

РЕГЛАМЕНТ Р 02-17-17
«Мониторинг здоровья обучающихся»

1. Назначение и область применения

Настоящий Регламент:

1.1. Определяет основные требования к организации мониторинга и наблюдения за состоянием здоровья обучающихся в ФГБОУ ВО ДВГУПС (далее – Университет).

1.2. Разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации», методическими рекомендациями «Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков, изучение медико-социальных причин формирования отклонений в здоровье» (утв. Госкомсанэпиднадзором РФ 17.03.1996 № 01-19/31-17),

1.3. Предназначен для руководителей учебных структурных подразделений, включая региональные институты-филиалы Университета, Лицей.

1.4. Прекращает свое действие на основании приказа ректора Университета.

2. Термины и сокращения

В настоящем Регламенте применены следующие термины с соответствующими определениями и сокращениями:

Мониторинг - целенаправленная, целостная, организованная программа отслеживания, измерения отдельных (комплексных) показателей на уровне системы деятельности Университета по организации здоровьесберегающего пространства, системы работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

3. Основные положения

3.1. Университет, при реализации образовательных программ, создает условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивает наблюдение (мониторинг) за состоянием здоровья обучающихся (в соотв. с ст. 41, Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 01.05.2017, с изм. от 05.07.2017) «Об образовании в Российской Федерации»).

3.2. Мониторинг здоровья обучающихся проводится по следующим направлениям:

- Мониторинг физического состояния здоровья.
- Мониторинг групп здоровья и заболеваемости.
- Мониторинг поведенческих рисков среди обучающихся в первую очередь 16-17 лет: вредные привычки, отношение к алкоголю, табакокурению, наркотикам.
- Мониторинг травматизма учащихся.

3.3. Показателями, используемые для мониторинга здоровья обучающихся в ДВГУПС является:

1. Количество обучающихся в разных группах здоровья (приложение 1).
2. Количество обучающихся с основными видами расстройства здоровья:
 - нарушениями зрения;
 - расстройствами опорно-двигательного аппарата;
 - нервно-психическими нарушениями;
 - вегетативными расстройствами;

- эндокринными расстройствами;
- патологией органов пищеварения.
- 3. Количество дней, пропущенных по болезни.
- 4. Количество случаев травматизма в период обучения.

3.4. Мониторинг состояния здоровья обучающихся осуществляется среди обучающихся Лицея ДВГУПС, обучающихся очной формы обучения на базе основного общего образования 1 курса ФСПО (включая филиалы), один раз в год (весна).

3.5. Медицинская группа определяется врачом по месту жительства перед поступлением в Университет.

3.6. Анализ данных мониторинга является основой для принятия управленческих решений разного уровня и создания здоровьесберегающей среды в ДВГУПС.

3.7. Отчет по мониторингу здоровья обучающихся утверждается:

- в головном вузе - ректором ДВГУПС;
- в региональных институтах-филиалах ДВГУПС – директором института.

4. Требования к организации мониторинга здоровья в Университете

4.1. Одним из ведущих критериев состояния здоровья обучающихся является физическое развитие, уровень которого позволяет оценить степень готовности осуществлять деятельность в конкретных условиях.

4.2. Оценка состояния здоровья обучающихся осуществляется посредством наблюдения, анализа медицинских справок, анализа распространения хронических заболеваний для выявления негативных внешних и внутренних факторов влияния на состояние здоровья.

Примечание: При оценке состояния здоровья могут учитываться результаты ранее проведенных (не позднее 1 года) медицинских осмотров, подтвержденных медицинскими документами.

4.3. Отклонения в состоянии здоровья обучающихся диагностируются при медицинских осмотрах перед поступлением в Университет и в период обучения.

Примечание: первоочередная задача медицинских осмотров - достижение максимальной их эффективности за счет улучшения первичного выявления заболеваний с параллельным уменьшением объема обследований здоровых

4.4. На основании действующих нормативно-правовых документов в комплексной оценке здоровья детей участвуют следующие категории работников Университета:

- Педагог физического воспитания / руководитель физического воспитания и (или) инструктор по физической культуре совместно с преподавателем физкультуры и спорта.

- Педагоги-психологи и (или) педагоги социальные.

4.5. По результатам профилактических осмотров определяются комплексные рекомендации по гармонизации развития, воспитанию и оздоровлению обучающегося.

4.3. Информация должна быть занесена классным руководителем в статистические таблицы по классу / группе, параллели, уровни образования (таблица 1) в начале учебного года и конце, что является основой для составления отчета по мониторингу здоровья обучающихся.

4.4. Сводный отчет по мониторингу здоровья обучающихся составляется 1 раз в год (весна). Рекомендуемая форма отчета приведена в приложении 2.

Таблица 1

Информационная карта «здоровье обучающихся»

Показатель	Класс/группа			
	начало 20__ - 20__ уч. года		конец 20__ - 20__ уч. года	
	Всего	%	Всего	%
1. Количество обучающихся:				
I группа здоровья				
II группа здоровья				
III группа здоровья				
IV группа здоровья				
V группа здоровья				
2. Количество учащихся с:				
– нарушениями зрения				
– нарушениями ОДА				
– вегетативными дистониями				
– нервно-психическими нарушениями				
– эндокринными расстройствами				
– патологией органов пищеварения				
3. Количество дней, пропущенных по болезни				
4. Количество случаев травматизма в период обучения				

4.6. С целью изучения медико-социальных причин (факторов) формирования отклонений в здоровье обучающегося может быть использована анкета (вопросник), разработанная кафедрой гигиены детей и подростков ММА им. И.М. Сеченова), по изучению причин, вызывающих отклонения в состоянии здоровья и заболевания у детей и подростков (Приложение 3).

Факторы объединены в 3 группы: медико-биологические факторы риска периода беременности матери и родов; факторы риска раннего детства; факторы риска образа жизни. Прогностическая шкала «риска» возникновения нарушений в состоянии здоровья (заболеваний) у обучающихся представлена в таблице 2. Согласно этой шкале по каждой группе показателей рассчитан суммарный балл, сопоставление с которым позволяет отнести ребенка к той или иной группе риска.

Таблица 1.

Прогностическая шкала «риска»

Шкала риска	Оценка группы факторов (сумма баллов)		
	медико-биологические факторы	факторы раннего развития	факторы образа жизни
Группа наименьшего риска	до 31	до 12	до 27

Шкала риска	Оценка группы факторов (сумма баллов)		
	медико-биологические факторы	факторы раннего развития	факторы образа жизни
Группа настороженности	31 - 40	13 - 21	27 - 35
Группа повышенного риска	свыше 40	свыше 21	свыше 35

Получив заполненную родителями обучающегося анкету, необходимо суммировать обведенные кружком баллы по каждой группе факторов и сопоставить их со шкалой. После анализа полученной информации, планируется и проводится профилактическая и оздоровительная работа с обучающимся в Университете.

4.7. С целью изучения отклонений в состоянии здоровья и заболеваний у молодежи в соответствии с образом жизни, используется анкета-опросник для молодежи (разработана кафедрой гигиены детей и подростков ММА им. И.М. Сеченова, переведена на русский язык, адаптирована к условиям жизни в РФ и апробирована путем пилотажных исследований) (Приложение 4). Обобщенные данные анкетирования берутся за основу разработки комплексных программ оздоровления условий труда и быта молодежи, предупреждения негативных явлений в ее среде, профилактики заболеваний, повышения мотивации к здоровому образу жизни.

5. Распределение функциональных обязанностей специалистов в комплексной оценке здоровья ребенка

5.1. Работники в сфере здравоохранения

5.1.1. *Медицинская сестра* проводит базовую скрининг-программу всем обучающимся не достигшим возраста 18 лет 1 раз в год.

Эта программа включает:

- анкетный тест на активное выявление у детей жалоб со стороны основных органов и систем. Школьники 10, 11 классов анкету заполняют сами;
- оценка физического развития:
- измерение длины и массы тела в соответствии с региональными стандартами;
- измерение артериального давления;
- тест для выявления нарушений осанки (10, 11 классы);
- тест для выявления плоскостопия (11 классы);
- исследование остроты зрения(11 классы);
- исследование остроты слуха шепотной речью (11 классы);
- подсчет числа заболеваний в год.

5.1.2. *Врач:*

- осматривает **обучающихся не достигших возраста 18 лет**, которые имеют отклонения от нормы по результатам обследования медицинской сестры;
- осматривает всех обучающихся в 10, 11 классах.

5.2. Руководители физического воспитания и (или) инструктор по физической культуре совместно с преподавателем физического воспитания и спорта:

- проводят оценку физической подготовленности 2 раза в год (осень-весна);
- контролируют состояние здоровья обучающихся, воспитанников и регулируют их физическую нагрузку, ведут мониторинг качества оздоровительной

работы в ДВГУПС, в том числе допускается использование электронных форм учета показателей здоровья и физических нагрузок.

- должны иметь тесты для оценки физической подготовленности для основной, подготовительной и даже специальной медицинской группы. При тестировании оцениваются следующие параметры: скорость, сила, координация, гибкость, выносливость. Все результаты заносятся в «Лист регистрации физической подготовленности» или журнал преподавателя.

- организуют проведение анкетирования среди обучающихся (с использованием анкеты по изучению причин возникновения неинфекционных заболеваний у молодежи (Приложение 4)) и передачу сведений для анализа директору Лицея / заместителю декана ФСПО-ХТЖТ по воспитательной работе (заместителю начальника УВР) - в головном вузе; заместителю директора по учебной и (или) воспитательной работе – в региональном институте – филиале ДВГУПС.

Примечание: На основе обобщения материалов анкетирования проводится оценка распространенности того или иного явления среди молодежи (гипокинезии, курения и т.д.), получают представление о характере питания обучающихся в Университете и дома, определяются пути повышения мотивации обучающихся к укреплению своего здоровья, мероприятия по оздоровлению среды их обитания и повышению качества медицинского обслуживания - **мониторинг поведенческих рисков среди обучающихся**

5.4. Педагог-психолог и (или) педагог социальный также участвуют в комплексной оценке состояния здоровья обучающихся **не достигших возраста 18 лет**, проводят следующие исследования:

- оценка эмоционально-поведенческих реакций (10 классы, 1 курс ФСПО);
- оценка интеллектуальной сферы (10, 11 классы, 1 курс ФСПО);
- оценка эмоциональной сферы (10, 11 классы, 1 курс ФСПО);
- оценка личностной сферы (10 и 11 классы, 1 курс ФСПО);
- оценка социальной сферы (10, 11 классы, 1 курс ФСПО).

5.5. Составление отчета по мониторингу курирование и размещение его на сайте Университета (регионального института – филиала ДВГУПС) возлагаются на:

- директора Лицея, заместителя декана ФСПО-ХТЖТ по воспитательной работе (заместитель начальника УВР) - в головном вузе;
- заместителя директора по учебной и (или) воспитательной работе – в региональном институте – филиале ДВГУПС.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1
к регламенту Р 02-17-17**Характеристика групп здоровья**

I группа - здоровые дети с нормальным физическим и психическим развитием, не имеющие анатомических дефектов и функциональных отклонений.

II группа - дети:

1. Имеющие функциональные нарушения (СВД, кариес, дискинезии ЖВП, искривления носовой перегородки без нарушения дыхания, аномалии осанки, уплощение стоп, аллергические реакции и пр.);

2. Реконвалесценты (после тяжелых и средне тяжелых инфекционных заболеваний);

3. Дети с общей задержкой физического развития без эндокринной патологии;

4. Часто и/или длительно болеющие ОРЗ;

5. Дети с физическими недостатками, последствиями травм и операций при сохранности соответствующих функций.

III группа - дети:

1. Страдающие хроническими заболеваниями в стадии клинической ремиссии, с редкими обострениями, сохраненными или компенсированными функциями больного органа (СВД с повышенной утомляемостью, частыми головными болями; хронический гастрит, хронический холецистит, хронический тонзиллит, фарингит; сколиозы, не боле естественного искривления; плоскостопие, экзема, аллергический дерматит при ограниченном кожном процессе без нарушения общего самочувствия и пр.);

2. Последствиями травм и операций при условии компенсации соответствующих функций. При этом степень компенсации не должна ограничивать возможность обучения или труда ребенка.

IV группа - дети:

1. Страдающие хроническими заболеваниями в активной стадии или стадии нестойкой клинической ремиссии с частыми обострениями (аллергический дерматит - распространенные высыпания, значительный зуд, нарушения общего самочувствия; сколиоз более 2 степени искривления при наличии нарушений функций внутренних органов и пр.);

2. С хроническими заболеваниями при условии, что основное заболевание требует постоянного поддерживающего лечения (вх: инсулинзависимый сахарный диабет);

3. С физическими недостатками, последствиями травм и операций с неполной компенсацией соответствующих функций, что ограничивает возможность обучения или труда ребенка.

V группа - дети:

1. Страдающие тяжелыми хроническими заболеваниями, с частыми обострениями, с непрерывно рецидивирующим течением, с выраженной декомпенсацией функциональных возможностей организма;

2. Дети с физическими недостатками, последствиями травм и операций с выраженным нарушением компенсации соответствующих функций и значительно ограничивающих возможности обучения и труда.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2
к регламенту Р 02-17-17

Пример титульного листа мониторинга здоровья обучающихся

Министерство транспорта Российской Федерации
Федеральное агентство железнодорожного транспорта
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Дальневосточный государственный университет путей сообщения»



МОНИТОРИНГ здоровья учащихся

лица двгупс

на 24 мая 2017 г.

Ректор ДВГУПС



/ Ю. А. Давыдов /

Подпись

Хабаровск – 2017

Продолжение. прил 1**Содержание отчета по мониторингу здоровья обучающихся**

1. Мониторинг физического состояния здоровья и его психолого-педагогическая оценка (в сравнении «начало – конец» учебного года, выводом, указанием мероприятий, проведенных по итогам данной оценки в течение учебного года).

2. Мониторинг групп здоровья и заболеваемости (в сравнении с предыдущими учебными годами, выводом).

Показатель	20__ - 20__ уч. год		20__ - 20__ уч. год		20__ - 20__ уч. год	
	Всего	%	Всего	%	Всего	%
1. Количество обучающихся:						
I группа здоровья						
II группа здоровья						
III группа здоровья						
IV группа здоровья						
V группа здоровья						
2. Количество учащихся с:						
- нарушениями зрения						
- нарушениями опорно-двигательного аппарата						
- вегетативными дистониями						
- нервно-психическими нарушениями						
- эндокринными расстройствами						
- патологией органов пищеварения						
3. Количество дней, пропущенных по болезни						

3. Мониторинг поведенческих рисков среди обучающихся: вредные привычки, отношение к алкоголю, табакокурению, наркотикам (приводятся общие данные анкетирования проведенного с целью изучения отклонений в состоянии здоровья и заболеваний у молодежи в соответствии с образом жизни (Приложение 4), мероприятия проведенные в течение года на основе анализа результатов анкетирования).

4. Мониторинг травматизма обучающихся (в сравнении с предыдущими учебными годами, выводом).

Показатель	20__ - 20__ уч. год		20__ - 20__ уч. год		20__ - 20__ уч. год	
	Всего	%	Всего	%	Всего	%
Количество случаев травматизма в период обучения						

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3
к регламенту Р 02-17-17****АНКЕТА
ИЗУЧЕНИЯ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫХ ПРИЧИН
ФОРМИРОВАНИЯ ОТКЛОНЕНИЙ В ЗДОРОВЬЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ¹**

Уважаемые родители!

Убедительно просим Вас внимательно отнестись к ответам на поставленные вопросы. Они помогут не только определить факторы риска возможных отклонений в здоровье у Вашего ребенка, но и войти в базу данных программы слежения (мониторинга) за здоровьем детского населения города, в связи с меняющейся социально-экономической и экологической ситуацией.

Номер выбранного Вами ответа обведите кружком.

Благодарим Вас за помощь!

I. Паспортная часть

1. Фамилия, имя _____
2. Образовательная организация _____, группа _____
3. Дата рождения: число _____, месяц _____, год 19____
4. Пол: 1. Юноша
2. Девушка
5. Сколько лет проживает в данном населенном пункте: до 5 лет
свыше 5 лет

**II. Медико-биологические факторы риска периода
беременности матери и родов (перинатальный период)**

1. Возраст матери в период рождения данного ребенка
 1. 20 - 29 лет
 2. До 19 лет
 3. 30 и выше лет
 2. Возраст отца в период рождения данного ребенка
 1. 20 - 29 лет
 2. До 19 лет
 3. 30 и выше лет
 3. Порядковый номер беременности
 1. 1-я
 2. 2-я
 3. 3-я
 4. 4-я и более
 4. Порядковый номер родов
 1. 1-ые
 2. 2-ые
 3. 3-и
 4. 4-е и более
 5. Был ли в 1 половину беременности токсикоз (тошнота, рвота, анемия)?
 1. Нет
 2. Да
 6. Были ли инфекционные заболевания?
 1. Нет
 2. Да
- Какие: _____

¹ Московская Медицинская Академия имени И.М. Сеченова, кафедра гигиены детей и подростков

7. Были ли соматические заболевания органов и систем, диагностированные врачом?

1. Нет
2. Да

Какие: _____

8. Был ли во 2 половине беременности токсикоз (отеки, нарушения функций почек, анемия, повышенное давление и т.д.)?

1. Нет
2. Да

9. Были ли инфекционные заболевания?

1. Нет
2. Да

Какие: _____

10. Были ли соматические заболевания органов и систем, диагностированные врачом?

1. Нет
2. Да

Какие: _____

11. Болела ли мать до беременности какими-либо хроническими заболеваниями, диагностированными врачом?

1. Нет
2. Да

Какими: _____

12. Болел ли отец до рождения ребенка хроническими заболеваниями, диагностированными врачом?

1. Нет
2. Да

Какими: _____

13. Имела ли мать до беременности контакт с вредными производственными факторами (химические вещества, шум, вибрация, излучение, электромагнитные поля, другие)?

1. Нет
2. Да

Какими: _____

14. Сколько лет длился контакт с вредными производственными факторами?

1. До 1 года
2. 1 год
3. 2 года
4. 3 года
5. 4 и более лет

15. Имела ли мать в период беременности контакт с вредными производственными факторами?

1. Нет
2. Да

Какими: _____

16. Имел ли отец до рождения ребенка контакт с вредными производственными факторами?

1. Нет
2. Да

Какими: _____

17. Принимала ли мать в период беременности лекарства?

1. Нет
2. Да

Какие: _____

18. Испытывала ли мать в период беременности чувство повышенного напряжения (стресса), связанного:

- с болезнью или смертью близких
- конфликтами в семье
- разводом
- конфликтами на производстве
- другими

1. Нет
2. Да

19. Употребляла ли мать алкогольные напитки (даже если иногда)?
1. Нет
 2. Да
20. Употреблял ли отец алкогольные напитки?
1. Нет
 2. Иногда
 3. Часто
21. Курила ли мать до беременности?
1. Нет
 2. Да
22. Курит ли отец?
1. Нет
 2. Да
23. Имеются ли наследственные заболевания у родственников по линии матери?
1. Нет
 2. Да
- Какие: _____
24. Имеются ли наследственные заболевания у родственников со стороны отца?
1. Нет
 2. Да
- Какие: _____
25. Как протекали роды?
1. Без осложнений
 2. С осложнениями
26. Укажите какие осложнения:
1. Преждевременные роды
 2. Запоздалые роды
27. Были ли осложнения в родах?
1. Нет
 2. Да
28. Укажите какие осложнения были в родах:
1. Родовая слабость
 2. Кровотечение
 3. Ручное отделение последа
 4. Кесарево сечение
 5. Наложение щипцов
 6. Другие
29. Укажите исход родов?
1. Рождение доношенного ребенка
 2. Рождение недоношенного ребенка
 3. Рождение переношенного ребенка
 4. Рождение ребенка с родовой травмой
 5. Рождение ребенка с гидроцефалией
 6. Другой
30. Вес ребенка при рождении:
1. 2500 - 4000 гр.
 2. До 2500 гр.
 3. Свыше 4000 гр.
31. Рост ребенка при рождении:
1. 50 см
 2. Менее 50 см
 3. Более 50 см

III. Факторы риска раннего детства

1. Сколько месяцев ребенок получал только грудное молоко?
1. 6 месяцев
 2. До 6 месяцев
 3. Не получал
2. С какого месяца начали вводить прикорм смесями?
1. С 6 месяцев
 2. До 6 месяцев

3. С рождения
3. Сколько часов в сутки, примерно, Вы гуляли с ребенком на 1 году жизни?
1. Более 5 - 6 часов
 2. 5 - 6 часов
 3. Менее 5 часов
4. Применялись ли закаливающие процедуры на 1 году жизни?
1. Применялись регулярно
 2. Применялись нерегулярно
 3. Не применялись
5. В каком возрасте у ребенка появились первые молочные зубы?
1. С 6 месяцев
 2. Ранее 6 месяцев
 3. Позднее 6 месяцев
6. В каком возрасте ребенок начал говорить слогами?
1. С 8 месяцев
 2. Ранее 8 месяцев
 3. Позднее 8 месяцев
7. В каком возрасте ребенок начал ходить?
1. С 12 месяцев
 2. Ранее 12 месяцев
 3. После 12 месяцев
8. Где воспитывался ребенок на 1 году жизни?
1. В семье, у родителей
 2. У родителей мужа, жены
 3. В яслях
9. В каком возрасте у ребенка закрылся большой родничок?
1. 12 - 15 месяцев
 2. До 12 месяцев
 3. После 15 месяцев
10. Как часто ребенок болел на 1 году жизни?
1. Не болел ни разу
 2. Менее 4 раз
 3. 4 раза и более
11. Укажите какие из перечисленных болезней ребенок перенес на 1 году жизни:
- кишечные инфекции (понос, рвота с температурой)
 - стафилококковые и стрептококковые инфекции
 - заражение крови (сепсис)
 - молочница
 - дисбактериоз
 - диспепсия
 - экссудативный диатез
 - гипотрофия
 - рахит
 - увеличение вилочковой железы
 - увеличение щитовидной железы
 - анемия (малокровие)
 - гемолитическая болезнь
 - болезни нервной системы _____
(гидроцефалия, энцефалопатия, др.)
 - болезни уха
 - ангина
 - насморк без температуры
 - острые вирусные заболевания, инфекции
 - желтуха
 - воспаление легких
 - грипп
 - нарушения развития и прорезывания зубов
 - грыжи
 - травмы, ранения
 - болезни почек
 - болезни кожи
 - другие заболевания _____

IV. Факторы риска, характеризующие условия жизни обучающегося

1. Жилищно-бытовые условия:
 1. Отдельная квартира
 2. Частный дом
 3. Комната в коммунальной квартире
 4. Комната в общежитии
2. Жилая площадь на одного члена семьи:
 1. Свыше 12 кв. м
 2. 5 - 12 кв. м
 3. До 5 кв. м
3. Число детей в семье:
 1. 1
 2. 2
 3. 3
 4. 4 и более
4. Состав семьи:
 1. Полная
 2. Только мать
 3. Только отец
 4. Опекун
5. Доход на одного члена семьи:
 1. Выше прожиточного минимума
 2. Соответствует прожиточному минимуму
 3. Ниже прожиточного минимума(прожиточный минимум составляет _____ руб.)
6. Семейная обстановка:
 1. Благополучная
 2. Конфликтная
 3. Наличие инвалидов и тяжелобольных
7. Образование отца:
 1. Высшее
 2. Среднее, среднетехническое, среднеспециальное
 3. Неполное среднее
8. Образование матери:
 1. Высшее
 2. Среднее, среднетехническое, среднеспециальное
 3. Неполное среднее
9. Сколько времени ребенок гуляет в воскресные дни?
 1. 3 и более часов
 2. 2 - 3 часа
 3. Менее 2 часов
10. Занимается ли физкультурой и спортом вне Университета?
 1. Занимается регулярно
 2. Занимается нерегулярно
 3. Не занимается
11. Имеет ли ребенок дневной сон в воскресные дни?
 1. Регулярно
 2. Иногда
 3. Не имеет
12. Где проводит время в летние каникулы?
 1. За городом
 2. Часть времени за городом, часть в городе
 3. В городе
13. Сколько раз в день ребенок принимает пищу дома в воскресные дни?
 1. 4 и более
 2. 3
 3. 2
 4. 1
14. Принимает ли пищу в Университете?
 1. Завтракает или обедает в столовой
 2. Приносит завтрак из дома
 3. Не принимает

15. Как часто в неделю употребляет мясные, рыбные продукты дома?
 1. Регулярно (7 раз)
 2. Часто (4 - 5 раз)
 3. Иногда (1 - 2 раза)
 4. Не употребляет
16. Как часто в неделю употребляет яйца и сливочное масло к столу дома?
 1. Регулярно (7 раз)
 2. Часто (4 - 5 раз)
 3. Иногда (1 - 2 раза)
 4. Не употребляет
17. Как часто в неделю употребляет молоко и молочные продукты дома?
 1. Регулярно (7 раз)
 2. Часто (4 - 5 раз)
 3. Иногда (1 - 2 раза)
 4. Не употребляет
18. Как часто в неделю употребляет фрукты, овощи, ягоды дома?
 1. Регулярно (7 раз)
 2. Часто (4 - 5 раз)
 3. Иногда (1 - 2 раза)
 4. Не употребляет
19. Как часто в неделю употребляет крупяные, макаронные блюда и хлебобулочные изделия дома?
 1. Регулярно (7 раз)
 2. Часто (4 - 5 раз)
 3. Иногда (1 - 2 раза)
 4. Не употребляет

Не забудьте заполненную анкету положить в конверт.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4
к регламенту Р 02-17-17

Анкета (вопросник)
по изучению причин возникновения
неинфекционных заболеваний у молодежи

Перед Вами вопросник, который используется во многих странах мира в рамках программы профилактики наиболее распространенных инфекционных заболеваний (Программа "Cindi")

Благодарим Вас за помощь. Отвечая на эти вопросы, Вы поможете лучше узнать, как живет молодежь и как избежать болезней.

Выберите и подчеркните или поставьте крест на ответе на вопрос или впишите необходимые данные. Ваши ответы должны быть именно Вашими, а не подсказанными друзьями. Не заполняйте квадраты с правой стороны.

Ваши ответы будут просматриваться только специалистами и сохраняться в секрете.

Код формы _____
Номер обследуемого _____
Номер центра _____

ПЕРВОЕ - ДАННЫЕ О СЕБЕ

1. Ваш пол (зачеркивайте нужный квадрат)

М Ж

2. В каком месяце Вы родились _____

3. В каком году _____

4. В какой группе Вы учитесь _____

ВТОРАЯ ЧАСТЬ ВОПРОСНИКА СВЯЗАНА С ЕДОЙ

5. Как часто Вы обычно принимаете пищу в течение недели?
(зачеркните нужный квадрат)

	Каждый день	5 - 6 дней в неделю	3 - 4 дня в неделю	1 - 2 дня в неделю	Никогда
Завтрак дома	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Завтрак в Университете	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Обед дома	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Обед в Университете	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ужин	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Как часто Вы употребляете в пищу следующие продукты
(зачеркните нужный квадрат)

	Чаше 1 раза в день	1 раз в день	1 раз в неделю	2 - 3 раза в неделю	Никогда
Кофе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Фрукты	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Напитки, содержащие сахар	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Конфеты, шоколад	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сырые овощи	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Орехи	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Чипсы (жареный картофель)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Бутерброды или сосиски	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Белый или черный хлеб	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Мясо	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Рыбу	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сыр	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Творог	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Маргарин	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Масло (к столу на хлеб)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Молоко низкой жирности	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Цельное молоко	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Сколько кусков или ложек сахара Вы обычно кладете в чашку чая или кофе?

Обычно я кладу _____ ложек или кусков сахара в чашку чая
и _____ ложек или кусков сахара в чашку кофе.

ЭТА ЧАСТЬ ВОПРОСНИКА СВЯЗАНА
С УПОТРЕБЛЕНИЕМ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ

8. Вы когда-нибудь пробовали алкогольные напитки (пиво, вино, сидр) или спирты (виски, водку)? (Зачеркните нужный квадрат)

Да Нет Не знаю

9. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?
(зачеркните нужный квадрат)

	Каждый день	Каждую неделю	Каждый месяц	Меньше одного раза в месяц	Никогда
Пиво	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Вино	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ликер (Водка, коньяк)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сидр ("Салют")	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Вы когда-нибудь напивались? (зачеркните нужный квадрат)

- Нет, никогда.
- Да, однажды.
- Да, 2 - 3 раза.
- Да, 4 - 10 раз.
- Да, более 10 раз.

ЭТА ЧАСТЬ ВОПРОСНИКА СВЯЗАНА С КУРЕНИЕМ

11. Вы когда-нибудь курили сигареты или трубку (даже если это была 1 или 2 затяжки)? (зачеркните нужный квадрат)

- Да Нет

12. Как часто Вы курите теперь? (зачеркните нужный квадрат)

- Каждый день.
- По крайней мере 1 раз в неделю, но не каждый день.
- Несколько раз в месяц.
- Я курил 1 или 2 раза за последние 3 месяца.
- Я не курю.

13. Сколько сигарет в неделю Вы курите?

Напишите цифрами _____ сигарет в неделю.

ЭТА ЧАСТЬ ВОПРОСНИКА СВЯЗАНА С ВАШЕЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ ВНЕ Университета
(в спорт. клубе, танц. кружке, индивидуально)

14. Вы занимаетесь в спорт. клубе, спорт. школе, танц. кружке?

- Да Нет

15. Вне Университета: как часто, занимаясь физической деятельностью в свободное время, Вы задыхаетесь или потеете? (зачеркните нужный квадрат)

- Каждый день.
 4 - 6 раз в неделю.
 2 - 3 раза в неделю.
 1 раз неделю.
 1 раз в месяц.
 Меньше 1 раза в месяц.
 Никогда.

16. Вне Университета: сколько часов в неделю Вы обычно упражняетесь так, что задыхаетесь или потеете? (зачеркните нужный квадрат)

- Никогда.
 Около 1/2 часа.
 Около 1 часа.
 Около 2 - 3 часов.
 Около 4 - 6 часов.
 7 часов или больше.

ЭТА ЧАСТЬ ВОПРОСНИКА СВЯЗАНА С ВАШИМИ ПРИВЫЧКАМИ

17. Как часто Вы чистите зубы? (зачеркните нужный квадрат)

- Дважды в день или чаще.
 1 раз в день.
 1 раз в неделю, не каждый день.
 Реже, чем 1 раз в неделю.
 Никогда.

18. Как часто Вы пользуетесь пристяжными ремнями в машине? (зачеркните нужный квадрат)

- Всегда.
 Часто.
 Иногда.
 Редко или никогда.
 Там, где я сижу обычно, нет пристяжных ремней.

ЭТА ЧАСТЬ ВОПРОСНИКА СВЯЗАНА С ВАШИМ СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

19. В последние 6 месяцев: как часто Вы ощущаете:
(зачеркните нужный квадрат)

	Почти каждый день	Больше, чем 1 раз в неделю	Почти каждую неделю	Почти каждый месяц	Практически никогда
Головную боль	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Боль в желудке	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Боль в спине	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Боль в ногах	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Плохое настроение	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Раздражительность	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Нервозность	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Трудности с засыпанием	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Головокружение	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20. За последний месяц принимали ли Вы лекарства от:
(зачеркните нужный квадрат)

	ДА	НЕТ
Кашля	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Простуды	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Головной боли	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Боли в желудке	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Бессонницы	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Нервозности	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Витамины	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Прочее	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21. Насколько Вы чувствуете себя здоровым? (зачеркните нужный квадрат)

- Совершенно здоров.
- Почти здоров.
- Не очень здоров.

22. Есть ли у Вас хронические заболевания, диагностированные врачом?

- Нет.
- Да (пожалуйста, напишите диагноз) _____

23. Есть ли у Вас другие заболевания или симптомы?

Нет.

Да (пожалуйста, напишите какие) _____

Вы закончили.

Спасибо за помощь.

Не забудьте заполненный вопросник положить в конверт.