертантом результатов исследования позволяет ожидать повышения качества жизни студенческой молодежи за счет внедрения в их образ жизни мероприятий, повышающих физическую активность и культуру.

Общая характеристика работы

Диссертационная работа Хусаинова А.Э. представляет собой законченный, логически выстроенный научный труд, состоит из обзора литературы, материалов и методов исследования, четырех глав собственных исследований, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Диссертация изложена на 142 страницах машинописного текста, иллюстрирована 22 таблицами и 15 рисунками. Библиографический указатель содержит 139 отечественных и 89 иностранных источников.

В **обзоре литературы** (первая глава диссертации) автор дает достаточно полное представление о фактическом уровне физической активности современной студенческой молодежи, влиянии физической активности на формирование физического и психологического компонентов здоровья студентов. Материал изложен логично, содержит собственную оценку анализируемых литературных источников.

Вторая глава посвящена материалам и методам исследования. Дана характеристика объекта исследования, определен объем исследования и методика сбора информации. Для достижения цели и решения поставленных задач автором использован комплекс

взаимосвязанных методов, адекватных логике работы, обеспечена репрезентативность выборки, достоверность полученных результатов подтверждена методами статистической обработки.

Третья глава содержит сведения об уровне физической активности и результаты лабораторно - инструментальных исследований организма наблюдаемых студентов. Автором было установлено, что треть студентов имела весьма низкий уровень физической активности. Полученные данные свидетельствуют о статистически значимых различиях по показателям компонентного состава тела и индекса массы тела студентов с различным уровнем физической активности. Установлено, что низкая физическая активность оказывает негативное влияние на ряд гематологических показателей (общий холестерин, гемоглобин, средний объем эритроцитов и среднее содержание гемоглобина в эритроците). В то же время, повышение уровня физической активности привело к существенному улучшению функционального состояния организма у большинства студентов.

В **четвертой главе** представлены результаты исследования качества жизни студентов-медиков, имеющих разный уровень физической активности. Автором установлено, что низкая физическая активность оказывает неблагоприятное воздействие как на физическое («физическое функционирование» и «общее состояние здоровья»), так и психологическое («жизненная активность», «социальное функционирование» и «ролевое эмоциональное функционирование») здоровье.

В **пятой главе** установлена статистическая взаимосвязь между показателями качества жизни и уровнем физической активности студентов. При анализе риска для здоровья студентов от воздействия низкой физической активности показано увеличение риска развития негативных изменений в состоянии здоровья в 0,93-2,48 раз.

Внедрение комплекса профилактических мероприятий позволило улучшить качество жизни на 20-30%, в 2 раза уменьшить долю студентов с неудовлетворительной адаптацией и снизить уровень ситуативной и личностной тревожности на 17,5% и 15% соответственно.

В **заключении** автор обобщает полученные результаты проведенных исследований и выстраивает их в логическую схему. Выводы четко сформулированы, логично вытекают из материалов диссертации, убедительно аргументированы и соответствуют поставленным задачам. Практические рекомендации и научные положения соответствуют материалам диссертации. Диссертация содержит новые научные результаты, и свидетельствует о личном вкладе автора в науку. Публикации полностью раскрывают научные результаты диссертации. Автореферат отражает основные положения и содержание диссертации.

Диссертация и автореферат оформлены с учетом ГОСТ Р 7.0.11-2011.

Основные результаты опубликованы в виде 13 работ, среди них 5 статей в журналах, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Министерства образования и науки Российской Федерации. Результаты исследования были доложены и обсуждены на конференциях различного уровня

Соответствие диссертации паспорту научной специальности.

Область диссертационного исследования Хусаинова А.Э на тему «Гигиеническая оценка качества жизни студентов с различным уровнем физической активности», включает оценку уровня физической активности студентов, влияние физической активности на функциональное состояние организма и качество жизни, определен риск развития негативных изменений в состоянии здоровья, научное обоснование комплекса профилактических мероприятий направленных на повышение качества жизни, и соответствует разделам 4, 2 паспорта специальности 3.2.1 Гигиена.

В порядке дискуссии представляется интересным обсудить следующие вопросы:

1. Какие мероприятия необходимо реализовать в высших учебных заведениях для обеспечения доступности для студентов занятий физической культурой?
2. Перечень каких видов спорта, можно определить как рекомендуемый для высших учебных заведений и должны ли он учитывать характер специальности, которую студенты получают после обучения ?

Вопросы носят дискуссионный характер и не снижает научной ценности диссертационной работы.

Заключение

Таким образом, диссертационная работа Хусаинова Артура Эдуардовича на тему «Гигиеническая оценка качества жизни студентов с различным уровнем физической активности» является законченной научно-квалификационной работой, выполненной под руководством доктора медицинских наук, профессора Зулькарнаева Талгата Рахимьяновича, содержащей новое решение актуальной научной задачи – повышение качества жизни студенческой молодежи за счет организации мероприятий, повышающих их двигательную активность, имеющей существенное значение для Гигиены. По своей актуальности, теоретической и практической значимости, научной новизне, объему выполненных исследований, полученным результатам диссертационное исследование Хусаинова Артура Эдуардовича полностью соответствует требованиям п. 9 Положения о присуждении ученых степеней, утвержденного Постановлением Правительства

