

Быкова Анастасия Владимировна,
студентка, РязГМУ им И.П. Павлова, Рязань
Bykova Anastasia Vladimirovna, student,
I.P. Pavlov Russian State Medical University, Ryazan

Куликова Алина Владимировна
студентка, РязГМУ им И.П. Павлова, Рязань
Kulikova Alina Vladimirovna, student,
I.P. Pavlov Russian State Medical University, Ryazan

Шумова Александра Львовна,
к.м.н., РязГМУ им И.П. Павлова, Рязань
Shumova Alexandra Lvovna, Ph.D. of Medical Sciences
I.P. Pavlov Russian State Medical University, Ryazan

Тарасенко Нина Ивановна
Ассистент, РязГМУ им И.П. Павлова, Рязань
Tarasenko Nina Ivanovna, Assistant,
I.P. Pavlov Ryazan State Medical University, Ryazan

ЭЛЕКТРОННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРАМОТНОСТЬ В РАЗРЕЗЕ ЗОЖ: ЗДРАВОМЫСЛИЕ, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ E-HEALTH LITERACY IN THE CONTEXT OF ZOH: SANITY, RESPONSIBILITY, RESILIENCE

Аннотация: статья посвящена влиянию инфодемии на здоровье, усугубляемому искусственным интеллектом. Ключевым элементом становится электронная медицинская грамотность (eHealth literacy), позволяющая критически оценивать информацию о здоровье в цифровой среде и эффективно использовать. Предлагается модель здорового образа жизни: Здравомыслие, Ответственность, Жизнестойкость (ЗОЖ).

Abstract: the article is devoted to the impact of infodemics on health, exacerbated by artificial intelligence. The key element becomes eHealth literacy (eHealth literacy), which allows critical evaluation of health information in the digital environment and effective use. A model of a healthy lifestyle is proposed: Healthy Mind, Responsibility, Resilience (HRL).

Ключевые слова: электронная медицинская грамотность, здравомыслие, ответственность, жизнестойкость, ChatGPT.

Keywords: e-health literacy, sanity, responsibility, resilience, ChatGPT.

Современный мир, характеризующийся лавинообразным потоком информации, часто противоречивой и недостоверной, породил феномен, получивший название “инфодемия”. Этот информационный хаос оказывает колоссальное давление на психическое и физическое здоровье человека, ставя под угрозу традиционные принципы здорового образа жизни (ЗОЖ). В условиях инфодемии, акцент смещается с простого следования рекомендациям по питанию и физической активности на развитие более глубоких и фундаментальных качеств личности, способных противостоять информационному стрессу и сохранять благополучие.

Цель работы: обосновать модель электронной медицинской грамотности ЗОЖ-Здравомыслие, Ответственность, Жизнестойкость и оценить с этой позиции электронную медицинскую грамотность студентов.

Материал и методы. Был проведен анализ современных источников информации о связи электронной медицинской грамотности с поведением, направленным на сохранение здоровья. Также был проведен онлайн-опрос среди 24 студентов 1 курса в возрасте от 18 до 24 лет с использованием платформы onlinetestpad.com. Анкета включал 3 блока по 10 вопросов по оценке здравомыслия, ответственности, жизнестойкости.



Результаты исследования показали следующее. Изменение концепции здоровья, понимание здоровья как «способности адаптироваться и управлять собой перед лицом социальных, физических и эмоциональных трудностей» требует и изменения подходов к санитарному просвещению от информирования к формированию медицинской грамотности. Пандемия COVID-19 не только выявила уязвимость систем здравоохранения, но и подчеркнула проблему “инфодемии” – избыточного потока информации, часто недостоверной, распространяющейся в цифровой среде [1]. В условиях, когда принятие решений о здоровье все больше опирается на онлайн-ресурсы, критически важным становится развитие электронной медицинской грамотности (eHealth literacy) – способности искать, находить, понимать и оценивать информацию о здоровье из электронных источников, а также применять полученные знания для принятия обоснованных решений. С точки зрения индивидуальной электронной медицинской грамотности, не менее важно точно находить и понимать достоверную медицинскую информацию и игнорировать ложную/дезинформацию о здоровье. Без развитого здравого смысла пользователи могут переоценивать достоверность информации и принимать неверные решения о здоровье, основываясь на эмоционально написанных текстах, а не на фактах. Ряд исследований выявил проблемы с электронной медицинской грамотностью у различных групп населения, связанные с неумением оценить достоверность информации и доверие к неизвестным источникам [2].

Молниеносное внедрение чат-ботов в электронную медицинскую среду представляет собой одновременно огромный потенциал и серьезные вызовы. Чат-боты могут упростить доступ к информации, предоставлять персонализированные советы в режиме 24/7. Однако они также несут риски, связанные с дезинформацией, некомпетентностью, возможностью утечки личных данных и, что особенно важно, иллюзией эмпатии, которую могут создавать некоторые продвинутые чат-боты, например ChatGPT [3].

Многие цифровые стратегии укрепления здоровья сосредоточены на индивидуальной ответственности за здоровье без учета рисков [4]. ChatGPT сочетает искусственный интеллект с человеческим участием, обеспечивая интеллектуальное, персонализированное взаимодействие в таких областях, как диагностика, лечение хронических заболеваний и поддержка психического здоровья [5]. Ответственность за понимание и применение информации о здоровье ложится на плечи самого человека. Поэтому остро встает вопрос доверия к информации и осознанного отношения к выбору модели поведения.

Наиболее актуален этот вопрос в настоящее время, когда сложные условия жизни вынуждают либо смириться с неизбежным, либо противостоять вызовам, и выбор каждый человек совершает сам. Жизнестойкость как способность адаптироваться к переменам, разочарованиям и преодолевать технологический стресс в условиях использования «сочувствующих» чат-ботов выходит на первый план адаптации к новым способам взаимодействия с современными технологиями. Жизнестойкость включает такие составляющие, как вовлеченность в происходящие события, восприятие риска как вызов и ощущение контроля над ситуацией. Ведущим компонентом является вовлеченность [6]. Общение с «сочувствующим» чат-ботом, который в конечном итоге может оказаться некомпетентным или неспособным оказать реальную помощь, может вызывать разочарование и даже негативные эмоции. Жизнестойкость в данном контексте необходима для преодоления разочарования, адаптации, в том числе, к новым способам взаимодействия с искусственным интеллектом, сохраняя при этом критическое мышление и бдительность [7].

Учитывая современные вызовы электронной медицинской грамотности, можно предложить следующую модель: Здравомыслие, Ответственность, Жизнестойкость (ЗОЖ). Аббревиатура ЗОЖ отражает современный смысл здорового образа жизни на основе медицинской грамотности. Эта модель позволит пользователям эффективно использовать потенциал чат-ботов, минимизировать риски, связанные с дезинформацией и манипуляциями.

Таким образом, электронная грамотность в области здравоохранения может улучшить поведение, направленное на сохранение здоровья за счёт повышения самоэффективности, которая опирается на модель ЗОЖ: Здравомыслие, Ответственность, Жизнестойкость.



Вопросы здорового образа жизни и электронной медицинской грамотности студентов обсуждаются достаточно широко, при этом электронная медицинская грамотность студентов вызывает много опасений, так как студенты относятся к наиболее активной группе пользователей медицинских ресурсов Интернета [8, 9].

Анализ результатов опроса, проведенного среди студентов медиков по анализу составляющих модели ЗОЖ, показал, что при отрицании доверия к Интернету (75%) и низкой электронной медицинской грамотности (30%), студенты не доверяют информации от врачей – здравомыслие, перепроверяют ее в Интернете и снимают с себя ответственность за выполнение рекомендаций (более 70%) – ответственность. Они не умеют строить диалог с врачом (около 50%) – отражает низкую вовлеченность в принятие решения относительно заботы о собственном здоровье и всего лишь около 48% считают, что могут отвечать за свои решения по поводу применения информации из электронных источников – жизнестойкость.

Таким образом, результаты исследования подтвердили важность понимания медицинской грамотности в контексте ЗОЖ: Здравомыслия, Ответственности, Жизнестойкости. Именно такой подход позволит переориентировать на понимание здоровья, как ресурса и важности личной ответственности

Список литературы:

1. John JN, Gorman S, Scales D. Understanding Interventions to Address Infodemics Through Epidemiological, Socioecological, and Environmental Health Models: Framework Analysis. *JMIR Infodemiology*. 2025 Mar 24;5:e67119. doi: 10.2196/67119
2. Liu T and Xiao X (2021) A Framework of AI-Based Approaches to Improving eHealth Literacy and Combating Infodemic. *Front. Public Health* 9:755808. doi: 10.3389/fpubh.2021.755808
3. Biassoni F., Gnerre M, Exploring ChatGPT's communication behaviour in healthcare interactions: A psycholinguistic perspective, *Patient Education and Counseling*, Vol, 134, 2025, <https://doi.org/10.1016/j.pec.2025.108663>.
4. Lupton D. Health promotion in the digital era: a critical commentary. *Health Promot Int*. 2015 Mar;30 (1):174-83. doi: 10.1093/heapro/dau091
5. Belova NA, Belova OO, Tarasenko NI, Shumova AL. Self-help and reflective practice supported by ChatGPT for mental health maintenance. *Proceedings of the International Conference "Scientific research of the SCO countries: synergy and integration"* March 12, 2025. Beijing, PRC P.188-194 DOI 10.34660/conf.2025.32.39.026
6. Provence S, Forcehimes AA. Algorithms for Empathy: Using Machine Learning to Categorize Common Empathetic Traits Across Professional and Peer-Based Conversations. *Cureus*. 2024 Apr 6;16 (4):e57719. doi: 10.7759/cureus.57719
7. Виндекер О. С., Клименских М. В. Психометрические грани антихрупкости: толерантность к неопределенности, жизнестойкость и рост // *Российский психологический журнал*. – 2016. – Т. 13. – № 3. – С. 107–122.
8. Chen X, Xiao H. E-health literacy and health-promoting behaviors among nursing students in China: the mediating role of self-efficacy. *Psychol Health Med*. 2025 Mar 20:1-11. doi: 10.1080/13548506.2025.2481193.
9. Conte A, Brunelli L, Moretti V, Valdi G, Guelfi MR, Masoni M, Anelli F, Parpinel M, Arnoldo L. Can a validated website help improve university students' e-health literacy? *Ann Ig*. 2023 May-Jun;35 (3):257-268. doi: 10.7416/ai.2022.2542

