

Каменева Т. Н.¹, Разов П. В.¹, Кунилова К. Д.², Ткаченко П. В.³, Белоусова Н. И.³, Иевлева А. А.³

ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ И ОТНОШЕНИЕ К НЕМУ В УСЛОВИЯХ НЕСТАБИЛЬНОСТИ

¹ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации», 125167, г. Москва;

²Центр управления регионом, 191015, г. Санкт-Петербург;

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

Статья посвящена изучению отношения современного человека к собственному здоровью, физическому и ментальному, в период нестабильности. Представлены результаты социологических исследований, проведенных в 2021 и 2022 гг. среди населения Курской области. Результаты исследования отражают характерные особенности и черты отношения к здоровью современного человека в период сложной эпидемиологической ситуации, изменение поведения населения в сфере здоровьесбережения в условиях усложненной геополитической ситуации.

Ключевые слова: здоровье; здоровый образ жизни; ментальное здоровье; экономическая нестабильность; эпидемия.

Для цитирования: Каменева Т. Н., Разов П. В., Кунилова К. Д., Ткаченко П. В., Белоусова Н. И., Иевлева А. А. Здоровье населения и отношение к нему в условиях нестабильности. Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2023;31(2):227–232. DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2023-31-2-227-232>

Для корреспонденции: Каменева Татьяна Николаевна, д-р социол. наук, доцент, профессор департамента социологии ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации», e-mail: kalibri0304@yandex.ru

Kameneva T. N.¹, Razov P. V.¹, Kunilova K. D.², Tkachenko P. V.³, Belousova N. I.³, Ievleva A. A.³

THE POPULATION HEALTH AND ATTITUDE TO IT IN CONDITIONS OF INSTABILITY

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

²The Center of Region Management, 191015, St. Petersburg, Russia;

³The Federal State Budget Educational Institution of Higher Education “The Kursk State Medical University”, 305041, Kursk, Russia

The article considers issues of attitude of modern man to one's own health, both physical and mental in conditions of instability. The results of sociological studies implemented in 2021–2022 among the population of the Kursk Oblast are presented. The results reflect personal characteristics and attitudes to health, in particular in conditions of complex epidemiological situation and changes in population behavior in area of health saving in conditions of complicated geopolitical situation.

Keywords: health; healthy lifestyle; mental health; economic instability; epidemic.

For citation: Kameneva T. N., Razov P. V., Kunilova K. D., Tkachenko P. V., Belousova N. I., Ievleva A. A. The population health and attitude to it in conditions of instability. *Problemi socialnoi gigieni, zdravookhranenia i istorii meditsini*. 2023;31(2):227–232 (In Russ.). DOI: <http://dx.doi.org/10.32687/0869-866X-2023-31-2-227-232>

For correspondence: Kameneva T. N., doctor of sociological sciences, associate professor, professor of the Department of Sociology of the Federal State Budget Educational Institution of Higher Education “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 study had no sponsor support

Received 18.05.2022

Accepted 29.10.2022

Введение

Последствия коронавирусной инфекции, нестабильная геополитическая и экономическая ситуация, личные факторы становятся причинами, которые меняют отношение человека к собственному здоровью, физическому и ментальному. Изменяются повседневные практики поведения, отношение к личной гигиене, цифровой гигиене, питанию, в целом отношение к здоровью как ценности, которую необходимо поддерживать и всячески избегать неблагоприятных факторов. Таким образом, отношение к здоровью становится актуальной исследовательской проблемой, поскольку человек все больше заботится о тех вещах, на которые зачастую не может повлиять, но забывает о собственном благополучии и состоянии. В статье рассмотрены тенден-

ции, которые прослеживаются в отношении человека к собственному физическому и ментальному здоровью. Предприняты попытки обозначить проблемы, актуализирующие и объясняющие данные тенденции. Сформулированы рекомендации, позволяющие обратить внимание на проблемные тенденции в отношении современного человека к своему здоровью и создать условия для повышения его уровня.

Цель исследования — определить тенденции формирования отношения к здоровью в условиях социально-экономической, геополитической и эпидемиологической нестабильности.

Материалы и методы

В работе использованы данные социологических исследований, проведенных среди населения Кур-

ской области в 2021 г. с использованием Google-формы ($n=430$) и в 2022 г. с помощью сервиса Яндекс-формы ($n=322$). Статистический анализ полученных данных осуществлен с использованием программы MS Excel 2019. Также использованы положения концепции социокультурных механизмов В. И. Чупрова и Ю. А. Зубок.

Отношение к своему здоровью, профилактика заболеваний, соблюдение принципов здорового образа жизни для поддержания физического и морального здоровья, — это одни из ключевых аспектов для того, чтобы говорить о здоровье нации. Принято считать, что если у человека отсутствуют тревожащие симптомы и он чувствует себя нормально — это значит, что он здоров и у него нет причин для беспокойства. На самом деле такое заблуждение зачастую становится причиной того, что человек не проходит своевременно требуемые обследования, в результате заболевание может прогрессировать и обнаруживается только на очень поздних сроках, когда лечение осложняется или вовсе не дает никаких гарантий. В относительно спокойные, стабильные периоды человек может позволить себе задуматься о здоровье, он может сконцентрироваться на своем состоянии, имеет достаточные экономические ресурсы и проходит обследования. Но что делать в современный период, когда человечество во всем мире перестраивается под новые условия, когда перед индивидом встают вопросы «Как жить дальше?», «Что делать, если...?» — и здоровье отходит на второй план.

Эпидемия коронавируса показала необходимость профилактических мер и мероприятий для защиты жизни и здоровья. Человечество наконец сдвинулось от эгоцентричности в сторону заботы не только о себе, но и об окружающих. Ношение масок и перчаток, частое мытье рук, использование антисептиков стало новой реальностью с начала 2020 г. Однако в 2022 г., когда ковидные ограничения были ослаблены, человечество столкнулось с новыми вызовами и рисками. В условиях обострения геополитической ситуации люди объединены общей проблемой — озабоченностью будущим и неопределенностью. Чувства страха и тревоги — типичные для современного человека симптомы, однако подобное состояние затрудняет самоконтроль здоровья. К тому же эпидемиологическая ситуация стала волновать значительно меньше, в связи с чем ставшие уже привычными меры индивидуальной защиты и правила гигиены не используются.

Рост социальной напряженности и неопределенности привел к тому, что вопросы сохранения, поддержания здоровья, профилактики отошли на второй план, стали фоновыми. Экономия денежных средств способствует тому, что здоровью стало уделяться еще меньше внимания, так как россияне стали более бережливыми в своих тратах. Таким образом, изменилось отношение к собственному здоровью как к ценности, которую необходимо хранить, поскольку оно отличается хрупкостью. Общая не-

стабильность и тревожный фон повлияли на психологическое состояние людей.

Современные тенденции заболеваемости и характера заболеваний актуализировали идею индивидуальной ответственности человека за свое здоровье, причем определена ответственность как за физическое здоровье, так и за ментальное. Но фактическое поведение людей в условиях нестабильности — это вопрос, который касается внутренней рефлексии, дисциплины и даже самоограничений, т. е. без дополнительной поддержки, наличия указаний, инструкций и даже ограничений извне человек достаточно редко задумывается о том, что же он сам может сделать для себя, как он может повлиять на состояние своего здоровья, улучшить его, повысить качество жизни, гигиены, питания. Таким образом, зачастую отсутствует внутренняя самодисциплина, которая стала бы тем мотивирующим фактором, который гарантирует здоровье и стабильность внутри организма в условиях внешней дестабилизации.

Пониманию трансформации отношения к здоровью в сложные нестабильные периоды способствует анализ самой категории здоровья, многообразия существующих трактовок. Здоровье является разносторонним понятием, что находит отражение в его определениях, отражающих специфические характеристики и особенности. Так, в Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) указано, что «здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов» [1].

Основатель валеологии И. Брехман подчеркивает, что здоровье является вершиной, на которую человек должен подняться сам, чтобы обеспечить себе физическое и ментальное благополучие [2]. В 1989 г. на Международном симпозиуме в бельгийском Louvain-la-Neuve участники отметили необходимость в проведении более глубокой ревизии данного понятия. Тогда же было введено понятие «науки о здоровье» не как о новой академической дисциплине, которая нуждается в исследовании и переосмыслении, а скорее как о междисциплинарной проблеме. Цель ее состоит в теоретической и практической трансформации и переориентации научных исследований для выявления фундаментальной природы и роли здоровья человека. Отсюда и оформление теорий и моделей, которые отражают существенные характеристики здоровья и здорового образа жизни [3].

По мнению П. И. Калью [4], существующие определения понятия «здоровье» следует соотносить с несколькими теоретико-концептуальными моделями. На сегодняшний день наиболее популярными и устоявшимися моделями являются следующие:

1. *Медицинская модель здоровья.* Согласно данной модели, здоровье представляет собой медицинскую характеристику организма. Это состояние, в котором индивид не ощущает симптомов болезни, а также не чувствует себя больным, в целом описывает свое самочувствие как хорошее, без жалоб. При-

Здоровье и общество

знаками нездоровья являются явные проблемы со здоровьем, тревожащие симптомы, которые требуют вмешательства со стороны медицинского работника.

2. *Биомедицинская модель.* Согласно данной модели, здоровье — это феномен, который гарантирует, что у индивида отсутствуют нарушения в работе систем и жизненно важных органов. Также исследователи [5], которые рассматривают здоровье с данной точки зрения, подчеркивают доминирующее значение биологических признаков. Они делают вывод, что именно биологические характеристики и признаки индивида непосредственно влияют на физическое здоровье человека и могут провоцировать развитие отклонений.

3. *Биосоциальная модель здоровья.* В эту модель входят социальные и биологические факторы и характеристики здоровья, его признаки. Больше внимание исследователи и специалисты уделяют именно социальным чертам здоровья [6], так как существует мнение, что социальные, экономические, геополитические и иные глобальные общественные изменения оказывают влияние на человека и его организм. Нестабильности и трансформации могут влиять на общее состояние, провоцировать ряд изменений, которые влекут за собой последствия для здоровья.

В рамках ценностно-социальной модели здоровье рассматривается как ценность, которая гарантирует полноценную жизнь человека, долголетие. Однако в период нестабильностей и потрясений здоровье человека перестает быть приоритетом. Индивид заботится о более глобальных и тревожащих его проблемах, забывая о здоровье и игнорируя любые тревожные симптомы. Ценность здоровья в определенной степени утрачивается, и вспоминают о нем тогда, когда появляются серьезные признаки недомогания и заболевания. Это чревато негативными последствиями уже для самого человека, может быть опасно для его жизни. Подчеркнем, что от здоровья одного человека во многом зависит здоровье нации. В период нестабильности и потрясений люди начинают погружаться в актуальную тревожную повестку, из-за чего утрата ценности здоровья носит уже не индивидуальный, а групповой характер. Такая тенденция приводит к снижению здоровья целых групп населения, социальных сообществ.

Поскольку здоровье — это ответственность прежде всего самого индивида, необходимо преодолевать трудности, задействовав механизм саморегуляции в сфере здоровья. Саморегуляцией в сфере здоровья принято называть отношение к здоровью и отношение к тем способам, благодаря которым можно его поддерживать [7, 8]. Саморегуляция в сфере здоровья определяет несколько важных и основополагающих аспектов. Во-первых, здоровье воспринимается как ценность, которую необходимо транслировать, сохранять, осознавать и поддерживать. Во-вторых, саморегуляция дает представления о здоровьесбережении и тех способах, которыми

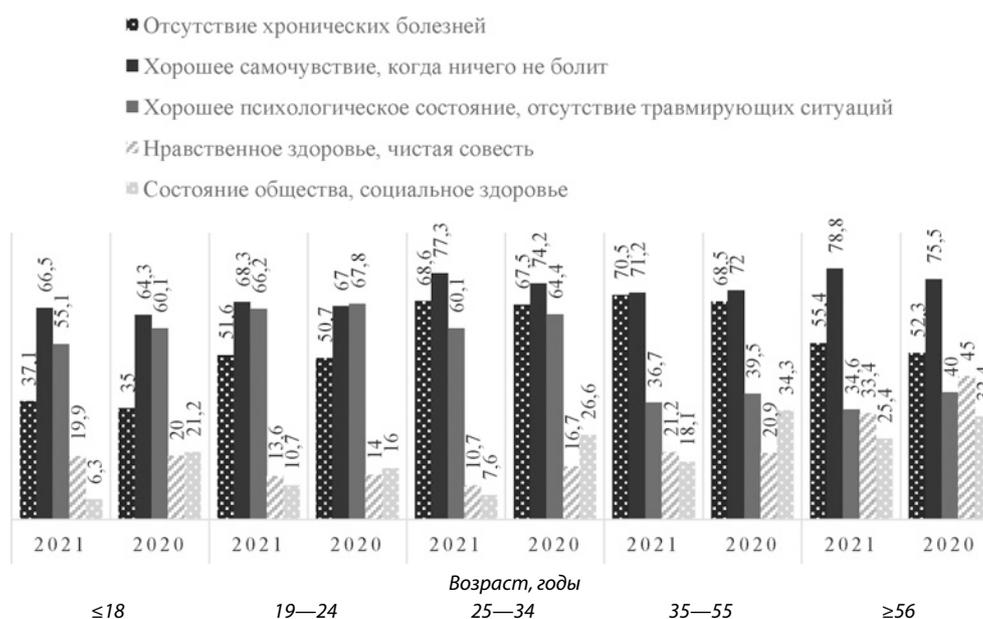
индивид может воспользоваться, чтобы сберечь свое здоровье в любых условиях — и в период эпидемии, и в период общественно-политической нестабильности. Здоровьесбережение в современных условиях все больше относится к ответственности самого индивида, а не окружающих, следовательно, именно от него будет зависеть эффективность подобранных способов и инструментов здоровьесбережения. Это отказ от вредных привычек, навязчивых тревожных мыслей, чтения негативной информации, вовлечение в занятия спортом, избирательность в питании и в целом приверженность активному и здоровому образу жизни. Безусловно, особую роль в сегодняшних условиях необходимо отводить личной цифровой гигиене, поскольку заболевания и отклонения могут появляться в результате психологического и психического напряжения, которое вызвано чтением новостей и неразборчивостью в выборе источников информации.

Важно понимать, что саморегуляция в сфере здоровья — это еще и совокупность представлений о мерах, которые способствуют сохранению здоровья [9]. Перечисленные меры, традиционно характеризующие здоровьесберегающее поведение в ситуации нестабильности, дополняются определенными способами реагирования на сохранение здоровья. Так, в период пандемии люди стали активно использовать средства индивидуальной защиты, антисептики, тщательнее следить за своим здоровьем и теми симптомами, которые могли бы сигнализировать о заболевании. Такие меры постепенно стали нормой жизни, однако в 2022 г., когда обострение геополитической обстановки отодвинуло эпидемиологические проблемы на второй план, население вернулось к своему привычному образу жизни: отказу от ношения средств индивидуальной защиты, соблюдения социальной дистанции в общественных местах. Симптомы, которые считались тревожными в 2020 г., в период коронавирусной инфекции, теперь воспринимаются как форма нормальности и относятся к сезонной заболеваемости ОРВИ и гриппом. В то же время нарастание геополитического кризиса не только способствует тому, что люди забывают о необходимости сохранения здоровья, но и обостряет проблемы психического благополучия.

Таким образом, в сегодняшней ситуации забота о здоровье для многих отошла на второй план. Однако в существующих условиях турбулентности важно не забывать о здоровье, формировать технологии здоровьесбережения, адекватные происходящим событиям.

Результаты исследования

Анализ результатов исследований, проведенных в апреле 2020 г. и в декабре 2022 г. и посвященных отношению к здоровью, позволил выявить определенные изменения в формировании здоровьесберегающих позиций у граждан, а также приверженности здоровому образу жизни. Результаты исследования показали, что в 2022 г. большинство респондентов считали COVID-19 «оставшейся с нами



Определение понятия «здоровье» по возрастным группам респондентов (в %). Вопрос предполагал несколько вариантов ответа.

навсегда инфекцией», а также придерживались мнения о «выработанном коллективном иммунитете». Вновь заразиться коронавирусной инфекцией опасались 29,9% респондентов, боялись за здоровье своих пожилых родственников 26% принявших участие в исследовании.

Следует отметить и ряд наметившихся различий, характерных для понимания смысла здоровья. Так, понимание здоровья как «хорошего психологического состояния, отсутствия травмирующих ситуаций» в наибольшей степени характерно для возрастной группы 19—24 лет (67,8%). Важность психического здоровья возросла для респондентов всех возрастных групп (см. рисунок).

Результаты исследования, проведенного в 2022 г., показали увеличение значимости нравственного и социального здоровья. Так, 45% респондентов в возрастной группе 56 лет и старше в понимание здоровья вкладывали смысл нравственного здоровья, чистой совести, в то время как в 2021 г. подобного мнения придерживались 33,4% [10].

Подобная тенденция характерна и для связи категории здоровья с состоянием общества, социальным здоровьем. Так, в сравнении с 2021 г. значимость социального здоровья в 2022 г. для возрастной группы ≤18 лет возросла на 14,9%, 19—24 лет — на 5,3%, 25—34 лет — на 19%, 35—55 лет — на 16,2%, ≥56 лет — на 7%. Таким образом, анализ показывает озабоченность населения «общественным нездоровьем», которое напрямую отражается на практиках отношения к собственному здоровью.

В период нестабильности (эпидемиологической и социально-экономической, геополитической) важно определить составляющие практик здоровьесбережения. В сравнении с 2021 г. (42,1%), в 2022 г. (56%) возросло число респондентов, отме-

тивших, что для поддержания своего здоровья они принимают различные витамины и биологически активные добавки.

В условиях обострения геополитических проблем проявились негативные тенденции, связанные с уменьшением числа респондентов, отказавшихся от вредных привычек (алкоголь, курение). Также респонденты стали меньше следить за питанием и контролировать массу тела, снизилась физическая активность. Можно отметить, что эти меры в основном являются инициативными, исходят от желания индивидов поддерживать свое состояние и также могут быть реализованы ими самостоятельно, без контроля со стороны специалистов. К вмешательству и контролю со стороны медицинских сотрудников в 2022 г. были склонны прибегать 24,5% опрошенных, в то время как в 2021 г. таких было 28,6%. Делали прививки в сезон инфекционных заболеваний в 2022 г. на 3,6% меньше, чем в предыдущем. Пристального внимания заслуживает факт увеличения числа респондентов, ничего не предпринимающих для сохранения и поддержания своего здоровья, с 4,7% в 2021 г. до 17,9% в 2022 г.

Следует сделать акцент на том, что в период нестабильности у респондентов беспокойство вызывает по большей части состояние здоровья их близких (79,8%), состояние собственного здоровья вызывает чувство тревоги у 38,8% опрошенных.

Определенные изменения прослеживаются в смыслах, вкладываемых следующие понятия: здоровье как нравственная ценность, социальное здоровье и взаимосвязь с общечеловеческими ценностями. Так, в 2021 г. здоровье как состояние общества, социальное здоровье связывали с ценностью справедливости 43,4% респондентов [9], а в 2022 г. — 49,3%. В оценках респондентами здоровья как нравственного состояния общества взаимосвязь со спра-

Здоровье и общество

ведливостью усилилась с 45,8 до 56,7% соответственно.

В целом при оценке общего состояния большинства респондентов, по результатам исследования 2022 г., отмечали, что не испытывают проблем в сфере здоровья, однако подобные суждения характеризовали возрастные когорты до 24 лет. Среди респондентов старших возрастных групп было больше тех, кто отмечал тревожные симптомы, связанные с заболеваниями общего характера. Последствия перенесенной коронавирусной инфекции чаще отмечали респонденты в возрасте от 35 до 55 лет (37%) и старше 55 лет (36,9%). Повышенная тревожность, состояние постоянного стресса наблюдались в характеристиках здоровья респондентов всех возрастных групп и преобладали у молодых людей до 18 лет (72,1%) и у лиц от 35 до 55 лет (70,2%).

Женщины в большей степени, чем мужчины, подвержены стрессовым ситуациям и испытывают повышенное психологическое напряжение. Среди опрошенных 68% женщин и 53% мужчин испытывали состояние эмоционального упадка, а 49% женщин и 28% мужчин ссылались на чувство страха за будущее свое и детей. Мужчины, принявшие участие в исследовании, чаще характеризовали свое морально-психологическое состояние как стабильное.

В 2022 г. респондентов, обращающихся за медицинской помощью в случае заболевания, например обострения хронических болезней, простуды, вирусных инфекций, стало меньше, чем в 2021 г., на 2,8%. Большинство опрошенных придерживались мнения, что только они сами могут помочь себе в случае возникновения проблем со здоровьем (47%) или же надеялись на помощь родственников и близких друзей (45%). Готовы отвечать за сохранение своего личного здоровья и здоровья своих детей 69%. Страхи в отношении состояния здоровья своих детей испытывали чаще респонденты в возрасте от 35 до 55 лет (52,3%) и старше 55 лет (47,8%). В основном это были женщины, склонные руководствоваться эмоциями. Однако необходимо учитывать, что состояние постоянного стресса и тревоги может стать причиной серьезных заболеваний.

Заключение

Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что в настоящее время наблюдается тенденция изменения отношения к здоровью, снижение активности населения в сфере здоровьесбережения. Ситуация нестабильности, связанная с распространением коронавирусной инфекции в 2021 г., и геополитический кризис 2022 г. по-разному повлияли на здоровьесберегающее поведение населения. Во-первых, в 2022 г. большее число людей связывало здоровье с социальным и нравственным аспектами. Во-вторых, на фоне роста стрессовых ситуаций, тревожности усилилась значимость психологического благополучия. В-третьих, по мнению респондентов, вопросам сохранения здоровья, здо-

ровому образу жизни они стали уделять меньше внимания.

Отношение к здоровью в существенной степени зависит от внешних факторов, определяющих условия жизнедеятельности людей. Сформированные в определенный период жизни практики здоровьесбережения с обострением геополитической ситуации стали меняться. Забота о здоровье перестала быть первоочередной задачей, которой являлась в 2021 г. в период сложной эпидемиологической ситуации. В 2022 г. значимым ценностным регулятором отношения к здоровью стала выступать справедливость. В условиях неопределенности, когда происходит формирование новых практик здоровьесбережения, важной задачей социальной политики государства должно оставаться создание условий, способствующих сохранению здоровья населения, недопущения катастрофического снижения его показателей.

Исследование не имело спонсорской поддержки.
Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Устав ВОЗ. Режим доступа: <https://www.who.int/ru/about/governance/constitution> (дата обращения 01.10.2021).
2. Брехман И. И. Валеология — наука о здоровье. М.: Физкультура и спорт; 1990. 206 с.
3. Азаматов Д. М., Валеева А. С., Давлетшина Г. Р. Социально-философские аспекты здоровья. Уфа: ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России; 2018. 51 с.
4. Калью П. И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация. М.; 1988. С. 33—5.
5. Исупова О. Г. Демографические аспекты здоровья: оздоровление и репродуктивный выбор. *Социодиггер*. 2020;(4):4—22.
6. Путров С. Ю. Философское обоснование биосоциальных технологий влияния на здоровье человека. *Молодой ученый*. 2014;(11):444—6.
7. Рассказова Е. И. Понятие саморегуляции в психологии здоровья: новый подход или область применения? *Теоретическая и экспериментальная психология*. 2014;(1):43—56.
8. Зубок Ю. А., Чанкова Е. В., Каменева Т. Н. Молодежь в условиях пандемии: отношение к здоровью и особенности саморегуляции. В сб.: *Международный демографический форум: Материалы заседания, Воронеж, 22—24 октября 2020 г. Воронеж: Цифровая полиграфия; 2020. С. 713—6.*
9. Каменева Т. Н., Чанкова Е. В. Социокультурные составляющие отношения к здоровью в условиях пандемии. *Вестник Южно-Российского государственного технического университета (НПИ). Серия: Социально-экономические науки*. 2021;14(2):83—91. doi: 10.17213/2075-2067-2021-2-83-91
10. Чуйков О. Е., Каменева Т. Н., Ткаченко П. В. Здоровый образ жизни в системе ценностных ориентаций студенческой молодежи. *Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины*. 2022;30(4):621—4. doi: 10.32687/0869-866X-2022-30-4-621-4
11. Богданова Т. М., Блинова В. В., Осколкова А. И., Семенова В. А. Преподавание на клинической кафедре медицинского вуза: адаптация в современных условиях // *Антропологическая дидактика и воспитание*. 2022. Т. 5. № 6. С. 194—204.

Поступила 18.05.2022
Принята в печать 29.10.2022

REFERENCES

1. WHO Constitution. Available at: [//www.who.int/ru/about/governance/constitution](https://www.who.int/ru/about/governance/constitution) (accessed 01.10.2021) (in Russian).
2. Brekhman I. I. Valeology is the science of health [*Valeologiya — nauka o zdorov'ye*]. Moscow: Publishing house "Physical culture and sport"; 1990. 206 p. (in Russian).
3. Azamatov D. M., Valeeva A. S., Davletshina G. R. Socio-philosophical aspects of health [*Sotsial'no-filosofskie aspekty zdor-*

- ov'ya]. Ufa: FGBOU VO BSMU of the Ministry of Health of Russia; 2018. 151 p.
4. Kalyu P. I. The essential characteristic of the concept of "health" and some issues of restructuring healthcare: an overview [*Sushchnostnaya kharakteristika ponyatiya "zdorov'ye" i nekotoryye voprosy perestroyki zdravookhraneniya: obzornaya informatsiya*]. Moscow; 1988. P. 33–5 (in Russian).
 5. Isupova O. G. Demographic aspects of health: health improvement and reproductive choice. *Sociodigger*. 2020;(4):4–22 (in Russian).
 6. Putrov S. Yu. Philosophical substantiation of biosocial technologies of influence on human health. *Molodoy uchenyy = Young Scientist*. 2014;(11):444–6 (in Russian).
 7. Rasskazova E. I. The concept of self-regulation in health psychology: a new approach or scope? *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya = Theoretical and Experimental Psychology*. 2014;(1):43–56 (in Russian).
 8. Zubok Yu. A., Chankova E. V., Kameneva T. N. Youth in a pandemic: attitude to health and features of self-regulation. In: International Demographic Forum: Meeting Materials, Voronezh, October 22–24, 2020 [*Mezhdunarodnyy demograficheskiy forum: Materialy zasedaniya, Voronezh, 22–24 oktyabrya 2020 g.*]. Voronezh: Digital printing; 2020. P. 713–6 (in Russian).
 9. Kameneva T. N., Chankova E. V. Sociocultural components of attitudes towards health in a pandemic. *Vestnik Yuzhno-Rossiyskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta (NPI). Seriya: Sotsial'no-ekonomicheskiye nauki = Bulletin of the South Russian State Technical University (NPI). Series: Social and economic sciences*. 2021;14(2):83–91. doi: 10.17213/2075-2067-2021-2-83-91
 10. Chuikov O. E., Kameneva T. N., Tkachenko P. V. A healthy lifestyle in the system of value orientations of student youth. *Problemy sotsial'noy gigiyeny, zdravookhraneniya i istorii meditsiny = Problems of Social Hygiene, Health Care and the History of Medicine*. 2022;30(4):621–4. doi: 10.32687/0869-866X-2022-30-4-621-624 (in Russian).
 11. Bogdanova T. M., Blinova V. V., Oskolkova A. I., Semenova V. A. Teaching at the clinical department of a medical university: adaptation in modern conditions // *Anthropological didactics and education*. 2022. Vol. 5. No. 6. pp. 194–204.