

# Аналитический отчет по результатам анкетирования сотрудников ФГБОУ ВО «ЮУГМУ» Минздрава России на платформе «АТРИЯ» (сравнительный анализ 2024–2025 гг.)

## Введение

В рамках мониторинга здоровьесберегающей среды и оценки образа жизни сотрудников ФГБОУ ВО «ЮУГМУ» в 2024 и 2025 годах проведено анкетирование с использованием цифровой платформы «АТРИЯ». Целью исследования являлась личная оценка здоровья, выявление факторов риска, определение уровня медицинской грамотности, а также анализ мотивации персонала к участию в корпоративных оздоровительных программах.

## 1. Характеристика участников исследования

В анкетировании приняли участие сотрудники университета. Гендерное распределение сохраняет преобладание женского коллектива, характерное для медицинских вузов.

- **2024 год:** общее число респондентов — **110 человек**. Из них мужчины составили **27,3%**, женщины — **72,7%**.
- **2025 год:** число участников выросло до **138 человек**. Доля мужчин снизилась до **11%**, женщин — выросла до **89%**.

## 2. Личная оценка здоровья и профилактическая активность

Субъективная оценка собственного здоровья является интегральным показателем благополучия.

- **Хорошее здоровье:** в 2024 году так оценивали свое состояние **43,6%**, в 2025 — **38,4%** (незначительное снижение).
- **Удовлетворительное:** отмечен рост с **52,7%** до **56,6%**.
- **Плохое:** показатель остается стабильно низким (**2,7%** в 2024 г. и **2,2%** в 2025 г.).

*Прохождение профилактических осмотров (ПМО):* Выявлена тревожная тенденция к снижению дисциплины. Доля прошедших диспансеризацию снизилась с **97,3%** (107 чел.) в 2024 году до **93,5%** (129 чел.) в 2025 году.

## 3. Анализ факторов риска (питание и активность)

Анализ пищевых привычек показывает разнонаправленные тренды, требующие внимания:

- **Потребление свежих овощей:** снизилось с **35,45%** до **27,5%**.
- **Потребление свежих фруктов:** снизилось с **45,45%** до **31,2%**.
- **Досаливание готовой пищи (привычка, ведущая к гипертонии):** выросла с **21%** до **26%**.
- **Физическая активность:** отмечен позитивный рост доли сотрудников, уделяющих ей внимание, с **43,6%** до **47%**.

#### 4. Особенности питания в рабочее время

Культура питания на рабочем месте претерпела положительные изменения:

- Доля сотрудников, которые **приносят еду с собой**, выросла с **64,5%** до **77%** (тенденция к здоровому контролю рациона).
- Частота посещения **столовой** увеличилась с **6,4%** до **12,3%**.
- Критически важно: число сотрудников, **отказывающихся от обеда**, снизилось в 5 раз — с **14,55%** до **3%**.
- Доля недовольных качеством еды в столовой незначительно снизилась (с **16,4%** до **14%**).

#### 5. Психоэмоциональное состояние и рабочие условия

*Риски развития стресса:* Распределение уровней стресса изменилось в сторону увеличения доли высокого и снижения среднего:

- **Низкий уровень:** вырос с **50%** до **59%** (парадоксально на фоне роста высокого).
- **Средний уровень:** снизился с **35%** до **21%**.
- **Высокий уровень:** вырос с **15%** до **20%** (сотрудники стали чаще испытывать острый стресс).

Уровень потери продуктивности из-за проблем со здоровьем остается стабильным: средний уровень — **60%**, высокий — незначительно снизился с **2%** до **1,4%**.

*Факторы беспокойства на рабочем месте:*

- Довольных условиями труда стабильно треть коллектива (**33,6%** в 2024 г., **33,3%** в 2025 г.).
- Сильное напряжение испытывают около **21–22%**.
- Основной растущий негативный фактор — **удаленность от дома:** беспокоит **27,3%** в 2024 г. и уже **32,6%** в 2025 г.
- Проблема сверхурочной работы резко снизилась (с **20,9%** до **5,8%**), что может говорить об оптимизации графиков.
- Неблагоприятный микроклимат в коллективе беспокоит стабильно около **12–13%**.

#### 6. Вредные привычки

*Курение:* Наблюдается положительная динамика.

- Доля никогда не куривших снизилась с **80%** до **74%** (за счет перехода в категорию "курил в прошлом").
- Доля курящих снизилась с **11%** до **9,4%**.
- Количество бросивших курить выросло с **9%** до **17%**.

*Употребление алкоголя (за последние 12 месяцев):* Тренды неоднозначны.

- Количество совсем не употребляющих снизилось с **28,2%** до **19%**.
- Выросла доля редкого употребления (1 раз в месяц или реже) — с **37%** до **43,5%**.
- Незначительно выросло употребление 2-4 раза в месяц (с **20%** до **24,6%**). Доля употребляющих 2-3 раза в неделю и чаще остается стабильно низкой (**2–3%**).

## **7. Мотивация к здоровому образу жизни**

*Причины для занятий физкультурой:*

- Главная мотивация — укрепление здоровья (**40%** → **37,7%**).
- Выросла роль эстетической мотивации ("хорошее телосложение"): с **16,36%** до **25,4%**.
- Желание получить хорошее настроение также выросло (с **25,45%** до **29%**).

*Барьеры для занятий физкультурой:*

- Главная причина — "нет времени", но её роль снизилась с **40%** до **24,6%**.
- "Не хватает силы воли" — вторая по значимости причина, снизилась с **23%** до **21,7%**.
- Отсутствие компании для занятий выросло как фактор с **9%** до **13%** (потенциал для групповых программ).
- Финансовый барьер стабилен (**10%**).

## **8. Медицинская грамотность и запрос на корпоративные программы**

*Мотивация участия в программах здоровьесбережения (опрос сотрудников ЮУГМУ):*

Рейтинг востребованности мер в 2025 году выглядит следующим образом:

1. **Медицинские обследования на рабочем месте:** рост спроса с **51%** до **63%** (лидер запросов).
2. **Производственная и офисная гимнастика:** рост с **35,45%** до **47%**.
3. **Индивидуальное консультирование** по изменению образа жизни: значительный рост с **19%** до **34%**.
4. **Образовательные семинары и лекции:** рост с **22,7%** до **29,7%**.
5. **Психологическая поддержка:** незначительное снижение спроса (**25,45%** → **21%**).
6. **Школы здоровья:** рост интереса с **13,64%** до **22,5%**.
7. **Расылка материалов по ЗОЖ:** стабильно низкий интерес (~**15%**).

## **9. Сравнение с региональными запросами**

Интересно сравнить приоритеты сотрудников ЮУГМУ с общими данными по региону (выборка 6593 чел.):

- В регионе также лидируют **медицинские обследования на рабочем месте** (**51,8%**).

- На втором месте в регионе — **офисная гимнастика** (32,2%), что подтверждает актуальность этого направления.
- **Психологическая поддержка** в регионе (20,6%) востребована чуть выше, чем среди сотрудников вуза в 2025 г., но ниже, чем запрос на индивидуальное консультирование.

### **Выводы и рекомендации**

1. **Тренды здоровья:** Наблюдается рост доли сотрудников, оценивающих здоровье как "удовлетворительное" на фоне снижения потребления овощей и фруктов и роста досаливания пищи. Это указывает на необходимость коррекции питания в рабочих коллективах.
2. **Профилактика:** Снижение профосмотров и рост высокого уровня стресса (до 20%) требуют активизации работы психологической службы и напоминания о важности диспансеризации.
3. **Мотивация:** Сотрудники демонстрируют высокий запрос на "здоровую инфраструктуру" прямо на работе. Приоритеты 2025 года — медобследования и офисная гимнастика. Падение барьера "нет времени" и рост барьера "нет компании" говорит о том, что сотрудники готовы заниматься, но ждут организованных групп.
4. **Рекомендации по разработке программы:**
  - Обеспечить выездные или внутренние медосмотры.
  - Внедрить регулярные сеансы производственной гимнастики.
  - Усилить нутрициологическую поддержку (лекции о пользе овощей/фруктов, контроль досаливания).
  - Развивать систему психологической разгрузки для снижения доли лиц с высоким уровнем стресса.
  - При формировании групп для занятий спортом учитывать пожелания сотрудников находить "компанию" (командные виды, группы по интересам).