

**Тюриков А. Г.¹, Каменева Т. Н.¹, Кунилова К. Д.², Ткаченко П. В.³, Белоусова Н. И.³, Ромашкова Е. В.⁴,
Ганаев М. Х.⁴**

ОТНОШЕНИЕ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ И ДОВЕРИЕ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЕ (НА ПРИМЕРЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В г. КУРСКЕ)

¹ФГОБУ ВО «Финансовый университет» при Правительстве РФ, 125167, г. Москва;

²АНО «Диалог-Регионы», 191015, г. Санкт-Петербург;

³НИИ физиологии ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России, 305041, г. Курск;

⁴ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России, 305041, г. Курск

Статья посвящена изучению отношения иностранных студентов к здоровью и здоровому образу жизни. Проанализированы основные практики поддержания здоровья и здорового образа жизни, исследованы мнения иностранных студентов относительно состояния их здоровья, способы борьбы со стрессом в новых социокультурных условиях. Основой для анализа послужили результаты социологического исследования, проведенного в январе 2024 г. среди учащихся Курского государственного медицинского университета — студентов-иностранцев, прибывших для получения высшего образования. В ходе исследования было выявлено, что иностранные студенты чаще ассоциируют здоровый образ жизни с поддержанием ментального здоровья, здоровым питанием и поддержанием гигиены. При этом если речь идет о медицине и обращении к врачам, то доля респондентов, которые относят это направление к здоровому образу жизни и сами для поддержания здоровья обращаются к медработникам, на порядок ниже тех, кто отказывается от вредных привычек и поддерживает гигиену. Авторы пришли к выводу о необходимости повышения информирования иностранных студентов об их правах на получение квалифицированной медицинской помощи, что послужит фактором повышения доверия к медицинским учреждениям и врачам.

К л ю ч е в ы е с л о в а : здоровье; здоровый образ жизни; доверие; современная медицина; медицинские учреждения; врач; студент; иностранный студент.

Для цитирования: Тюриков А. Г., Каменева Т. Н., Кунилова К. Д., Ткаченко П. В., Белоусова Н. И., Ромашкова Е. В., Ганаев М. Х. Отношение иностранных студентов к здоровому образу жизни и доверие современной медицине (на примере обучающихся в г. Курске). Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2024;32(3):432—437. DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2024-32-3-432-437>

Для корреспонденции: Каменева Татьяна Николаевна, д-р социол. наук, доцент, профессор кафедры социологии факультета социальных наук и массовых коммуникаций; главный научный сотрудник Института гуманитарных технологий и социального инжиниринга Финансового университета при Правительстве РФ, e-mail: kalibri0304@yandex.ru

**Tyurikov A. G.¹, Kameneva T. N.¹, Kunilova K. D.², Tkachenko P. V.³, Belousova N. I.³, Romashkova E. V.⁴,
Ganaev M. H.⁴**

THE ATTITUDE OF FOREIGN STUDENTS TO HEALTHY LIFE-STYLE AND CONFIDENCE TO MODERN MEDICINE AS EXEMPLIFIED BY STUDENTS OF KURSK

¹The Federal State Educational Budget Institution “The Financial University under the Government of the Russian Federation”, 125167, Moscow, Russia;

²The Autonomous Non-Commercial Organization “The Dialog-Regions”, 191015, St. Petersburg, Russia;

³The Research Institute of Physiology of the Federal State Budget Educational Institution of Higher Education “The Kursk State Medical University” of Minzdrav of Russia, 305041, Kursk, Russia;

⁴The Federal State Budget Educational Institution of Higher Education “The Kursk State Medical University” of the Minzdrav of Russia, 305041, Kursk, Russia

The article investigates attitude of foreign students to health and a healthy lifestyle. The main practices of maintenance of health and healthy lifestyle are analyzed. The opinions of foreign students related to their health and their modes of dealing with stress in new social cultural conditions are considered. The results of sociological survey carried out in January 2024 covering students of the Kursk State Medical University — foreign students who arrived to receive higher education were chosen as the analysis base. The study established that foreign students more often associate healthy lifestyle with maintenance of mental health, healthy diet and domestic hygiene. At that, considering medicine and physician visits, percentage of respondents attributing these aspects to healthy lifestyle and themselves applying to medical workers is far lower than those giving up bad habits and maintain hygiene. The conclusion is made that it is necessary to increase awareness of foreign students about their rights to receive qualified medical care that will serve as factor increasing confidence in medical institutions and physicians.

Key words: health; healthy lifestyle; trust; modern medicine; medical institution; physician; student; foreign student.

For citation: Tyurikov A. G., Kameneva T. N., Kunilova K. D., Tkachenko P. V., Belousova N. I., Romashkova E. V., Ganaev M. H. The attitude of foreign students to healthy life-style and confidence to modern medicine as exemplified by students of Kursk. *Problemi socialnoi gigieny, zdravookhraneniya i istorii meditsiny*. 2024;32(3):432—437 (In Russ.). DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2024-32-3-432-437>

For correspondence: Kameneva T. N., doctor of sociological sciences, associate professor, professor of the Chair of Sociology of the Faculty of Social Sciences and Mass Communications, the Chief Researcher of of the Institute of Humanitarian Technologies and Social Engineering of the Federal State Educational Budget Institution “The Financial University under the Government of the Russian Federation”. e-mail: kalibri0304@yandex.ru

Conflict of interests. The authors declare absence of conflict of interests.

Acknowledgment. The article was prepared based on the results of research carried out at the expense of budgetary funds under the state assignment of the Financial University “Social mechanisms of trust formation in transforming economic relations”.

Введение

Сохранение здоровья, особенно в условиях современности, — это первоочередная задача общества и государства. Во время эпидемии COVID-19 и в постковидный период значительно изменилось отношение к здоровью, поменялся образ жизни человека: он стал более внимательным и осторожным, что коснулось социальных контактов, способов взаимодействия. Недостаточная изученность заболевания привела к смене приоритетов, желанию позаботиться прежде всего о себе и о своих близких, оградить от опасности заболеть. Из состояния шока и неопределенности общество перешло к полной смене приоритетов, представлений о здоровье и здоровом образе жизни, возможностях сохранения здоровья — как физического, так и ментального.

Эпидемия стала вызовом для всего человечества и знаком предстоящих глобальных перемен. На фоне изменившихся условий перемещения между государствами стали меняться и формы взаимодействия, включая такую сферу, как образование. Однако, несмотря на такие трансформации, иностранные студенты не только не утратили интереса к образованию за границей, а продолжили подавать документы в российские вузы, вопреки ограничениям и закрытым границам. Учитывая, что в 2023 г. ситуация смягчилась, границы открылись и студенты-иностранцы смогли наконец приезжать в Россию очно и получать образование, внимание к здоровью и поддержанию здорового образа жизни (ЗОЖ) усилилось. Сохранение здоровья российских студентов и учебных мигрантов стало первостепенной задачей образовательных учреждений России. Перед учебными заведениями было поставлено несколько приоритетных задач:

1. Создание наиболее благоприятных и оптимальных условий для организации образовательного процесса, в котором наряду с российскими студентами главными действующими субъектами станут иностранные студенты.
2. Создание условий для укрепления и поддержания здоровья студентов-иностранцев.
3. Формирование у студентов (российских и иностранных) и профессорско-преподавательского состава потребности в своем физическом развитии и психоэмоциональной стабильности.
4. Совершенствование санитарной и санитарно-гигиенической, консультационной и информационной работы с разными участниками образовательного процесса, начиная со студентов и иностранных граждан, прибывших в Россию для обучения, и заканчивая профессорско-преподавательским составом, представители которого должны постоянно совершенствовать и улучшать свои знания о здоровье и

ЗОЖ. Эта информация поможет им сохранить благоприятный микроклимат в учебных группах и поспособствует сохранению здоровья в целом и поддержанию интереса к ЗОЖ и его компонентам у всех участников образовательного процесса [1, 2].

Помимо перечисленных мер и мероприятий следует выделить пропаганду среди студентов профилактики наркомании и алкоголизма, курения, СПИДа. Это входит в план мероприятий по пропаганде ЗОЖ. Обновление материально-технической базы позволит эффективнее использовать программы по поддержанию здоровья и формированию ЗОЖ.

Цель исследования заключается в изучении представлений иностранных студентов о здоровье и ЗОЖ, его составляющих, а также в определении роли медицины и учреждений здравоохранения в поддержании ЗОЖ и уровня доверия к ним.

Материалы и методы

Объектом исследования выступили иностранные граждане, которые прибыли на территорию Российской Федерации для получения высшего образования и выбрали для дальнейшего обучения Курский государственный медицинский университет. Респондентам было предложено ответить на ряд вопросов, касающихся представлений о здоровом образе жизни, действиях, которые они предпринимают для поддержания здоровья, ЗОЖ, а также оценить свое текущее состояние, уровень стресса, обозначить способы, благодаря которым они борются со стрессом. Отдельный блок вопросов посвящен тому, насколько часто иностранные студенты посещают врачей и медицинские учреждения для лечения или профилактики заболеваний. Исследование проведено методом онлайн-опроса с использованием сервиса Google Forms, анкета распространялась на двух языках — русском и английском. Для статистического анализа полученных данных использовали программу MS Excel 2019, для анализа ответов на открытый вопрос дополнительно была произведена кодировка.

Согласно определению ВОЗ, здоровье представляет собой состояние полного телесного и душевного, а также социального благополучия граждан. Это не только отсутствие видимых повреждений или отдельно взятых заболеваний, здоровье охватывает практически все сферы жизни человека, где могут быть задействованы его ресурсы (ментальное и психическое, эмоциональное здоровье, физические навыки и способности, предрасположенности). Поддержание здоровья индивида становится возможным через приверженность ЗОЖ, который определяется как образ жизни индивида, способствующий всестороннему сохранению здоровья и снижению риска развития опасных для жизни и здоровья забо-

леваний. ЗОЖ — это контроль за поведенческими факторами риска и осознанный выбор человека, когда он понимает, что за свою жизнь и свое здоровье ответственность несет только он сам и что он может принимать любые меры и решения для повышения качества своей жизни [1].

По мнению Ю. А. Шумаковой, ЗОЖ определяется как совокупность духовных ценностей индивида, а также форм и видов деятельности, которые позитивно сказываются на его здоровье. Современные условия и вызовы могут негативно влиять на человека, его общее состояние, а также способны привести к развитию патологических состояний здоровья. Это определяется теми химическими и биологическими, психическими и физическими воздействиями, которым индивид подвергается ежедневно. Внутренние ресурсы всегда защищают его от этих влияний, но без участия самого человека в поддержании своего здоровья можно значительно «запустить» его, прийти к непоправимым последствиям [3].

Избежать этого можно, если придерживаться ЗОЖ. Образ жизни индивида зависит от ряда таких факторов, как общественные условия, условия окружающей среды, социальные и экономические факторы, а также те условия, которые определяются культурными различиями. ЗОЖ определяется конкретными формами и направлениями в жизнедеятельности индивида, зависит от социально-экономических факторов, позволяющих человеку в целом вести ЗОЖ и реализовываться в учебной, профессиональной, трудовой и семейной, бытовой и досуговой сферах деятельности. На формирование ЗОЖ влияют ценностные отношения. Это значит, что здоровье в системе ценностей человека закрепляется как важнейший элемент, и он делает все возможное для его поддержания, сознательно подходу к этому вопросу [1]. В условиях современности крайне важно более внимательно относиться к здоровью, обращать внимание на любые симптомы физического или психологического недомогания, поскольку при несвоевременном обращении к специалисту и выявлении патологии можно в значительной степени снизить качество жизни, сместить фокус с обучения, действительно важных аспектов жизнедеятельности на вопросы полного выздоровления и излечения от недуга.

Пропаганда ЗОЖ выступает в качестве прерогативы государства, программы и мероприятия реализуются на государственном уровне, а принимать участие в них могут не только граждане Российской Федерации, но и лица, прибывающие в страну с разными целями. Учебные мигранты не исключение: здоровьесбе-

режение иностранных студентов является одним из ключевых направлений в образовании. В настоящее время успешная международная деятельность — это один из критериев эффективности современного высшего учебного заведения. Она выражается в формировании международных образовательных программ, обмене студентами и увеличивающемся числе иностранных студентов, которые приезжают в Россию для обучения.

Иностранные студенты, прибывающие в Россию для получения высшего образования, высказывают определенную озабоченность своим статусом и положением. Существует стереотип об ограниченности в правах и свободах, но реальное положение дел говорит об обратном: система образования и законодательство, действующее в отношении иностранных студентов, отличаются человекоориентированностью. Сегодня создаются все условия для успешного получения образования, для адаптации и интеграции студентов-иностранцев в условиях современного высшего учебного заведения. Это касается оформления документов, принятия студента, организации учебных занятий, зачетов и экзаменов, внеучебной деятельности. Приоритетом является человек, его физическое и ментальное состояние, ориентир на обучение и возможность применения полученных теоретических знаний на практике [2]. Здоровье — высокая ценность, к нему призывают относиться внимательнее. Современные методы медицины доступны для иностранных студентов, они могут в любой момент обратиться за помощью, получить высококвалифицированную помощь специалистов, пройти полное обследование и получить рекомендации относительно улучшения собственного состояния.

Результаты исследования

Для того чтобы определить отношение иностранных студентов к здоровью и ЗОЖ, а также выявить роль современных методов медицины в фор-



Рис. 1. Основные направления, в которых выражается ЗОЖ.

Здоровье и общество

мировании ЗОЖ и уровень доверия современной медицине, мы провели социологическое исследование. В нем приняли участие иностранные студенты (57% девушек и 43% юношей) в возрасте 17—25 лет, обучающиеся в Курском государственном медицинском университете.

В первую очередь участникам исследования был задан вопрос, в чем, по их мнению, выражается ЗОЖ человека (рис. 1).

Подавляющее большинство участников исследования придерживаются мнения, что ЗОЖ человека выражается в том, чтобы поддерживать свое ментальное здоровье. Столько же считают, что ЗОЖ можно поддержать, если следить за своим питанием, сделать его более здоровым и полезным, чуть меньше респондентов видят связь между ЗОЖ и поддержанием гигиены. О том, что ЗОЖ может выражаться в медицинском контексте, упоминают 59% респондентов: они считают, что если регулярно проходить медицинское обследование, то таким образом можно проконтролировать свое состояние, выявить любые отклонения на ранних стадиях и предотвратить протекание заболевания или минимизировать риски его осложнения. Медицинские обследования сегодня являются доступным и важным способом контроля здоровья. Современная медицина предлагает широкий спектр возможностей не только для лечения, но и для профилактики опасных и сезонных заболеваний. То, что медицинское обследование не входит даже в топ-5 основных направлений, отражающих ведение и поддержание ЗОЖ, свидетельствует, что студенты-иностранцы ассоциируют здоровье не с медициной, а с возможностью самостоятельно, своими руками создать наиболее благоприятные условия для жизни, поддержания ментального и физического здоровья.

Распределение ответов на вопрос «Лично Вы придерживаетесь принципов здорового образа жизни?» показывает, что большинство (88%) отмечают, что лично придерживаются этих принципов. Напротив, не придерживаются принципов ЗОЖ 10% участников исследования; 2% затруднились ответить. Распределение ответов на этот вопрос позволяет выявить способы заботы о своем здоровье, которыми пользуются иностранные студенты, обучающиеся в Курском государственном медицинском университете (рис. 2).

Большинство заботятся о своем здоровье путем соблюдения гигиены, столько же опрошенных не пьют, чуть меньше — не курят. О том, что они рационально питаются и таким образом заботятся о своем здоровье, упоминают более половины. Отметим, что придерживаются правильного режима дня, 45% респондентов, а треть — посещают врачей и



Рис. 2. Способы заботы о здоровье.

проходят медицинское обследование. Как видим, обращение в медицинские учреждения — это самая непопулярная и невостребованная мера. В основном в заботу о своем здоровье респонденты вкладывают персональные действия, которые они ежедневно выполняют, зависящие прежде всего от них самих и от их силы воли, желания. Соблюдение гигиены — это, в более широком понимании, поведение человека, направленное на то, чтобы содержать тело в чистоте, заботиться о состоянии кожи, зубов, ногтей и волос, о состоянии одежды и обуви, чистоте одежды. Этот аспект является неотъемлемой частью ЗОЖ, а также влияет на мышление человека и на то, как он выглядит в глазах окружающих, насколько опрятен и ухожен. По отношению человека к самому себе можно проследить, каким образом он относится к окружающим, к миру и среде вокруг себя, как преобразовывает ее и влияет на нее. Личная гигиена — это еще и чистота жилища, закаливание как одна из полезных привычек.

Отказ от курения и алкоголя является либо приоритетным, либо сопутствующим способом сохранить здоровье. Кто-то принципиально отказывается от этих привычек, считая их вредными, опасными, кто-то приходит к такому решению, уже имея за плечами негативный опыт зависимости. В любом случае и курение, и алкоголь, а также некоторые виды медикаментов и запрещенных веществ — это именно то, что нередко негативно влияет на общее состояние, работу органов, на образ жизни, возможность выполнять свою трудовую деятельность.

Отвечая на вопрос о том, как часто участники исследования посещают врачей, каждый второй отметил, что обращается к специалисту 1 раз в несколько месяцев, 41% посещают врача несколько раз в год, 9% вообще не посещают врачей. Данные показатели отражают двоякость результатов: с одной стороны, тот факт, что у участников исследования отсутствует потребность в посещении врача, может говорить о том, что они чувствуют себя хорошо и поэтому не нуждаются в медицинской помощи. С другой сторо-

ны, регулярный медицинский осмотр при необходимости позволяет своевременно выявить заболевания или их признаки и принять меры. Ранняя диагностика помогает грамотно и точно разработать индивидуальный план лечения, а регулярные осмотры должны стать неотъемлемой частью жизни студентов-иностранцев, особенно в период адаптации. Смена климата, питания, часового пояса влияет на физическое и психологическое состояние, и во время привыкания студенту лучше находиться под присмотром специалиста, чтобы его адаптационный процесс прошел благоприятнее и спокойнее.

Чтобы подтвердить или опровергнуть предположение о том, что студенты-иностранцы не посещают медицинские учреждения и специалистов, потому что чувствуют себя удовлетворительно, мы задали вопрос: «Как Вы себя чувствуете в настоящий момент?» Подавляющее большинство (90%) отметили, что чувствуют себя очень хорошо или скорее хорошо, 5% указали, что чувствуют себя скорее плохо, столько же затруднились ответить. Но самочувствие выражается не только в физическом благополучии, но и в ментальном. Отсюда делаем вывод, что необходимо рассмотреть и эту сторону состояния иностранных студентов и уточнить у них, испытывают ли они в настоящий момент стресс. Примерно треть (36%) ответили, что на данный момент они находятся в состоянии тревожности и стресса, 57% указали, что они ничем не обеспокоены, 7% затруднились ответить.

Таким образом, можно сделать вывод, что иностранные студенты разводят представления о физическом и ментальном здоровье. Если в физическом смысле они не испытывают болей и недомогания, то о состоянии стресса упоминает уже каждый третий. Причины стресса респонденты перечисляют очень разные, в основном это проблемы в обучении — изучение образовательного материала (31%), чувство одиночества, отчуждения от своего народа, нации и культуры (31%); 19% объясняют свое состояние тем, что у них возникают сложности и противоречия с их учебной группой, другими студентами. Почти каждый второй отметил, что он в порядке и чувствует себя относительно хорошо, не испытывая напряжения и стресса.

В борьбе со стрессом участники исследования используют разные способы. Треть предпочитают отдыхать, медитировать или спать для того, чтобы набраться сил и побороть стресс, напряжение, 24%, находясь в напряженном состоянии, слушают музыку, 21% — общаются с друзьями, близкими, партнерами, обсуждая с ними свои проблемы и пытаясь найти решение.

Заключение

В целом, говоря об общем состоянии участников исследования, а также о том, как они относятся к своему здоровью, какие направления ЗОЖ выбирают лично для себя, а также как они борются со стрессом, можно сделать несколько ключевых выводов. Во-первых, по мнению респондентов, ЗОЖ че-

ловека прежде всего выражается в поддержании ментального здоровья и в организации правильного здорового питания (по 98% опрошенных отметили данные варианты из предложенного списка). При этом о регулярном медицинском обследовании упоминают лишь 59% респондентов. Это говорит о том, что посещение медицинского учреждения, обращение к специалистам в целом не является приоритетной задачей в поддержании здоровья. Однако ЗОЖ предполагает регулярные медицинские обследования, поскольку благодаря им можно своевременно выявить заболевание, а также провести эффективную профилактику хронических заболеваний, влияющих на качество жизни человека. Если говорить о собственном опыте, то лишь 38% участников регулярно проходят медицинские обследования, посещают специалистов — это второе наблюдение, которое было зафиксировано в ходе исследования. Большинство (88%), заботясь о своем здоровье, соблюдают личную гигиену, не употребляют спиртные напитки. То, что обращение в медучреждения не является приоритетным направлением в заботе о здоровье, может говорить о нескольких основных аспектах: участники действительно не видят необходимости обращаться к врачам, так как они удовлетворительно себя чувствуют, не испытывают физического недомогания; студенты-иностранцы не осведомлены о возможности получения медицинской помощи, они не знают, куда им обратиться, к каким специалистам они могут попасть совершенно бесплатно, как записаться на прием к врачу.

Однако каждый второй все же посещает врача, хоть и раз в несколько месяцев, а 41% посещают врачей несколько раз в год. Невозможно уменьшить важность регулярного обследования у специалистов, а также в целом повышение информированности иностранных студентов о том, куда они могут обратиться. Посещать врача не просто важно, но и необходимо, особенно на стадии адаптации к новым социальным, культурным условиям, климату, образу жизни, питанию. Переезд в новую страну, смена круга общения, поступление в высшее учебное заведение — эти факторы сказываются на состоянии студента, как физическом, так и моральном. Стрессовые ситуации накладывают отпечаток на общее состояние, мешают сконцентрироваться на образовательном процессе, получении знаний. Полученные данные позволяют сделать вывод о необходимости повышения информированности иностранных студентов о здоровье и ЗОЖ, а также о необходимости регулярного прохождения медицинского обследования, отслеживания своего состояния в период адаптации к новым условиям жизни. Благодаря этому можно снизить риски развития заболеваний на физическом и ментальном уровнях, а также повысить качество жизни иностранного студента.

Поддержание ЗОЖ невозможно без участия в этом медицинских сотрудников и специалистов, так как только они могут дать грамотные рекомендации, выстроить программу адаптации иностранного

Здоровье и общество

студента (при необходимости), помочь в решении многих вопросов, которые касаются жизнедеятельности, образа жизни, подбора активности, питания, витаминов. Необходимо повышать доверие к современной медицине, а также продемонстрировать иностранным студентам уровень развития российской медицины, поскольку это влияет на их впечатление от нахождения на новой территории проживания.

Статья подготовлена по результатам исследований, выполненных за счет бюджетных средств по государственному заданию Фининиверситета «Социальные механизмы формирования доверия в трансформирующихся экономических отношениях»

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Арсланбекова Э. М., Попова Н. В. Здоровый образ жизни как ценность современной молодежи. В сб.: Инновационный потенциал молодежи: гражданственность, профессионализм, творчество: Сборник научных трудов Международной молодежной научно-исследовательской конференции. Екатеринбург; 2020. С. 66–71.
2. Егорова У. Г. Формирование культуры здорового образа жизни у студентов в период пандемии. *Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология*. 2021;(1):62–7.
3. Магарамова Т. А. Понятие «здоровый образ жизни» и его значимость для молодежи. Основные аспекты и проблемы. *Международный научный журнал «Вестник науки»*. 2024;70(1):318–23.
4. Марзук Мустафа А. М., Богданова Е. Н. Правовые аспекты оказания медицинской помощи иностранным студентам на территории Российской Федерации. В сб.: VI Международная (76-я Всероссийская) научно-практическая конференция «Актуальные вопросы современной медицинской науки и здраво-

охранения». Режим доступа: https://elib.usma.ru/bitstream/usma/4982/1/USMU_Sbornik_statei_2021_3_052.pdf (дата обращения: 14.01.2024).

5. Шумакова Ю. А. Здоровый образ жизни. *Система ценностей современного общества*. 2010;(11):297–301.

Поступила 09.01.2024
Принята в печать 27.03.2024

REFERENCES

1. Arslanbekova E. M., Popova N. V. Healthy lifestyle as a value for modern youth. In: Innovative potential of youth: citizenship, professionalism, creativity: Collection of scientific papers of the International Youth Research Conference [*Innovatsionnyy potentsial molodezhi: grazhdanstvennost', professionalizm, tvorchestvo: Sbornik nauchnykh trudov Mezhdunarodnoy molodezhnoy nauchno-issledovatel'skoy konferentsii*]. Yekaterinburg; 2020. P. 66–71 (in Russian).
2. Egorova U. G. Formation of a culture of healthy lifestyle among students during the pandemic. *Vestnik Samarskogo universiteta. Istoriya, pedagogika, filologiya = Bulletin of Samara University. History, pedagogy, philology*. 2021;(1):62–7 (in Russian).
3. Magaramova T. A. The concept of “healthy lifestyle” and its importance for young people. Main aspects and problems. *Mezhdunarodnyy nauchnyy zhurnal “Vestnik nauki” = International scientific journal “Bulletin of Science”*. 2024;70(1):318–23 (in Russian).
4. Marzuk Mustafa A. M., Bogdanova E. N. Legal aspects of providing medical care to foreign students on the territory of the Russian Federation. In: VI International (76 All-Russian) scientific and practical conference “Topical issues of modern medical science and healthcare” [VI *Mezhdunarodnaya (76-ya Vserossiyskaya) nauchno-prakticheskaya konferentsiya “Aktual'nyye voprosy sovremennoy meditsinskoy nauki i zdravookhraneniya”*]. Available at: https://elib.usma.ru/bitstream/usma/4982/1/USMU_Sbornik_statei_2021_3_052.pdf (accessed 14.01.2024) (in Russian).
5. Shumakova Yu. A. Healthy lifestyle. *Sistema tsennostey sovremenno-go obshchestva = System of values of modern society*. 2010;(11):297–301 (in Russian).