

Семенова Вера Николаевна

к.м.н., доцент кафедры гигиены и экологии
ФГБОУ ВО НГМУ
Semenova Vera Nikolaevna

Степанова Алена Элшановна

преподаватель кафедры гигиены и экологии
ФГБОУ ВО НГМУ
Stepanova Alena Elshanovna

Крашенинина Галина Ивановна

д.м.н., доцент кафедры гигиены и экологии
ФГБОУ ВО НГМУ
Krasheninina Galina Ivanovna

Галузо Наталья Анатольевна

к.м.н., доцент кафедры гигиены и экологии
ФГБОУ ВО НГМУ
Galuzo Natalia Anatolyevna

Федянина Наталья Семеновна

старший преподаватель кафедры гигиены и экологии
ФГБОУ ВО НГМУ
Fedyanina Natalia Semenovna

О ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЕ ABOUT PERSONAL HYGIENE

Аннотация. Статья посвящена частной проблеме личной гигиены – мытье рук. На основании анализа результатов социологического исследования обосновывается вывод о необходимости повышения уровня знаний.

Abstract. The article is devoted to a particular problem of personal hygiene – hand washing. Based on the analysis of the results of the sociological research, the conclusion is substantiated that it is necessary to increase the level of knowledge.

Ключевые слова: Здоровье, гигиена рук, уровень знаний, студенты, школьники, медработники, комплаентность.

Keywords: Health, hand hygiene, level of knowledge, students, schoolchildren, health workers, compliance.

*“Всё важное всегда так просто.
Всё простое всегда так сложно»
Артур Блох «Законы Мерфи»*

Актуальность. Одной из важнейших задач здравоохранения как государственной системы является формирование\сохранение\укрепление здоровья населения – ключевого национального ресурса и залога социальной стабильности любой страны, при этом вклад образа жизни значим и неоспорим. Личная гигиена является системообразующим элементом формирования и обеспечения здорового образа жизни (ЗОЖ) каждого человека; личная гигиена – это неотъемлемая часть ЗОЖ, включающая в себя комплекс мероприятий, направленных на поддержание чистоты и здоровья тела.

Цель – представить оценку сформированности знаний населения о гигиене рук.

Материал и методы. Проведено online социологическое исследование с использованием Яндекс-формы. Анкета содержала 20 вопросов об истории (3 вопроса), значении (5 вопросов) и правилах (12 вопросов) мытья рук. Для повышения



заинтересованности участников письменный текст вариантов ответов был продублирован инфографикой. *Ремарка. Трехдневная акция была организована в рамках Всемирного дня гигиены рук, 5 мая, для студентов-подписчиков странички кафедры в контакте, однако быстро вышла за пределы студенческого сообщества.*

Характеристика выборки.

В исследовании приняло участие 500 человек (71.8% женщин и 28.2% мужчин). Выборка была сформирована (добровольное участие) стихийным образом (Spontaneous sampling) и ее объем вполне достаточен для подобного рода исследований [1-5]. Чёткость и однозначность вопросов и вариантов ответов, содержание, отсутствие вопросов с 100% и 0% положительными ответами свидетельствует о валидности данного опроса.

Основная часть респондентов представлена молодежью: 57% будущие врачи различных специальностей (рис. 1), в основном обучающиеся на 2-3 курсах НГМУ (рис.2); каждый четвертый, 26,6% школьник (старшеклассники); 14.4% выборки представлено разными действующими специалистами (в основном учителя общеобразовательных школ) и лишь 9 человек (1.8%) служителей медицины.

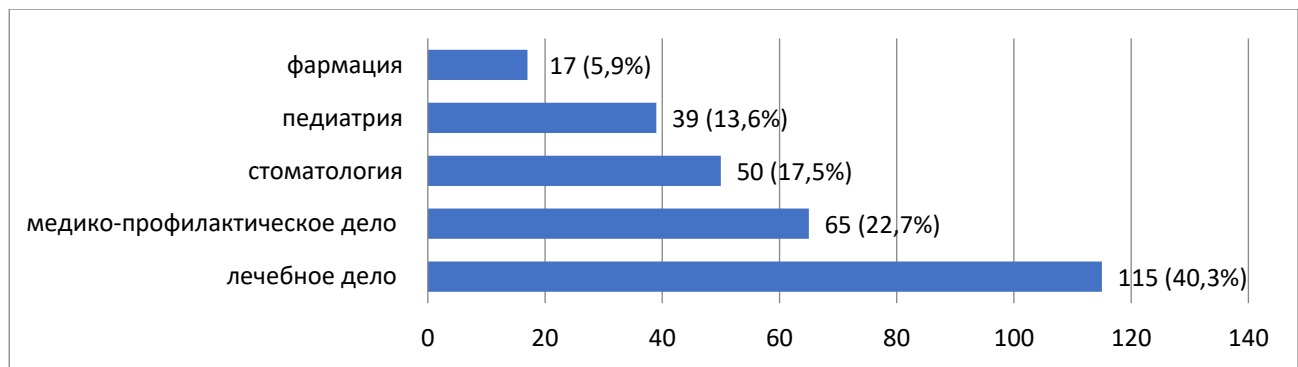


Рис.1

Респонденты-студенты ФГБОУ ВО НГМУ.

Структура по программам обучения (абс., %).

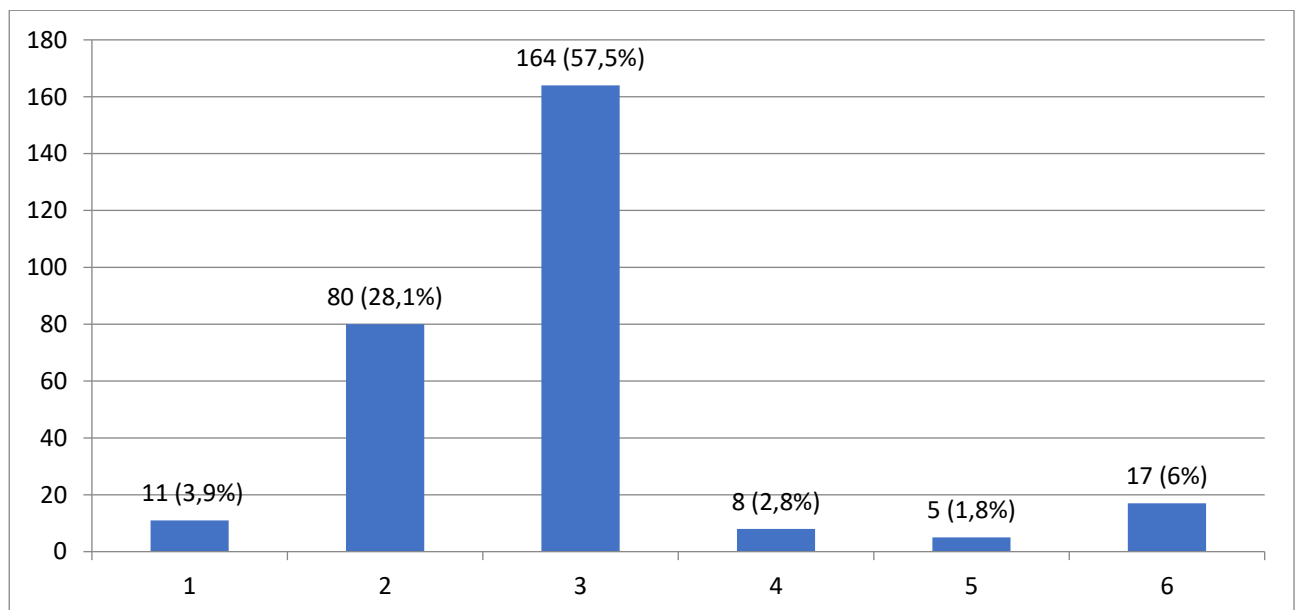


Рис.2

Респонденты-студенты ФГБОУ ВО НГМУ.

Структура по курсам обучения (абс., %).



При анализе результатов анкетирования использовали методы описательной и сравнительной (непараметрический критерий хи-квадрат Пирсона. Уровень значимости различий $P \leq 0,05$) статистики, а также обобщенную оценку (табл.1). При выборе критериев мы ориентировались на общие подходы и рекомендации оценки выполнения тестовых заданий.

Таблица 1

Критерии оценки уровня знаний

Количество правильных ответов	Уровень знаний
20-19	отличный
18-17	хороший
16-14	удовлетворительный
13 и менее	неудовлетворительный

Результаты.

С самого начала своего существования медицина развивалась по двум равнозначным направлениям – лечение и профилактика (первое “П”). Медицина в целом и роль человека в поддержании здоровья эволюционировала в зависимости от исторического периода, культурных особенностей страны/государства, стадии/степени научно-технического прогресса, религиозных взглядов и т.п. Этапом эволюции на современном этапе стала концепция 4П-медицины, а в педиатрии 7П [6-9]. Изменение парадигмы мышления и ориентации врачей и руководителей здравоохранения с преимущественно лечебно-диагностического на преимущественно персонализированный (“П”) и предиктивно-превентивные (“П”) подходы при активном участии пациентов (парсипативность, “П”) закреплено приказом МЗ РФ № 186 от 24 апреля 2018 года “Об утверждении концепции предиктивной, превентивной и персонализированной медицины”.

Парсипативность и комплаентность – понятия, связанные с взаимодействием пациента и медицинского персонала в процессе лечения и сохранения здоровья. Указанные понятия связаны с подходом к лечению и взаимодействию пациента с системой здравоохранения, а личная гигиена – отдельный аспект поддержания здоровья. Но эти концепции пересекаются в контексте осознанного участия пациента в поддержании здоровья и соблюдения профилактических мер.

Анализ анкетирования всей выборки, в соответствии с принятым подходом (табл.1), показал неутешительные результаты (табл.2, 3). На этом неблагоприятном фоне выделяются (а так и должно быть) будущие медики, среди которых имеются “отличники” и каждый десятый “хорошист”. Значимых отличий в студенческом сообществе в зависимости от будущего профиля и продолжительности обучения не выявлено.

Таблица 2

Характеристика знаний (общая выборка)

Доля респондентов	Уровень знаний
15 (3%)	отличный
41 (8,2%)	хороший
126 (25,2%)	удовлетворительный
318 (63,6%)	неудовлетворительный



Таблица 3

Характеристика знаний различных групп респондентов

Уровень знаний	Социально-демографические группы			
	студенты	школьники	специалисты	медработники
отличный	15 (5.3%)	0	0	0
хороший	35 (12.3%)	3 (2.3%)	3 (4.2%)	0
удовлетворительный	93 (32.6%)	13 (9.8%)	15 (20.8%)	4 (44.5%)
неудовлетворительный	142 (49.8%)	117 (87.9%)	54 (75%)	5 (55.5%)

Медицинская гигиена рук – это не просто привычка, а фундамент безопасности пациентов и самого персонала. В условиях организаций, осуществляющих медицинскую деятельность, руки становятся основным вектором передачи инфекций. Вполне понятно, что медицинские работники должны соблюдать правила не только хирургической обработки рук, но и бытовой и гигиенической. Как следует из представленных в табл.3 данных, в группе медработников, к сожалению, зафиксированы только удовлетворительный и неудовлетворительный уровни. Однако небольшой объем выборки и отсутствие информации о характеристиках самого персонала (стаж/должность и т.п.) и вида деятельности не позволяет нам объективно судить о качестве знаний этой профессиональной группы, но, с другой стороны, подтверждает наличие проблем, отмечаемых и другими исследователями [10-14]. Мировая практика показывает, что правильная обработка рук производится лишь в 40% случаев. Низкая комплаентность в основном обусловлена отсутствием достаточных знаний и навыков по правильной технике обработки рук, должной мотивации у персонала, недостатком времени, риском возникновения профессиональных дерматитов, отсутствием достаточных условий и финансовых средств на приобретение препаратов для обработки рук. Гигиена рук – обязательный компонент снижения риска передачи возбудителей внутрибольничных инфекций в медицинских организациях – по данным ВОЗ, до 50% ИСМП можно предотвратить при правильной обработке рук.

Кто же из участников более осведомлен в вопросах гигиены рук? И что они знают лучше – историю, значимость или технику этой процедуры? Продолжим анализ результатов анкетирования. Доля правильных ответов на “исторические” вопросы колебалась от 211 (44%) до 368 (73.6%), причем особых отличий между “главными” участниками (школьники и студенты) не было. Аналогичная ситуация отмечалась и при изучении знаний о значимости чистых рук, о микроорганизмах, о т.н. болезнях грязных рук – диапазон колебаний от 179 (35.8%) до 396 (79.2%) с явным, достоверным, превалированием, что вполне закономерно, правильных ответов среди студентов.

Подавляющее число респондентов (87.5%) знают о существовании разных уровней обработки рук, о целях (76.8%) и условиях (91.6%) социального уровня, но, к сожалению, меньше о последовательности мытья рук (всего лишь 51% правильных ответов), соблюдении времени разных этапов, характеристиках используемых средств (например, температуры воды- менее половины респондентов, 46.8%, дали правильный ответ. Но студенты и здесь показали достоверно лучшие результаты – 50% студентов против 30% школьников.). Неплохо осведомлены респонденты и об объектах/ предметах наибольшей обсемененности микроорганизмами (от 62 до 79.2% правильных ответов).

Заключение.

Результаты проведенного исследования подтверждают необходимость повышения приверженности принципам гигиены рук. Превалирование в иерархии ценностей здоровья по сути должно определять высокий уровень комплаентности/парсипативности, однако одной из проблем современной медицины является ее низкий уровень [15-17]. Вполне понятно, что должен быть комплексный подход с использованием всего имеющегося много- и разнообразия



[18]. Особое внимание должно быть уделено медицинскому персоналу как практикующему, так и осваивающему медицину (разработка/переработка соответствующих руководств с учетом современных знаний; более жесткие требования к соблюдению СанПин 3.3686 – 21 «Санитарно – эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней». Раздел XLIV. Профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи. Пункт. Правила обработки рук)

Список литературы:

1. Наркевич А.Н., Виноградов К.А. Методы определения минимально необходимого объема выборки в медицинских исследованиях. Социальные аспекты здоровья населения [сетевое издание] 2019; 65 (6):10. URL: <http://vestnik.mednet.ru/content/view/1123/30/lang.ru/> DOI: 10.21045/2071-50212019-65-6-10
2. Баврина А. П. Основные понятия статистики // Медицинский альманах. 2020. №3 (64). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnyye-ponyatiya-statistik>
3. Кошевой, О. С. Определение объема выборочной совокупности при проведении региональных социологических исследований / О. С. Кошевой, М. К. Карпова // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2011. – № 1. – С. 138-142.
4. Примаков, В. Л. К вопросу о классификации методов формирования выборок в социологических исследованиях / В. Л. Примаков // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Общественные науки. – 2017. – Вып. 2 (786). – С. 138–147. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-klassifikatsii-metodov-formirovaniya-vyborok-v-sotsiologicheskikh-issledovaniyah>.
5. Темницкий А. Л. Методологическая культура количественного исследования (по материалам вебинара журнала «Социологические исследования») // Социологические исследования. 2026. № 3. С. 28-39. DOI 10.7868/S3034601026030034.
6. Шулаев А.В., Чернобровкина Г.И., Касимова Л.Н., Шикалева А.А., Зиновьев П.В. «4-П медицина» как инструмент формирования здорового образа жизни у населения и основа преподавания гигиены студентам лечебного и педиатрического профиля // Российский вестник гигиены. – 2021. – № 2. – С. 15–19. – DOI: 10.17116/rosvesthig20210202115.
7. Пальцев, М. А. 4П-медицина как новая модель здравоохранения в Российской Федерации / М. А. Пальцев, Н. Н. Белушкина, Е. А. Чабан // ОРГЗДРАВ: новости, мнения, обучения. Вестник ВШОУЗ. – 2015. – № 1. – С. 13-24.
8. Намазова-Баранова Л.С., Баранов А.А., Вишнева Е.А., Алексеева А.А., Альбицкий В.Ю., Беляева И.А., Булгакова В.А., Вашакмадзе Н.Д., Гордеева О.Б., Зеленкова И.В., Кайтукова Е.В., Каркашадзе Г.А., Комарова Е.В., Левина Ю.Г., Пашков А.В., Привалова Т.Е., Ревуненков Г.В., Селимзянова Л.Р., Устинова Н.В., Федосеенко М.В., Эфендиева К.Е. 7П-педиатрия – медицина развития и программирования здоровья. // Вестник РАМН. 2021;76 (6):622–634.
9. Белушкина Н. Н., Чемезов А. С., Пальцев М. А. Персонализированная медицина: от идеи до внедрения в практическое здравоохранение // Молекулярная медицина. – 2018. – Т. 16, № 3. – С. 3–11. DOI: 10.29296/24999490-2018-03-01.
10. Ройтберг, Г. Е. Гигиена рук – медицинская или социокультурная проблема: результаты многолетнего наблюдения / Г. Е. Ройтберг, Д. И. Вачнадзе, Н. В. Кондратова, В.В. Монаенкова // Менеджер здравоохранения. – 2025. – № 8. – С. 39–46. – DOI: 10.21045/1811-0185-2025-8-39-46.
11. Кампф Г. Гигиена рук в медицинских организациях // Фундаментальная и клиническая медицина. 2018. Т. 3, № 4. С. 60–72.
12. Смирнова С.С., Стагильская Ю.С., Егоров И.А., Жуйков Н.Н. Факторы, определяющие приверженность антисептике рук, у персонала медицинских организаций в период пандемического распространения инфекций (на примере COVID-19). Эпидемиология и Вакцинопрофилактика. 2024;23 (3):47-56. <https://doi.org/10.31631/2073-3046-2024-23-3-47-56>.



13. азарбаев М.И., Элмуротова Д.Б., Нематов Ш.К., Азимов Ш.Ш., Дамиров Т.З., Махкамов А.Р. Современные подходы к гигиене рук медицинского персонала // Журнал гуманитарных и естественных наук. – 2024. – № 8.- С.208–217.

14. Недорубова, А. А. Исследование эффективности различных методов обработки рук для борьбы с микроорганизмами / А. А. Недорубова, Н. П. Николаева // Научные высказывания. – 2026. – № 1 (88). – С. 29-33.

15. Агарков Д. И., Волобуев А. В. Значение достижения комплаентности в оценке эффективности лечения больных артериальной гипертензией и ишемической болезнью сердца пожилого и старческого возраста // Научное обозрение. Педагогические науки. 2019. № 5-4. С. 7-10.

16. Перевощикова, Н. К. Недостаточный уровень комплаентности как одна из ведущих проблем современной медицины / Н. К. Перевощикова, И. А. Селиверстов, Н. С. Черных, А.В. Анисимова // Мать и Дитя в Кузбассе. – 2026. – № 1 (104). – С. 27–33.

17. Копняева И.Е., Архипова С.В. Повышение приверженности медицинского персонала соблюдению гигиены рук // Медицинская сестра. 2018. Т. 20, № 6. С. 37–39. DOI: 10.29296/25879979-2018-06-09.

18. Ромашов, О. В. Лингвистическая репрезентация пациент-ориентированного подхода в лечебном процессе (на материале клинических рекомендаций) / О. В. Ромашов // Тульский научный вестник. Серия: История. Языкознание. – 2020. – Вып. 2 (2). – С. 95–107

