МОНГОЛ УЛСЫН ЕРӨНХИЙЛӨГЧИЙН ТАМГЫН ГАЗАР

ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН ҮНДЭСНИЙ ХӨДӨЛГӨӨН

ЭРҮҮЛ МОНГОЛ ХҮН ҮНДЭСНИЙ ХӨДӨЛГӨӨН

“ЭРҮҮЛ ОЮУТАН” – дэд хөтөлбөр боловсруулах үндэсний суурь судалгааны тайлан

2023 он

Төслийн судалгааны баг:

Зөвлөх:	Т.Мөнхсайхан, АУ-ны доктор, Ерөнхийлөгчийн эрүүл мэнд, спорт, нийгмийн бодлогын зөвлөх
	О.Чимэдсүрэн, Профессор, АУ-ны доктор, ЕТГ, Эрүүл Монгол хүн төсөл, хөтөлбөрийн албаны дарга
Удирдагч:	Д.Оюунбилэг, АУ-ны доктор, дэд профессор АШУҮИС, Оюутны хөгжил, удирдлагын газрын дарга
Гишүүд:	С.Жаргалсайхан, ЕТГ, Эрүүл Монгол хүн төсөл, хөтөлбөрийн албаны референт
	С.Өнөрсайхан, АУ-ны доктор, дэд профессор, НЭМҮТ-ийн дарга
	М.Ундрам, АУ-ны доктор, АШУҮИС, АУС-ын багш
	Э.Ренчиндорж, АУ-ны магистр, АШУҮИС, ЭС
	Б.Бүжимдаа, НЭМҮТ-ийн мэргэжилтэн
	Ж.Мядагмаа, АУ-ны доктор, АШУҮИС, ОХУГ-ын арга зүйч
	Т.Мөнхзул, АУ-ны магистр, АШУҮИС, ОХУГ-ын арга зүйч
	М.Уугантамир, АШУҮИС, ОХУГ-ын арга зүйч
	М.Дөлгөөнзаяа, АШУҮИС судлаач
	Ж.Анударь , МОХ ерөнхийлөгч
	Г.Тунгалагсайхан, ЭМХЗ судлаач
	Г.Доржбалам, АШУҮИС судлаач
	Д.Намуун, АШУҮИС судлаач
	Г.Жаргалтогтох, АШУҮИС судлаач

ХОЁР. ОЮУТНЫ ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ӨНӨӨГИЙН БАЙДАЛ

Үндэслэл

Дэлхийн улс орнуудын соёл иргэншил, нийгмийн хурдацтай хөгжил, хотжилт, шилжилт хөдөлгөөн, амьдралын хэв маягийн өөрчлөлт, хооллолт, хөдөлгөөний идэвх, хорт зуршлын хэрэглээ зэрэг олон хүчин зүйлсээс шалтгаалан халдварт бус өвчний тархалт хурдацтай нэмэгдэж олон сая хүний амьдрал, эрүүл мэнд хохирч улмаар улс орны нийгэм, эдийн засгийн хөгжилд саад бэрхшээл учруулж байна. Манай улсын хувьд төдийгүй гаднын улс орнуудад ялангуяа хөгжиж байгаа орнуудын оюутан залуусын эрүүл мэндийн байдал тулгамдсан асуудал хэвээр байна.

Тухайлбал 2013 онд Саудын Арабын их сургуулийн 263 эмэгтэй оюутнуудад хийсэн судалгаагаар 3.1% нь идэвхтэй тамхидалтад өртсөн, 61.7% нь хөдөлгөөний дутагдалтай, судалгаанд оролцогчдын дийлэнх хувь нь жимс, жимсгэнэ, ногоо хүнсэндээ хэрэглэдэггүй, 28.6% нь таргалалттай байгаа нь тогтоогдсон (1).

Мөн Непал улсын анагаахын сургуулийн гуравдугаар дамжааны 191 оюутнуудад хийсэн нэг агшингийн судалгаагаар судалгаанд оролцогчдын 20.4% нь идэвхтэй тамхи татдаг, 50.8% нь архи хэрэглэдэг байсан бол 85.6% нь жимс иддэггүй, 42.9% нь хөдөлгөөний дутагдалтай байв (2).

Иордан улсын сувилахуйн сургуулиудад эрүүл мэндийн мэдлэг олгох сургалтын дараа хийсэн мэдлэг, дадлыг үнэлэх судалгаагаар сургалтад хамрагдсан 178 оюутны халдварт бус өвчний талаарх мэдлэг нь Кохены нөлөөллөөр сургалтын өмнөхөөс (нөлөөлөл d-1.08, хандлага d-0.62) сайжирсан үр дүн гарсан байна (3).

Хятад улсад их сургуулийн оюутнуудын нойрны чанар, амьдралын хэв маяг, спортоор хичээллэх дадал, сэтгэцийн эрүүл мэндийн талаарх хийсэн судалгаагаар судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын сэтгэцийн эрүүл мэнд харьцангуй эрүүл, нийт оюутны 45.07% нь нойрны чанарын үнэлгээгээр хангалтгүй гарсан ба эдгээр оюутнуудаас ахлах дамжааныхан (p=0.006), тамхи татдаг (p=0.038), тогтмол согтууруулах ундаа хэрэглэдэг (p=0.017), өдрийн дунд амралт авдаг (p=0.013), архаг өвчлөлтэй (p=0.019), сэтгэл түгшилтэй (p=0.001), стресстэй (p<0.001) байна. Харин нойрны чанараараа хангалттай оюутнууд хүнсний ногоо түлхүү хэрэглэж (p=0.005) байна (4).

Мөн 2021 онд Иран оюутнуудад хийсэн нүүр ам судлалын оюутнуудын дунд сэтгэл гутрал болон эрүүний үений эмгэг шинж тэмдэг хоорондын хамаарлын судалгаагаар эрүүний үений эмгэгийг үүсэхэд сэтгэл гутрал, стресс, сэтгэл түгшил нөлөөлж байна (5).

Араб улсад хийсэн нүд хуурайших эмгэг болон түүнд нөлөөлөх хүчин зүйл, хүндрэл, тархалтын талаарх судалгааны үр дүнгээр судалгаанд хамрагдагсдын 62.6% нүд хуурайших эмгэгтэй, хүнд хэлбэртэй 42%, эмэгтэйчүүд илүүтэй 6 цагаас дээш дэлгэц ширтдэг болон контакт линз зүүдэгтэй холбоотой нүд хуурайших эмгэгээр өвчлөх эрсдэл илүү өндөр *(p*< 0.05) байна. Нас ахихын хирээр энэхүү өвчнөөр өвдөж буй хүмүүсийн тархалт бага байна. Тамхи татах, нүдний гэмтэл, мэс засал, яс үндэс нь нүд хуурайших эмгэгтэй холбоогүй байна (6).

2022 онд Хятад оюутнуудад хийсэн КОВИД-19 өвчний үе дэх хөдөлгөөний идэвх, амьдралын чанарыг үнэлсэн судалгаагаар оюутнуудын 77.8% хөдөлгөөний дутагдалтай байсан бөгөөд энэ нь хөл хорио тогтоох, халдварын үед хүн хоорондын зай, хавьтал үүсгэхгүй зэрэг арга хэмжээнүүдтэй холбоотой байв. 70.4% сэтгэцийн болон биеийн эрүүл мэндийн ямар нэгэн асуудалтай ба нь гэр бүл, найз, хамт олон, нийгэмтэй харилцаа үүсгэхэд бэрхшээл тулгарч байгаатай холбоотой байсан (7).

Сүүлийн жилүүдэд амьдралын хэв маягийн өөрчлөлттэй холбоотойгоор Монгол хүмүүсийн дунд халдварт бус өвчний тархалт нэмэгдэж байна. Тухайлбал 2019 онд хийгдсэн халдварт бус өвчний дөрөв дэх удаагийн үндэсний судалгаагаар манай улсын 15-69 насны хүн амын 17.4% нь өлөн үеийн глюкозын өөрчлөлттэй, 8.3% нь чихрийн шижинтэй байна. Манай улсад чихрийн шижин өвчин нь дотоод шүүрлийн өвчлөлийн 42.9 хувийг эзэлж, 10000 хүн амд 111.4 байгаа нь 2018 оноос 28.5 тохиолдлоор нэмэгдсэн байна (8).

2021 онд Монгол улсын төрийн өмчийн 6 их дээд сургуулийн эрэгтэй оюутнуудын дундах нөхөн үржихүйн мэдлэгийг тодорхойлох судалгаагаар оролцогчдын нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэгийн түвшин 48.3% нь хангалтгүй буюу муу мэдлэгтэй, насны бүлгийн хувьд 18-20 насны оролцогчдын мэдлэгийн түвшин 21-24 насны залуучуудтай харьцуулахад хангалтгүй түвшний мэдлэгтэй байсан бөгөөд

оюутан залуусын төрөөс гэр бүл төлөвлөлтийн талаар баримтлах бодлогын талаарх ойлголт дутмаг байв (9).

2021 оны БШУЯ-ны Боловсролын салбарын статистикийн мэдээгээр Монгол улсад 70 их, дээд сургууль, МСҮТ-д нийт 120192 оюутан суралцаж байна 2022 оны байдлаар Монгол улсад 67 их, дээд сургууль, коллежид нийт 148 954 оюутан суралцаж байгаа бөгөөд тэдний 61 хувийг эмэгтэй оюутан эзэлж байна (10).

2022 оны ЕТГ-ын төлөвлөгөөнд Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн ивээл дор “Эрүүл оюутан” Үндэсний хөтөлбөр хэрэгжүүлэхээр тусгасан бөгөөд ялангуяа эрүүл зан үйл, амьдралын зөв хэвшилтэй залуу үеийг бий болгон төлөвшүүлэх чиглэлээр хэд хэдэн зорилтыг дэвшүүлсэн байна.

Манай улсын хувьд халдварт бус өвчний тархалтын болон эмнэл зүйн судалгаанууд хийгдсэн хэдий ч оюутан залуусын эрүүл мэндийн түвшинг тогтоох суурь судалгаа хийгдээгүй байгаа нь энэхүү судалгааг хийх үндэслэл боллоо.

Зорилго:

Монгол улсын төрийн болон хувийн хэвшлийн их, дээд сургуульд суралцаж буй оюутнуудын эрүүл мэндэд нөлөөлж буй эрсдэлт хүчин зүйлсийг тодорхойлох

Зорилт:

1. Оюутан залуусын эрүүл мэндэд нөлөөлөх анхдагч болон завсрын эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтыг тодорхойлох
2. Эрүүл оюутан хөтөлбөрт ашиглагдах эрүүл мэндийн суурь үзүүлэлт, индикаторуудыг боловсруулах

Судалгааны ажлын таамаглал

1. Их, дээд сургуульд суралцаж байгаа оюутнуудын эрүүл мэндийн түвшин амьдралын хэв маягаас хамаарч ялгаатай
2. Оюутан залуусын эрүүл мэндэд нөлөөлөх эрсдэлт хүчин зүйлс нь хүйс, дамжаанаас хамаарч ялгаатай

Судалгааны шинэлэг тал

1. Манай улсад оюутан залуучуудын эрүүл мэндэд нөлөөлөх эрсдэлт хүчин зүйлсийн талаарх судалгаа хангалтгүй, оюутнуудын эрүүл мэндийн

түвшинг судалсан томоохон хэмжээний судалгаа байхгүй байгаа нь энэхүү судалгааны шинэлэг тал болно.

2. Их, дээд сургуулийн оюутанд үзүүлж буй эрүүл мэндийн үйлчилгээний чанар, цар хүрээг судлах, оюутны зан үйл, амьдралын хэв маяг, чанарт үнэлэлт дүгнэлт хийх, гарсан дүгнэлтэд суурилан Эрүүл оюутан хөтөлбөрийг боловсруулах, оюутан залууст чиглэсэн олон талт үйл ажиллагаагаар дамжуулан эрүүл мэндийн боловсрол олгох, эрүүл мэндийн мэдлэгийг дээшлүүлэхэд оршино.

Судалгааны практик ач холбогдол

Оюутан залуучуудын өвчлөлөөс урьдчилан сэргийлэх мэдлэгийг нэмэгдүүлэх, эрүүл мэндийг нь дэмжих, хамгаалах, эрүүл зан үйлийг төлөвшүүлэхэд чиглэсэн “Эрүүл оюутан” үндэсний дэд хөтөлбөр, бодлого боловсруулан хэрэгжүүлэхэд ашиглах нотолгоонд суурилсан мэдээ мэдээлэл бүхий суурь судалгаа болно.

2.1. **Судалгааны арга ба загвар:** Оюутнуудын эрүүл мэнд түүнд нөлөөлж буй хүчин зүйлсийг сургуульд суурилсан, нэг агшингийн загварыг ашиглан хийсэн.

Хамрах хүрээ: Судалгаанд төрийн болон хувийн хэвшлийн их дээд сургуульд суралцаж буй 3463 оюутныг хамруулан эрүүл мэндийг үнэлэв.

Судалгааны мэдээ, материал цуглуулах үйл ажиллагааны дараалал

I. Их дээд сургуулиудын 3463 оюутнуудыг судалгаанд хамруулсан.
II. Судалгааг 2022 оны 11 сараас 2023 оны 01 сар хүртэл хийж гүйцэтгэв.
III. ДЭМБ-ын халдварт бус өвчний тандалтын тогтолцооны “Шаталсан судалгаа”-ны аргачлалын дагуу ДЭМБ-ийн зөвлөмжийг үндэслэн судалгааны мэдээ материалыг цуглуулсан.

А. Асуумж судалгаа: Асуумж нь хүн ам зүй, эрсдэлт хүчин зүйлүүд, эрүүл мэндийн эрсдэлүүд гэсэн 3 хэсгээс бүрдсэн. Үүнд:

- Нас, хүйс, архи тамхины хэрэглээ, хүнсний ногоо, жимс жимсгэнийн хэрэглээ, хөдөлгөөний хомсдол, нойр, мэдрэл, сэтгэцийн эрүүл мэнд зэрэг хувьсагдахуунууд багтаасан.

Б. Хэмжилт: өндөр, жин, БЖИ, АД, пульс, захын цусан дахь хүчилтөрөгчийн хангамж, бугалгын тойрог, бүсэлхийн тойрог, цээжний тойрог, ташаан тойрог

В. Лабораторийн шинжилгээ: Өлөн үеийн цусан дахь сахар, ДОХ, Тэмбүү

Түүврийн хэмжээ ба түүвэрлэсэн арга:

Судалгааны хүн амыг тодорхойлохдоо Монгол улсад 67 их, дээд сургууль, коллежид нийт 148954 оюутанг суурь үзүүлэлт болгон авч, 95 хувийн магадлал (1.96), алдааны хязгаар (0.05) тооцон 10 сургуулийн нийт 3463 оюутныг хамруулав.

Судалгаанд хамрагдах шалгуур

- Сонгогдсон сургуульд суралцаж байгаа үндсэн оюутан
- Сайн дураар судалгаанд хамрагдах хүсэлтэй

Судалгаанаас хасах шалгуур

- Судалгаанд хамрагдахаас татгалзсан

Үр дүнгийн статистик боловсруулалт

Судалгааны мэдээлэлд боловсруулалт хийхдээ SPSS-26 программ ашиглан боловсрууллаа. Тоон үзүүлэлтэд дунджийн шинжилгээ чанарын үзүүлэлт, хамаарлыг тодорхойлохдоо Хи квадрат тест ашиглан хийлээ.

2.2. СУДАЛГААНЫ ҮР ДҮН

2.2.1. ХҮН АМ ЗҮЙН ҮЗҮҮЛЭЛТ

Энэ бүлэгт судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын суралцаж буй сургууль, дамжаа, нас, хүйс, яс үндэс, гэр бүлийн байдал, эрүүл мэндийн даатгалын хамрагдалт, нийгмийн халамжид байдаг эсэхийг ерөнхийд нь тоймлон харуулав.

Судалгаанд төрийн өмчийн болон хувийн их дээд 14 сургуулийн 1-6 дамжааны 3463 оюутан оролцлоо. АШУҮИС-д сурдаг 2055 (59.3%), МУИС-д 230 (6.6%), Их засаг их сургуулийн 224 (6.5%) оюутнууд тус тус оролцов. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын хамгийн их хувийг 1 дүгээр дамжааны оюутан 2229 (64.4%), хамгийн бага хувийг 6 дугаар дамжаанд суралцдаг оюутнууд 18 (1.1%) эзэлж байна.

Хүснэгт 1. Судалгаанд оролцогчдын суралцаж буй сургууль, дамжаа

Үзүүлэлт (хувийн жингээр)	Тоо	Хувь
Сургууль		
Анагаахын шинжлэх ухааны үндэсний их сургууль	2055	59.3
Монгол улсын их сургууль	230	6.6
Шинжлэх ухаан технологийн их сургууль	147	4.2
Хөдөө аж ахуйн их сургууль	160	4.6
Монгол улсын боловсролын их сургууль	200	5.8
Соёл урлагийн их сургууль	1	0.03
Үндэсний батлан хамгаалахын их сургууль	205	5.9
Дотоод хэргийн их сургууль	1	0.03
Монголын үндэсний их сургууль	1	0.03
Их засаг их сургууль	224	6.5
Сити их сургууль	1	0.03
Санхүү эдийн засгийн их сургууль	5	0.14
Хүмүүнлэгийн ухааны их сургууль	132	3.8
Шихихутаг их сургууль	101	2.9
Дамжаа		
1 дүгээр дамжаа	2229	64.4
2 дугаар дамжаа	388	11.2
3 дугаар дамжаа	357	10.3
4 дүгээр дамжаа	355	10.3
5 дугаар дамжаа	116	3.3
6 дугаар дамжаа	18	0.5

Судалгаанд хамрагдсан нийт 17-34 насны 3463 оюутан оролцсон ба дундаж нас 19.21 (±2.39), эмэгтэй 2228 (64.3%) оюутан, эрэгтэй 1235 (35.7%) оюутан тус тус эзэлж байв.

Хүснэгт 2. Судалгаанд оролцогчдын хүн ам зүйн үзүүлэлт

Үзүүлэлт (хувийн жингээр)	Тоо	Хувь
Нас		
17-19 нас	2167	62.6
20-24 нас	1212	35
25-29 нас	40	1.2
30-34 нас	44	1.3
Хүйс		
Эрэгтэй	1235	35.7
Эмэгтэй	2228	64.3
Яс үндэс		
Халх	1401	84
Казак	36	2.2
Дөрвөд	55	3.3
Буриад	36	2.2
Урианхай	18	1.1
Бусад	121	7.3
Хариулаагүй	1796	51.9

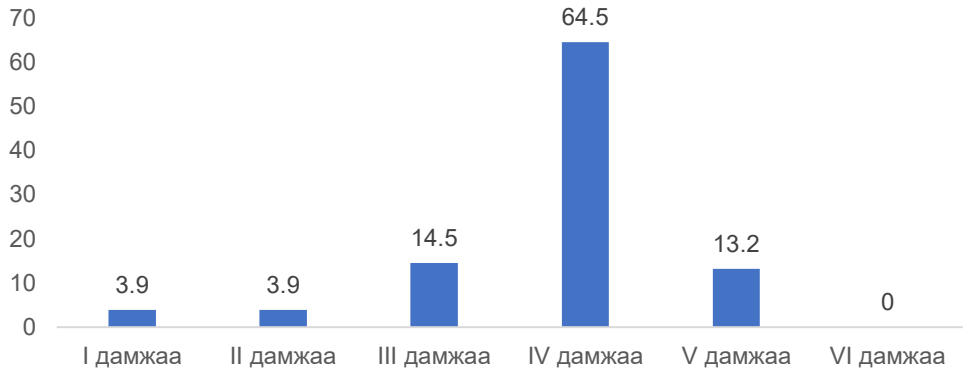
Судалгаанд оролцогчдын 1579 (94.7%) гэрлээгүй, 23 (1.4%) гэрлэсэн байна. Мөн судалгаанд оролцогч оюутнуудын 76 (4.6%) хүүхэдтэй, 1591 (95.4%) хүүхэдгүй байна.

Хүснэгт 3. Судалгаанд оролцогчдын гэр бүлийн байдал

Үзүүлэлт (хувийн жингээр)	Тоо	Хувь
Гэрлэлтийн байдал		
Гэрлээгүй	3375	94.7
Гэрлэсэн	23	1.4
Хамтран амьдардаг	58	3.5
Тусдаа амьдардаг	5	0.3
Бэлэвсэн	2	0.1
Хүүхэдтэй эсэх		
Тийм	85	2.5
Үгүй	3387	97.5

Судалгаанд оролцогч хүүхэдтэй оюутнууд дунджаар 1.38 (±0.976) хүүхэдтэй ба хүүхдийг нь хэн асардаг талаар тодруулахад 36 (42.4%) оюутны аав ээж нь хүүхдийг нь асардаг, 24 (28.2%) өөрөө хүүхдээ асардаг, 21 (24.7%) эхнэр эсвэл нөхөр нь хүүхдээ асардаг, 4 (4.7%) найз нөхөд нь хүүхдийг асрахад тусалдаг байна.

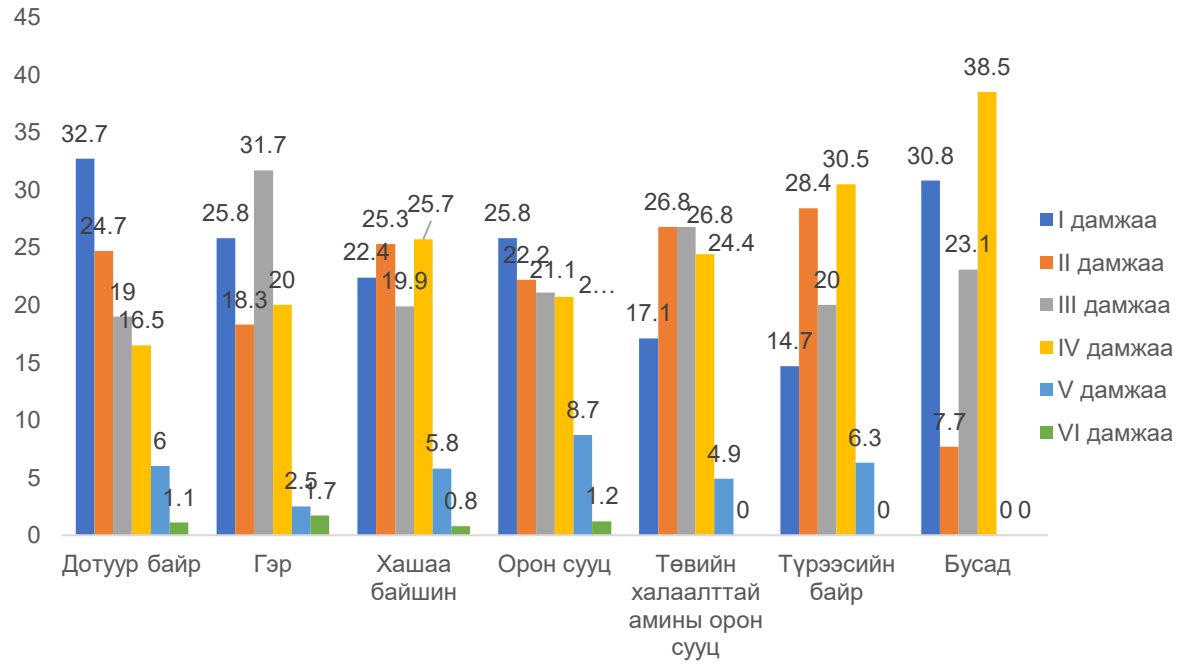
Хүүхэдтэй оюутнуудыг дамжаагаар нь авч үзвэл 3 болон 4 дүгээр дамжааны оюутнууд дийлэнх хувийг эзэлж байна. (Зураг 1)



Зураг 1. Хүүхэдтэй оюутнууд (дамжаагаар)

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 8.8 хувь нь ганцаараа амьдардаг, 14.1 хувь нь эцэг эхтэйгээ, 50.1 хувь нь найзтайгаа амьдардаг байв. Оюутнуудын 21.1 хувь нь дотуур байранд амьдардаг бол 7.2 хувь нь гэрт амьдардаг, 5.7 хувь нь хажуу өрөө болон түрээсийн байранд амьдарч байна.

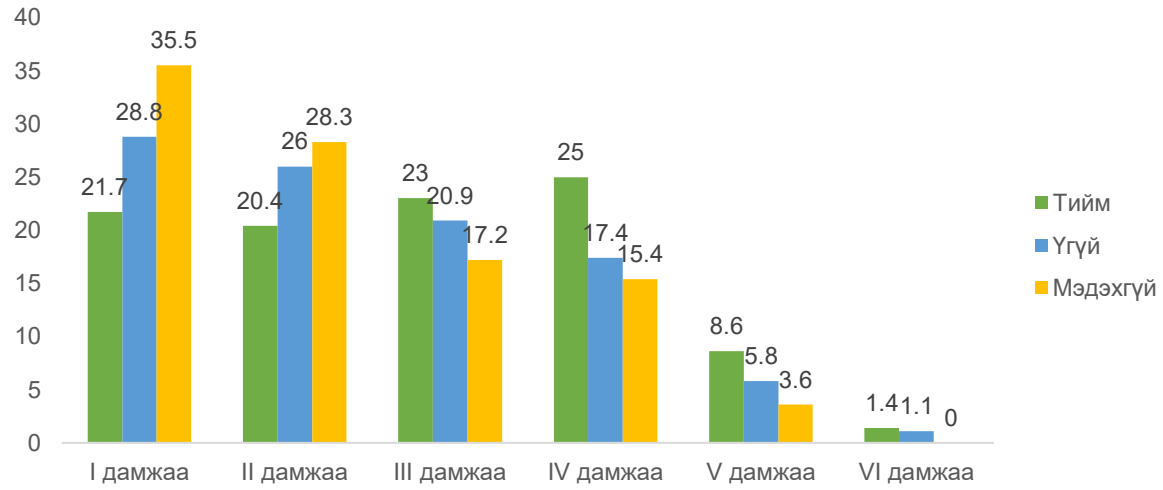
Сууцны төрлийг дамжаагаар нь авч үзвэл 1 болон 2 дугаар дамжааны оюутнуудын 57.4 хувь нь оюутны дотуур байранд амьдарч байхад 3 ба түүнээс дээш дамжааны оюутнуудын 56.8 хувь нь нийтийн эсвэл хажуу өрөө, түрээсийн байрыг түрээслэн амьдардаг байна (p=0.014). Хүйсийн хувьд эмэгтэй оюутнууд (67.4%) оюутны дотуур байр болон нийтийн эсвэл хажуу өрөө, түрээсийн байрыг түрээслэн амьдарч байгаа нь судалгаанд оролцогч оюутнуудын дийлэнх хувь нь эмэгтэй оюутан эзэлж байгаатай холбоотой байж болох юм (p=0.847).



Зураг 2. Оюутнуудын амьдарч буй сууцны төрөл (дамжаагаар)

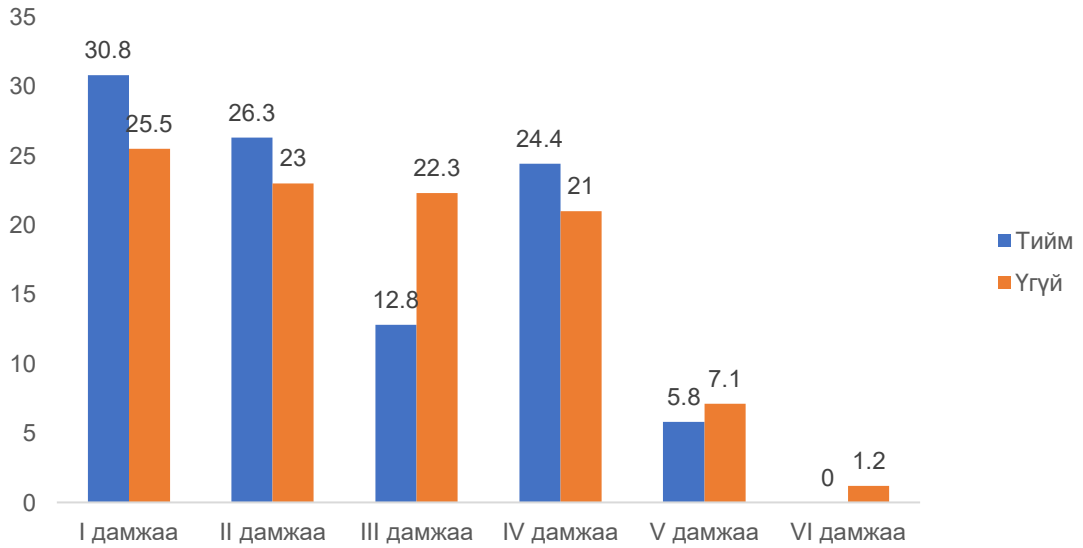
Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 50.1 хувь нь ээж аавтайгаа хамт амьдардаг, 17.2 хувь нь төрөл садан, ах дүүгийндээ байдаг, 15.5 хувь нь найзуудтайгаа хамт амьдардаг, 8.8 хувь нь ганцаараа, 6.2 хувь нь эхнэр, нөхөртэйгөө (найз залуу/охинтой), 2.3 хувь нь хамтран амьдрагчтайгаа хамт амьдарч байна.

Эрүүл мэндийн даатгалд (ЭМД) нийт оюутнуудын 55.4 хувь нь хамрагдсан, 27.9 хувь нь хамрагдаагүй, харин 16.7 хувь нь эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдсан эсэхээ мэдэхгүй хэмээн хариулан байна. Эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдалтыг дамжаагаар авч үзвэл 3 болон 4 дүгээр дамжааны оюутнууд эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдалт бусад дамжаатай харьцуулахад өндөр байна. Эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдсан эсэхээ мэдэхгүй хэмээн 1 болон 2 дугаар дамжааны оюутнууд хариулсан байна. Энэ нь бага дамжааны оюутнууд эрүүл мэндийн даатгалын талаарх ойлголт төдийлөн сайн биш байгаатай холбоотой байж болох юм (Зураг 3).



Зураг 3. Эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдсан байдал (дамжаагаар)

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын нийгмийн халамжид хамрагдсан эсэхийг судлахад 9.4 хувь нь нийгмийн халамжид хамрагдсан, 90.6 хувь нь нийгмийн халамжийн ямар нэг төрөлд огт хамрагдаагүй байна. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын нийгмийн халамжид хамрагдсан эсэхийг дамжаагаар нь авч үзвэл 1, 2, 4 дүгээр дамжааны оюутнууд бусад дамжааны оюутнуудаас нийгмийн халамжид хамрагдсан хувь өндөр байв (Зураг 4).



Зураг 4. Оюутнуудын нийгмийн халамжид хамрагдсан байдал (дамжаагаар)

2.2.2. АЖИЛ, ХӨДӨЛМӨР ЭРХЛЭЛТИЙН БАЙДАЛ

Монгол улсад Улсын Их Хурлын 2016 оны 45 дугаар тогтоолоор “Орлоготой оюутан” үндэсний хөтөлбөрийг батлан, хэрэгжүүлж эхэлсэн байна. Оюутны хөдөлмөр эрхлэлтийг дэмжих үүднээс 2017 онд батлагдсан Залуучуудын хөгжлийг дэмжих тухай хуулийн 11 дүгээр зүйлийн 11.1.9 дэх заалтад “хувийн хэвшлийн байгууллага (100 ба түүнээс дээш ажилтантай) нийт ажилтнуудын 5 хувьтай тэнцэхүйц оюутны цагийн ажлын орон тоо гаргах”, 11.3 дах хэсэгт Засгийн газар үүнтэй холбоотой журам боловсруулахаар заасны дагуу 2020 онд “Оюутны цагийн хөдөлмөр эрхлэх журам”-ыг батлуулжээ.

“Оюутны цагийн хөдөлмөр эрхлэх журам”-д оюутны хүсэл, сонирхол, сонголт, хэрэгцээнд тулгуурласан байх, тухайн ажлын үнэлгээнд тохирсон цалин хөлстэй байх, оюутны эрүүл мэнд, аюулгүй байдал, бие хүний төлөвшил, хичээл сургалтад сөргөөр нөлөөлөхгүй байх зарчмыг цагийн хөдөлмөр эрхлэх оюутан баримтлан, хэрэгжүүлж ажиллахаар заасан байдаг. Түүнчлэн оюутныг хичээлийн бус үед тогтоосон цагийн хязгаар дотор ажил хийх, судалгаа шинжилгээний ажилд оролцох, бие даан бүтээл туурвих, бүтээгдэхүүн үйлдвэрлэх үйлчилгээ эрхлэх замаар орлого олох боломжтой байхаар тусгажээ.

Оюутныг цагийн хөдөлмөр эрхлэхэд ажил олгогч болон их дээд сургуулийн эрх үүргийг нарийвчлан зохицуулж, цагийн хөдөлмөр эрхэлж буй оюутны хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуйн нөхцөл болон хөдөлмөрийн харилцаатай холбоотой зохицуулалтыг холбогдох хууль тогтоомжид тусгасан байдаг ба үүнтэй холбоотой их дээд сургуулиуд Оюутны хөгжил, удирдлагын газрын харьяанд “Оюутны хөдөлмөр эрхлэлтийг дэмжих төв”-ийг байгуулан ажиллаж байна. Тус төв нь ажил олгогчоос ирсэн ажлын саналын оюутнуудад түгээх, ажлын байранд зуучлан, хөдөлмөр эрхлэлтэд бэлтгэх, хөдөлмөрийн ур чадвар мэдлэг мэдээлэл олгох сургалт зохион байгуулах, ажил олгогч байгууллага, аж ахуйн нэгжүүдтэй хамтран ажиллах, мэдээллийн сан үүсгэх, оюутан залуучуудын хөдөлмөр эрхлэлтийг дэмжих өдөрлөг яармаг зохион байгуулах зэрэг ажлуудыг зохион байгуулдаг байна.

Ажил хөдөлмөр эрхлэлтийг ажлын төрөл болон оюутан залуусын насны бүлэг, хүйс, дамжаа, сургуулиар нь харьцуулан авч үзлээ.

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 77.7 (2688) хувь нь ямар нэг ажил хийдэггүй, 22.3 (775) хувь нь хөдөлмөр эрхэлж байна. Хөдөлмөр эрхэлж буй оюутнуудын ажлыг төрлөөр нь судалж үзэхэд 18.5 (640) хувь нь цагийн ажил, 0.8 (26) хувь нь цалинтай дадлагажигч, 1.2 (43) хувь нь хувийн бизнес, 1.3 (45) хувь нь богино хугацааны гэрээт ажил, 0.6 (21) хувь нь хувийн болон төрийн албанд үндсэн ажилтнаар ажилладаг байна. Хөдөлмөр эрхэлж буй оюутнуудыг насны бүлгээр судлахад 17-24 насны оюутан залуусын дийлэнх хувь нь цагийн ажил, цалинтай дадлагажигч, хувийн бизнес, богино хугацааны гэрээт ажил, хувийн болон төрийн байгууллагад үндсэн ажилтнаар ажиллаж байна (Хүснэгт 4). Нас ахих тусам оюутан залуусын хөдөлмөр эрхлэлт буурсан байна (p=0.0001).

Хүснэгт 4. Оюутан залуусын хөдөлмөр эрхлэлт, насны бүлгээр

Насны бүлэг	Цагийн ажил		Цалинтай дадлагажигч		Хувийн бизнес		Богино хугацааны гэрээт ажил		Хувийн болон төрийн албанд үндсэн ажилтан		P утга
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
17-19 нас	262	40.9	10	38.5	16	37.2	17	37.8	3	14.2	
20-24 нас	375	58.6	15	57.7	26	60.5	28	62.2	17	81	
25-29 нас	1	0.2	1	3.8	1	2.3	0	0	1	4.8	0.0001
30-34 нас	2	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Нийт	640	100	26	100	43	100	45	100	21	100	

Хөдөлмөр эрхэлж буй оюутнууд 7 хоногт дунджаар 3.3 (±1.46) өдөр ажилладаг ба нэг удаа ажиллахдаа дунджаар 7.9 (±2.8) цаг ажилладаг байна. Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 74.7 хувь нь ажил болон хичээл, хувийн амьдралаа зохицуулж чаддаг гэсэн бол 25.3 хувь ажил болон хичээл, хувийн амьдралаа зохицуулж чаддаггүй хэмээн хариулсан байна.

2.2.3. Хөдөлгөөний идэвх

Амьд бие махбодын оршин тогтох үндэс нь хөдөлгөөн, амьдрах туйлын зорилго нь амьд байх, ер нь амьд амьтан бүхэн л хөдөлгөөнтэй байдаг бөгөөд амьд байх баталгаа нь дасан зохицох чадвараар тодорхойлогдоно. Энэ нь хөдөлгөөнөөр илэрч байдаг юм. Хүн амьдрах бүх хугацааныхаа 99 хувьд биеийн хөдөлгөөнтэй байдаг. Хүний амьдрах хэв маягаас хамаарч гүйцэтгэж буй хөдөлгөөнүүд янз бүр байдаг. Хүний амьдрах хэв маягаас хамаарч гүйцэтгэж буй хөдөлгөөнүүд янз бүр байдаг.

Хүний үйлдэж байгаа олон хөдөлгөөн нь эцсийн эцэст гадаад орчин, эх дэлхий байгальтайгаа өөрийн эрэлт хэрэгцээний дагуу харьцаж байдагтай холбоотой бөгөөд энэ харьцаанд илэрч буй их тархины үйл ажиллагаа нь булчингийн хөдөлгөөн юм гэж И.М. Сеченов хэлсэн байдаг. Эртний Грек болон Римийн үеэс биеийн идэвхтэй хөдөлгөөн нь хүний эрүүл мэндийг тогтвортой эрүүл чийрэг байхад нөлөөтэйг нотолсон байдаг.

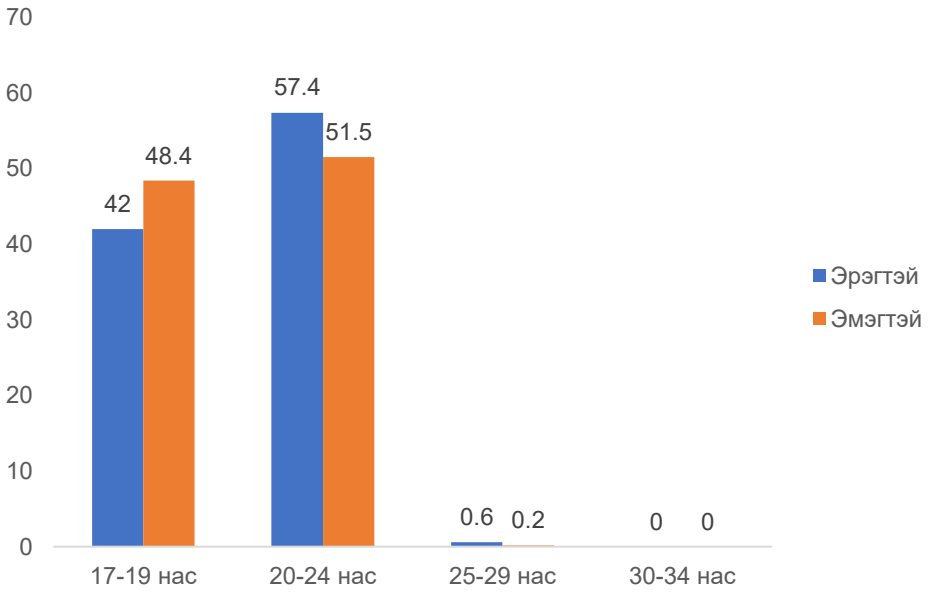
Биеийн булчингийн оролцоотойгоор энерги зарцуулж буй бие махбодын ямар нэгэн үйлдлийг хөдөлгөөн гэнэ.

Биеийн нэг буюу хэд хэдэн бүрэлдэхүүн хэсгийн хүчийг сайжруулах, дэмжих зорилгоор хийгдэж байгаа төлөвлөгдсөн, тодорхой бүтэцтэй, давталттай хийх нь биеийн хөдөлгөөн юм, өөрөөр хэлбэл: Хөдөлгөөний хязгаарлагдмал байрлалд байсан эд эрхтэн бие махбодын үйл ажиллагааны хэвийн байдлыг хангах, сэргээн идэвхжүүлэхэд чиглэгдсэн хүний өөрийн үйл хөдлөлийг ашиглан зорилготойгоор боловсруулагдсан хөдөлгөөнийг дасгал гэнэ. Дасгал нь нас, хүйс, хувийн онцлогт тохирсон байх ёстой. Иймээс хүн амын эрүүл мэндийг сайжруулахад идэвхтэй хөдөлгөөн нь урьдчилан сэргийлэх ач холбогдолтойг ойлгосноор хувь, хүн хамт олон идэвхтэй хөдөлгөөний тусламжтайгаар өөрсдийн эрүүл мэнд,бие бялдрын хөгжлийг сайжруулах, хянах боломж нөхцөл бүрдэнэ. Хөдөлгөөний идэвхийг зарцуулсан хүч, эрчмээр нь их, дунд, бага зэрэг гэж 3 хэсэгт хуваадаг.

Хөдөлгөөний идэвхийн байдлыг хөдөлгөөний идэвхийг зарцуулсан хүч, хугацаагаар оюутан залуусын насны бүлэг, хүйс, дамжаагаар нь харьцуулан авч үзлээ.

Биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг 10 минут тасралтгүй хийж буй оюутан залуус 53.4 (891) хувийг эзэлж байгаа ба эрэгтэй оюутнуудыг эмэгтэй оюутнуудтай харьцуулахад 2 дахин их биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөн хийдэг байна (p=0.0001).

Насны байдлаар авч үзвэл 17-19 насны оюутан залуусын 55.1 (409) хувь, 20-24 насны оюутан залуусын 52.3 (479) хувь, 25-29 насны оюутан залуусын 50 (3) хувь биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг хийдэг, харин 30-34 насны оюутан залуус биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг хийдэггүй хэмээн хариулсан байгаа ба нас ахих тусам биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөн хийх нь багасаж байна. Хүйсийн хувьд аль ч хүйсэд нас ахих тусам идэвхтэй хөдөлгөөн хийх оюутны хувь багасаж байна.

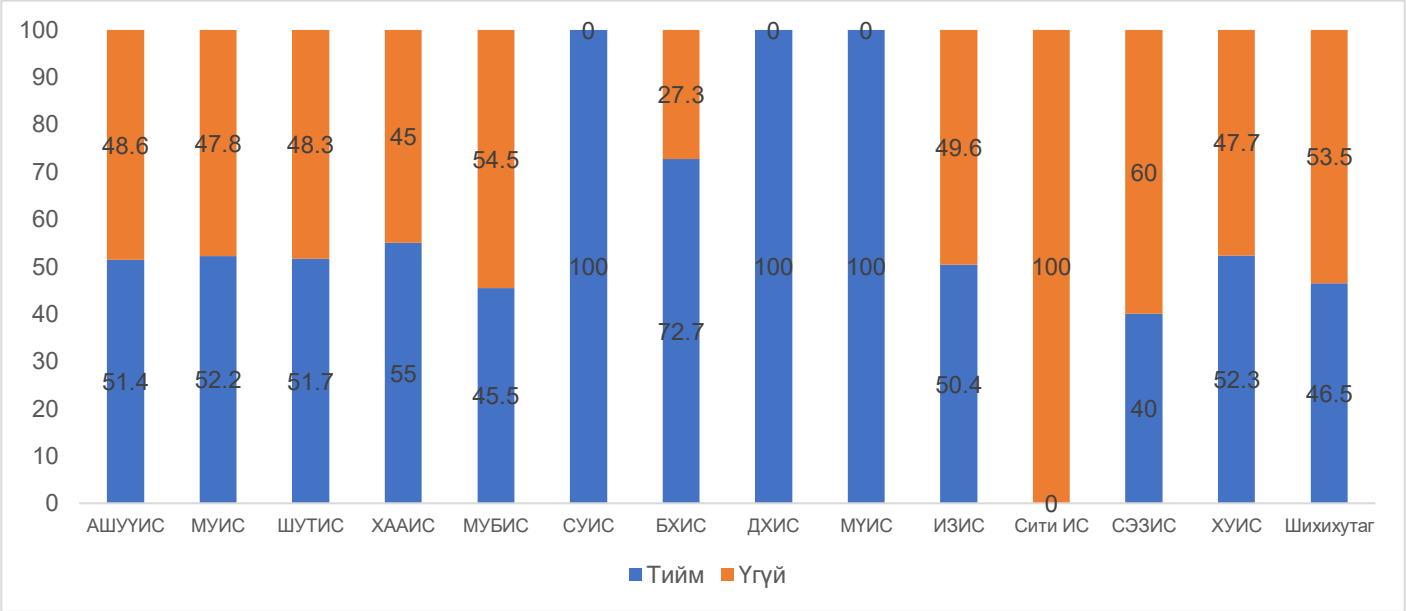


Зураг 5. Идэвхтэй хөдөлгөөн хийдэг оюутны хувь (насны бүлэг, хүйсээр)

Дамжаагаар нь авч үзвэл 1, 2 дугаар дамжааны оюутнууд 4,5 дугаар дамжааны оюутнуудаас 3-4 дахин илүү биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг хийж байна. Их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг 7 хоногт дунджаар 2.3 (±1.9) өдөр хийж байгаа ба хоногт дунджаар 15-30 минут хийж байна. Хүйсийн хувьд эрэгтэйчүүд 7 хоногт дунджаар 3.1 (±2.1) өдөр, хоногт дунджаар 30 минут биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөн хийж байхад эмэгтэйчүүд 7 хоногт дунджаар 1.89 (±1.68) өдөр, хоногт дунджаар 15 минут биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөн хийж байна.

Судалгаанд оролцогч оюутнууд өдөрт дунджаар 4.2 (±3.3) км алхдаг ба гар утаснаасаа өөрийн алхсан алхалтын тоог хянахад дунджаар 3274.4 (±4349.3) алхсан, хамгийн их алхсан алхалтын тоо 39241 байсан байна.

СУИС (100.0%), БХИС (72.7%), ДХИС-ийн оюутнууд (100.0%) сургуулийн онцлогоос хамааран биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг өдөр 10 минут тасралтгүй хийдэг бол бусад сургуулийн оюутнууд жишээлбэл ХААИС (55.0%), МУИС (52.2%), ХУИС (52.3%), АШУҮИС (51.4%), Шихихутаг (46.5%), МУБИС (45.5%), ИЗИС (50.4%), СЭЗИС (40.0%) хувь нь өдөор бүр идэвхтэй, эрчимтэй дасгал хөдөлгөөн хийдэг байна ($p=0.0001$) (Зураг 6).



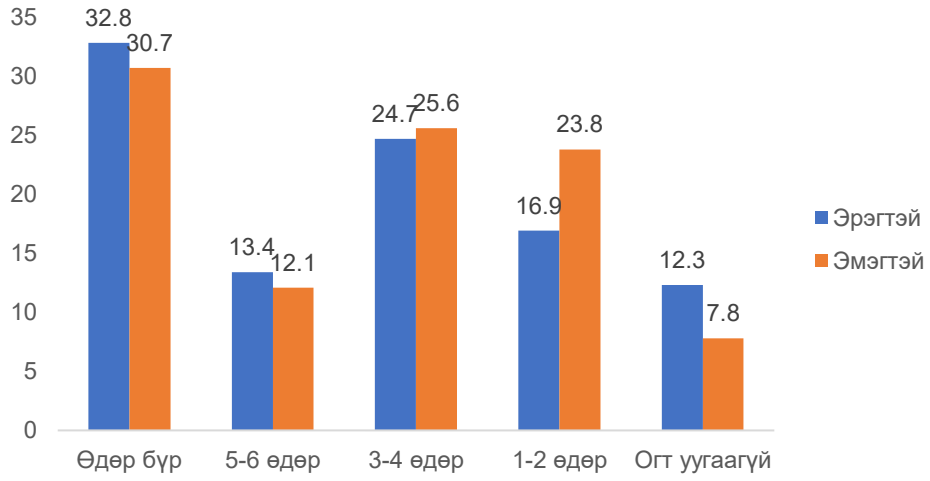
Зураг 6. 10 минутаас дээш хугацаанд тасралтгүй дасгал хөдөлгөөн хийдэг оюутнуудын хувь, суралцаж буй сургуулиар

2.2.4. ХООЛЛОЛТЫН БАЙДАЛ

Эрүүл бус хооллолт нь халдварт бус өвчнийг нэхцөлдүүлэгч нэг хүчин зүйл болдог тул ДЭМБ-ээс эрүүл хоол, дасгал хөдөлгөөн ба эрүүл мэндийн дэлхийн стратегийг 2004 онд батлан, гишүүн улс орнуудад энэ чиглэлээр олон талт арга хэмжээг явуулахыг зөвлөмж болгосон байна. Хүний бие махбодын өсөлт хөгжил, эрхтэн тогтолцооны хэвийн үйл ажиллагаанд шаардагдах хэрэгцээт үндсэн шимт бодис, амин дэм, эрдэс бодисыг шаардлагатай хэмжээгээр агуулсан, хими, биологи, физикийн ямар нэг бохирдуулагч агуулаагүй хоолыг эрүүл хоол гэх ба хүн өөрийн бие махбодын шимт бодисын хэрэгцээг хангах хүнсийг нас, хүйсэндээ тохирсон илчлэгийн хэрэгцээнд нийцүүлэн сонгон хэрэглэх нь чухал байдаг.

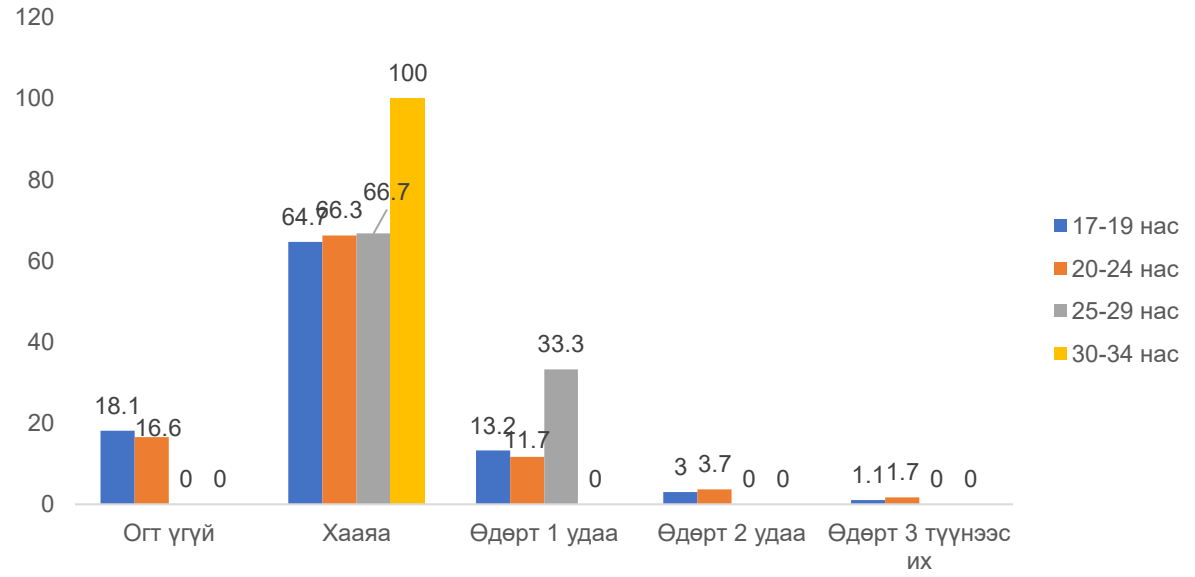
Судалгаанд оролцогчдын жимс жимсгэнийн хэрэглээ, хооллолтын байдлыг 7 хоногоор тооцон судаллаа.

Оюутан залуусын хооллолтын байдал хангалтгүй байна. Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 7 хоногийн хэдэн өдөрт нь өглөөний цай уусан эсэхийг судлахад 31.4 хувь нь өдөр бүр өглөөний цайгаа уудаг, 12.5 хувь нь 5-6 өдөр өглөөний цайгаа уусан, 25.3 хувь нь 3-4 өдөр өглөөний цайгаа уусан, 21.6 хувь нь 1-2 өдөр өглөөний цайгаа уусан бол 9.2 хувь нь огт уугаагүй гэж хариулсан байна. Хүйсээр нь авч үзвэл эрэгтэй оюутнууд эмэгтэй оюутнуудаас өглөөний цайгаа уух хандлага илүү байна (p=0.002)



Зураг 7. Оюутан залуусын 7 хоногт өглөөний цайг уусан байдал, хүйсээр

Өдөрт хэрэглэж буй жимсний хэрэглээ хангалтгүй байна. Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 1.4 хувь нь өдөрт 3 ба түүнээс олон жимс жимсгэнэ хэрэглэдэг, 3.4 хувь нь өдөрт 2 удаа, 12.4 хувь нь өдөрт 1 удаа, 65.6 хувь нь хааяа жимс жимсгэнэ хэрэглэдэг бол 17.2 хувь нь огт хэрэглэдэггүй байна. Насны бүлгээр авч үзвэл 17-24 насны оюутан залуусын өдөрт 2 ба түүнээс дээш удаа жимс жимсгэнийг хэрэглэх хувь бусад насныхнаас өндөр байгаа ба нас ахих тусам жимс жимсгэнийн хэрэглээ хангалтгүй болж байв (p=0.752).

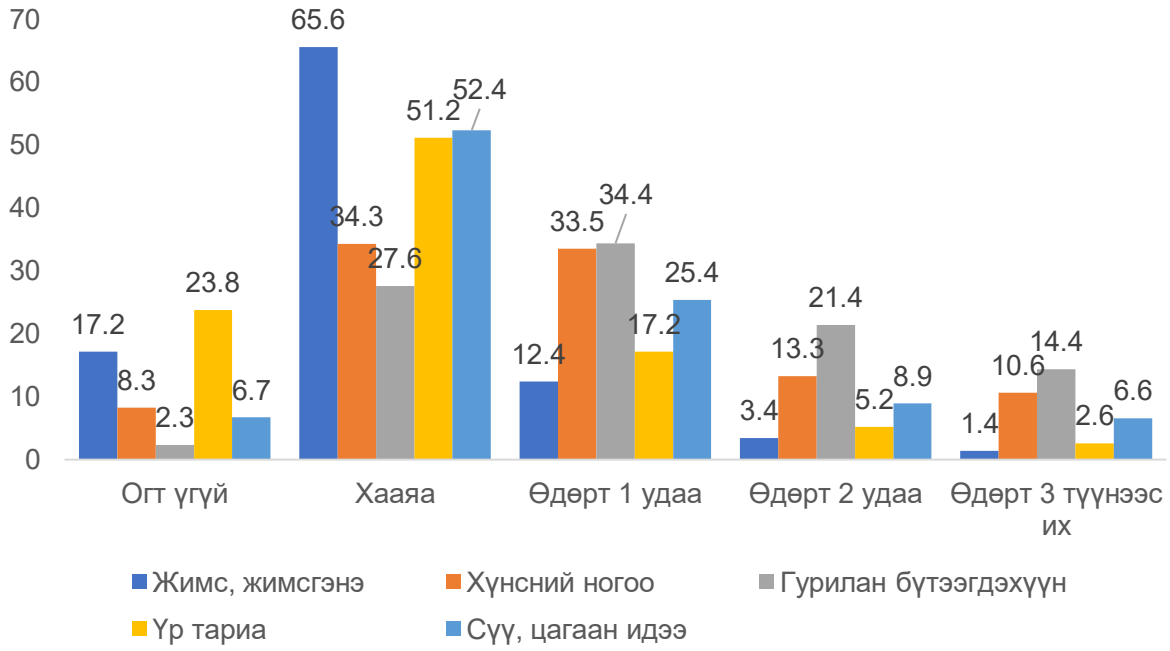


Зураг 8. Оюутнуудын жимс жимсгэнийн хэрэглээ, насны бүлгээр

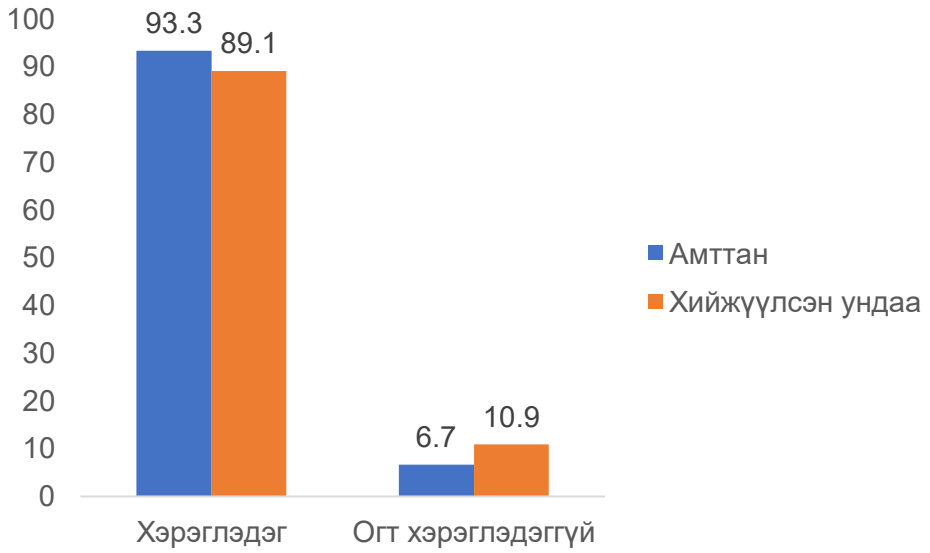
Хүнсний ногооны хэрэглээ жимс, жимсгэнийн хэрэглээтэй харьцуулахад харьцангуй сайн байна. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 10.6 хувь өдөрт 3 түүнээс дээш удаа, 13.3 хувь нь өдөрт 2 удаа, 33.5 хувь нь өдөрт 1 удаа, 34.3 хувь нь хааяа, 8.3 хувь нь хүнсний ногоог огт хэрэглэдэггүй байна. Гурил, гурилан бүтээгдэхүүний хэрэглээ бусад төрлийн хүний бүтээгдэхүүнээс өндөр байна. Судалгаанд оролцогчдын 34.4 хувь өдөрт нэг удаа, 21.4 өдөрт 2 удаа, 14.4 хувь нь өдөрт 3 ба түүнээс дээш удаа хэрэглэж байна.

Үр тариа, сэвэг зарамыг 23.8 хувь нь огт хэрэглэдэггүй, 51.2 хувь нь хааяа хэрэглэдэг буюу энэ төрлийн бүтээгдэхүүний хэрэглээ хангалтгүй байна. Харин сүү, цагаан идээг 6.7 хувь нь огт хэрэглэдэггүй, 52.4 хувь нь хааяа хэрэглэдэг байна (Зураг 9).

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын хөнгөн зууш ба чипс, жигнэмэг, чихэр, зайрмаг амттан зэргийг 93.3 хувь нь хааяа буюу өдөрт 3 ба түүнээс дээш удаа8 6.7 хувь нь огт иддэггүй байна. Харин хийжүүлсэн ундаа, хийжүүлсэн ус, энергийн ундаа, чихэрлэг ундаа зэргийг 89.1 хувь нь хэрэглэж байгаа нь амттан болон хийжүүлсэн төрлийн ус ундааны хэрэглээ өндөр байгааг харуулж байна (Зураг 10).



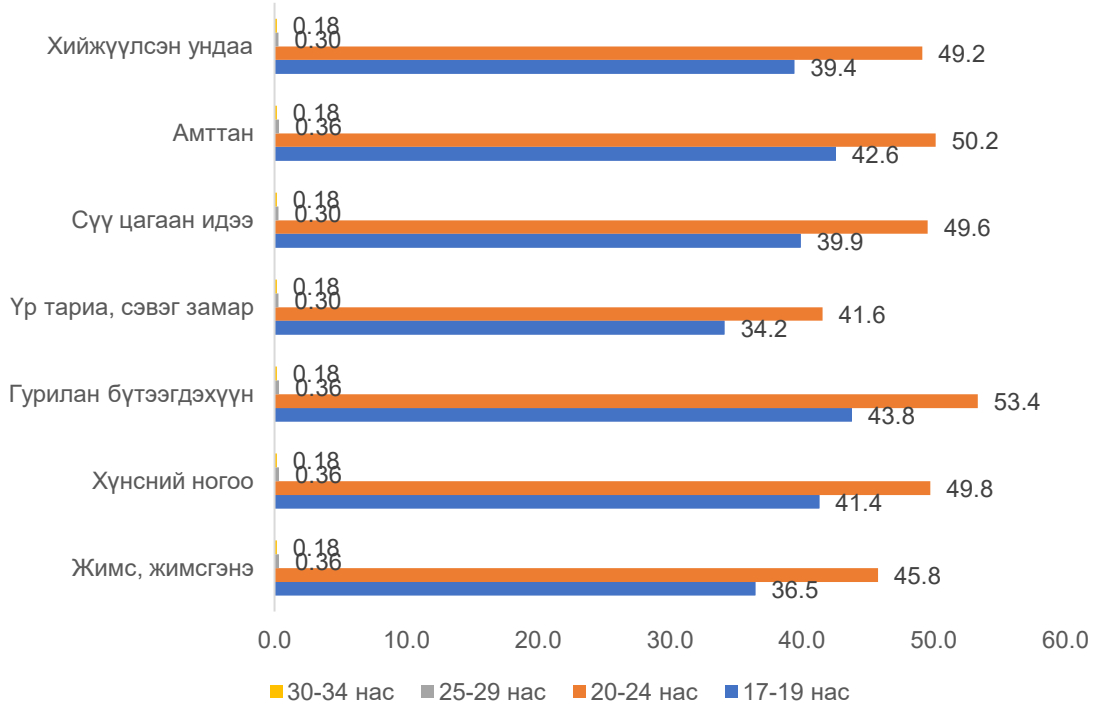
Зураг 9. Оюутнуудын хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээ



Зураг 10. Оюутнуудын амттан болон хийжүүлсэн ундааны хэрэглээ

Оюутан залуусын нийтлэг хэрэглэж буй хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээг насны бүлгээр авч үзвэл 17-24 насны оюутнуудын дунд хэрэглээ өндөр байгаа ба ялангуяа 17-19 насны оюутан залуусын дунд хийжүүлсэн ундаа, хийжүүлсэн ус, чихэрлэг ундааны хэрэглээ 42.6 хувь, 20-24 насны оюутан залуусын дунд 50.2 хувь, гурилан бүтээгдэхүүний хэрэглээ 17-19 насны оюутнуудын дунд 43.8 хувь, 20-24 насны оюутнуудын дунд 53.4 хувь буюу хамгийн өндөр хувийг эзэлж байна.

Харин нас ахих тусам дээрх хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээ буурч байна (p=0.0001). хүйсийн хувьд төдийлөн ялгаатай хэрэглээ ажиглагдсангүй.



Зураг 11. Оюутнуудын хүнсний бүтээгдэхүүний хэрэглээ, насны бүлгээр

Хоол идэхийн өмнө эсвэл идэж байх үедээ давс эсвэл давслаг соус, сой соусны хэрэглээ оюутнуудын дунд өндөр байна. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 65 хувь нь давс эсвэл давслаг соус, сой соусыг хэрэглэж байгаа нь давсны хэрэглээ өндөр байгааг илтгэж байна.

Хүнсний бүтээгдэхүүний шошго, мэдээллийг харж сонгон хэрэглэдэг эсэхийг судлахад судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 63.6 хувь шошго мэдээллийг харж сонгон хэрэглэдэг, 36.4 хувь нь заримдаа болон огт хардаггүй хэмээн хариулсан байна.

Судалгаанд оролцогчдын 88.7 хувь нь гадуур хооллож ресторан, түргэн хоолны газар, дэлгүүрээс бэлэн бүтээгдэхүүн хэрэглэдэг, 11.3 хувь нь огт гадуур хооллодоггүй байна. Хичээлийн их завсарлагаагаар 7.4 хувь нь гэртээ бэлдэж ирсэн хоолоо иддэг, 38.7 хувь нь түргэн хоол иддэг, 27.7 хувь нь сургуулийн хоолны газар хооллодог, 13 хувь нь сүлжээ дэлгүүрүүдийн хоол иддэг, 6.1 хувь

нь нарийн боов, пичень зэрэг хуурай идэх юм иддэг, 7.2 хувь нь юм иддэггүй хэмээн хариулсан байна.

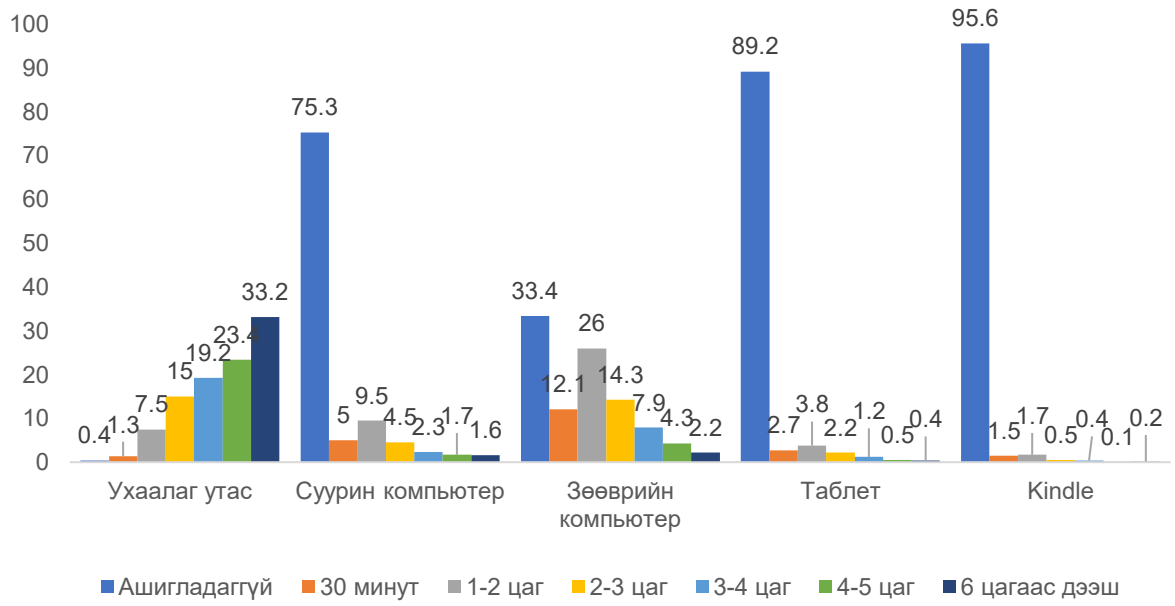
Сургуулийн цайны газраар үйлчлүүлж буй оюутнуудыг судлахад 37.5 хувь нь байнга, ихэвчлэн үйлчлүүлдэг, 44.2 хувь нь заримдаа сургуулийн цайны газраар үйлчлүүлдэг, 18.3 хувь нь огт үйлчлүүлдэггүй байна. Сургуулийн цайны газрын хоолны чанар, эрүүл мэндэд аюулгүй байдалд 71.1 хувь нь дундаас доогуур буюу маш муу гэж үнэлсэн бол 29 хувь нь сайн хэмээн үнэлжээ.

2.2.5. ДЭЛГЭЦИЙН ХЭРЭГЛЭЭ

Оюутан залуусын дунд дэлгэцийн хэрэглээ өндөр байгаа боловч, төхөөрөмжүүдийн төрлөөс хамаарч харилцан адилгүй байна.

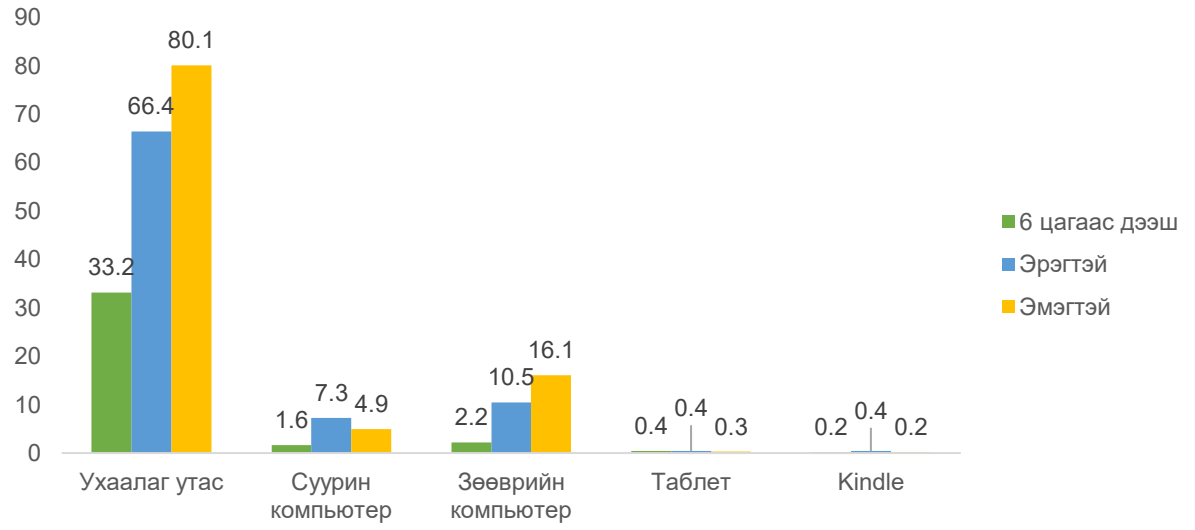
Судалгаанд оролцогч оюутнуудын дэлгэцийн хэрэглээний давтамжийг нийт дөрвөн төрлийн төхөөрөмж тус бүрд авч үзэхэд эрэгтэй оюутнуудын ухаалаг утасны хэрэглээ эмэгтэй оюутнуудтай харьцуулахад өндөр бөгөөд 6 болон түүнээс дээш цагаар ашигладаг оюутны хувь хүйс тус бүрд эрэгтэй (70.7%), эмэгтэй (77.4%) байлаа.

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын дунд ухаалаг утасны хэрэглээ бусад төхөөмжүүдтэй харьцуулахад хамгийн өндөр байлаа. Ухаалаг утсыг 33.2 хувь нь 6 цагаас дээш хэрэглэдэг ба 0.4 хувь нь ухаалаг утсыг ашигладаггүй байна. Харин суурин компьютерыг 75.3 хувь ашигладаггүй, 1.6 хувь нь 6 цаг ба түүнээс дээш хугацаагаар ашиглаж байна. Зөөврийн компьютерын хэрэглээ суурин компьютерын хэрэглээнээс өндөр байна. Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 66.6 хувь нь зөөврийн компьютерыг хэрэглэдэг ба үүнээс 2.2 хувь нь 6 цаг ба түүнээс дээш хугацаагаар ашиглаж байна. Зөөврийн компьютерыг 33.4 хувь нь ашигладаггүй байна. Таблет болон kindle-ийн хэрэглээ зөөврийн болон суурин компьютерын хэрэглээтэй харьцуулахад харьцангуй бага байлаа (Зураг 12).



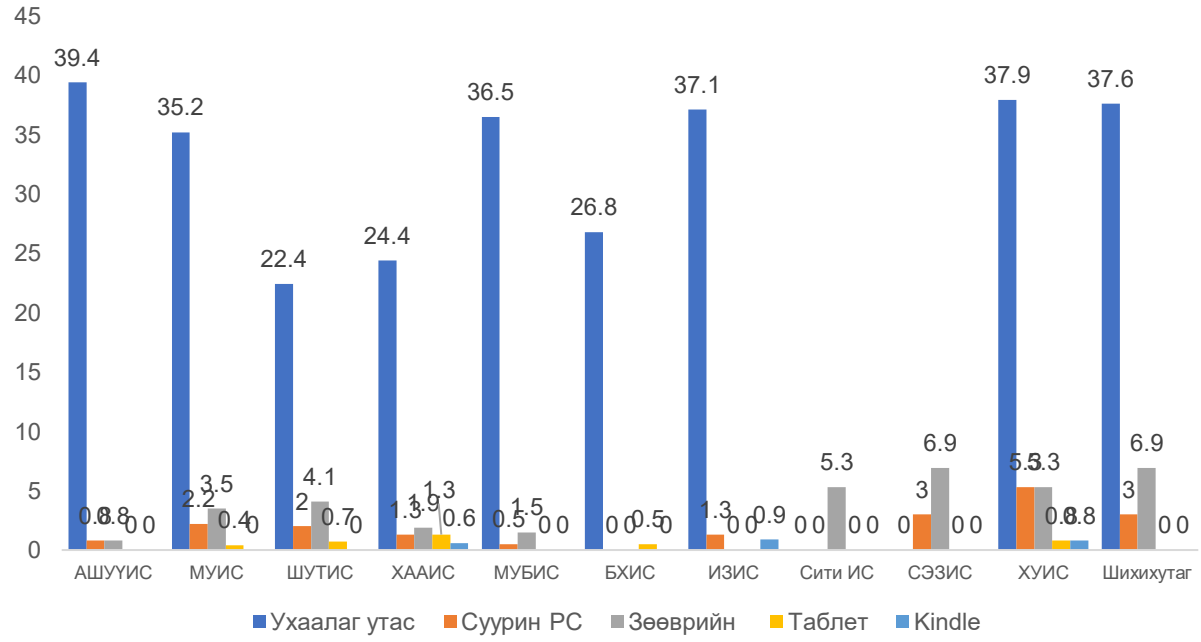
Зураг 12. Дэлгэцийн хэрэглээ, ашигласан цагаар

Дэлгэцийн хэрэглээг 6 цаг болон түүнээс дээш хугацаагаар зарцуулж буй байдлыг хүйсээр харьцуулан судлалаа. Ухаалаг утсыг 80.1 хувь нь эмэгтэй оюутнууд, 66.4 хувь нь эрэгтэй оюутнууд 6 цаг болон түүнээс дээш хугацаагаар хэрэглэж (p=0.0001) байхад суурин компьютерыг 7.3 хувь нь эрэгтэй, 4.9 хувь нь эмэгтэй оюутнууд 6 цаг болон түүнээс дээш хугацаагаар хэрэглэж байна(p=0.06). Харин зөөврийн компьютерыг 10.5 хувь нь эрэгтэй, 16.1 хувь нь эмэгтэй оюутнууд 6 цаг болон түүнээс дээш хугацаагаар хэрэглэж байгаа нь хүйсийн хувьд дэлгэцийн хэрэглээ ялгаатай байгааг харуулж байна (p=0.0001). Таблет болон kindle-ийн хувьд 6 цаг болон түүнээс дээш хугацаагаар хэрэглэж байгаа эрэгтэй, эмэгтэй оюутнуудын дунд төдийлөн ялгаа ажиглагдсангүй (p=0.954) (Зураг 13).



Зураг 13. Дэлгэцийн хэрэглээ 6 цагаас дээш хугацаагаар, хүйсээр

Дэлгэцийг 6 цаг ба түүнээс дээш хугацаагаар хэрэглэж байгаа байдлыг сургуулиар нь судлалаа. АШУҮИС-ийн оюутнуудын 39.4 хувь нь ухаалаг утсыг хамгийн их хэрэглэдэг бол суурин компьютерыг Хүмүүнлэгийн ухааны их сургуулийн оюутнууд (5.3%), зөөврийн компьютерыг СЭЗИС (5.3%) болон Шихихутаг их сургууль (5.3%)-ийн оюутнууд, таблетыг ХААИС-ийн оюутнууд (1.3%), kindle-ийг ИЗИС (0.9%)-ийн оюутнууд илүү хэрэглэж байгаа нь статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.0001) (Зураг 14).



Зураг 14. Дэлгэцийн 6 цаг ба түүнээс дээш хугацааны хэрэглээ, сургуулиар

Оюутан залуус youtube, facebook, twitter, IG зэрэг цахим орчинд өдөрт дунджаар 4.78 (±3.3) цагийг өнгөрүүлж байна.

Судалгаанд оролцогчдын 90.2 хувь нь орондоо унтахаар хэвтсэн үедээ ухаалаг утас, таблет зэрэг төхөөрөмжийг хэрэглэдэг хэмээн хариулсан бол 9.8 хувь нь хэрэглэдэггүй, шууд унтдаг хэмээн хариулсан байна.

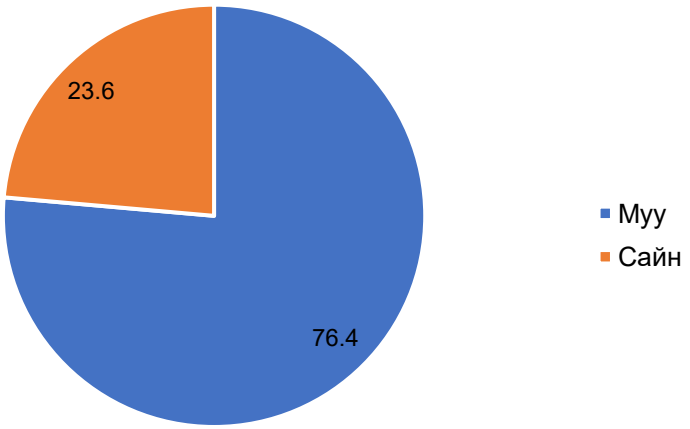
2.2.6. НОЙРСОЛТЫН ЧАНАР

Нойрны чанар буурснаар хүний бие махбод гаднын хүчин зүйлсэд илүү цочромтгой болж түгшүүрт авах нь нэмэгдэхээс гадна сэтгэл гутралд орох, амьдралаас авах сэтгэл ханамж буурдаг бөгөөд оюутнуудын хувьд сурлагын амжилт буурах зэрэг сөрөг нөлөөллийг үзүүлдэг. Хангалттай чанартай нойр авч чадахгүй удаан хугацаанд явснаар нас ахихын хэрээр цаашдаа цусны даралт ихсэх, чихрийн шижингээр өвдөх, ишеми болох зэрэг өвчнөөр өвдөхөөс гадна сэтгэцийн эрүүл мэндийн байдалд сөргөөр нөлөөлөх үндэс суурь болдог. (Schlarb AA, Friedrich A, Claßen M. Sleep problems in university students - an intervention. Neuropsychiatr Dis Treat. 2017 Jul 26;13:1989-2001. doi: 10.2147/NDT.S142067. PMID: 28794633; PMCID: PMC5536318.)

Оюутнуудын нойрсолтын чанарыг Питтсбургийн нойрны чанарын индексээр үнэлсэн бөгөөд энэхүү асуумж нь нойрны чанар, нойрны саатал, нойрсолтын үргэлжлэх хугацаа, үр ашигтай нойрсолт, нойрны тасалдал, нойрны эмийн хэрэглээ, өдрийн цагийн нойрсолтын үйл ажиллагааны алдагдал гэх 7 бүрэлдэхүүн хэсгээс тогтоно.

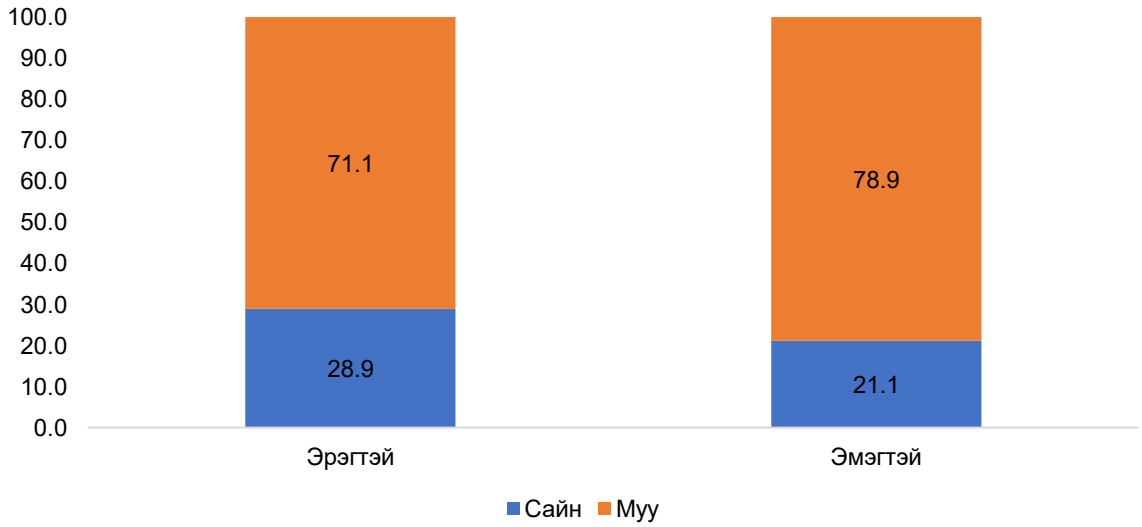
Питтсбургийн нойрны чанарын индексийн асуумжийн 7 бүрдэл хэсгийн нийлбэр оноо 21 бөгөөд 5 хүртэлх оноо авсан бол нойрны чанар сайн 5 дээш оноо авсан тохиолдолд нойрны чанар муу хэмээн дүгнэсэн бөгөөд энэхүү үнэлгээг Питтсбургийн нойрны чанарын индексийн олон улсын оноожуулалт гэдэг.

Нийт оюутнуудын 23.6 хувь нь нойрны чанар сайн, 76.4 хувь нь нойрны чанар муу байна.



Зураг15. Нойрсолтын чанарын байдал

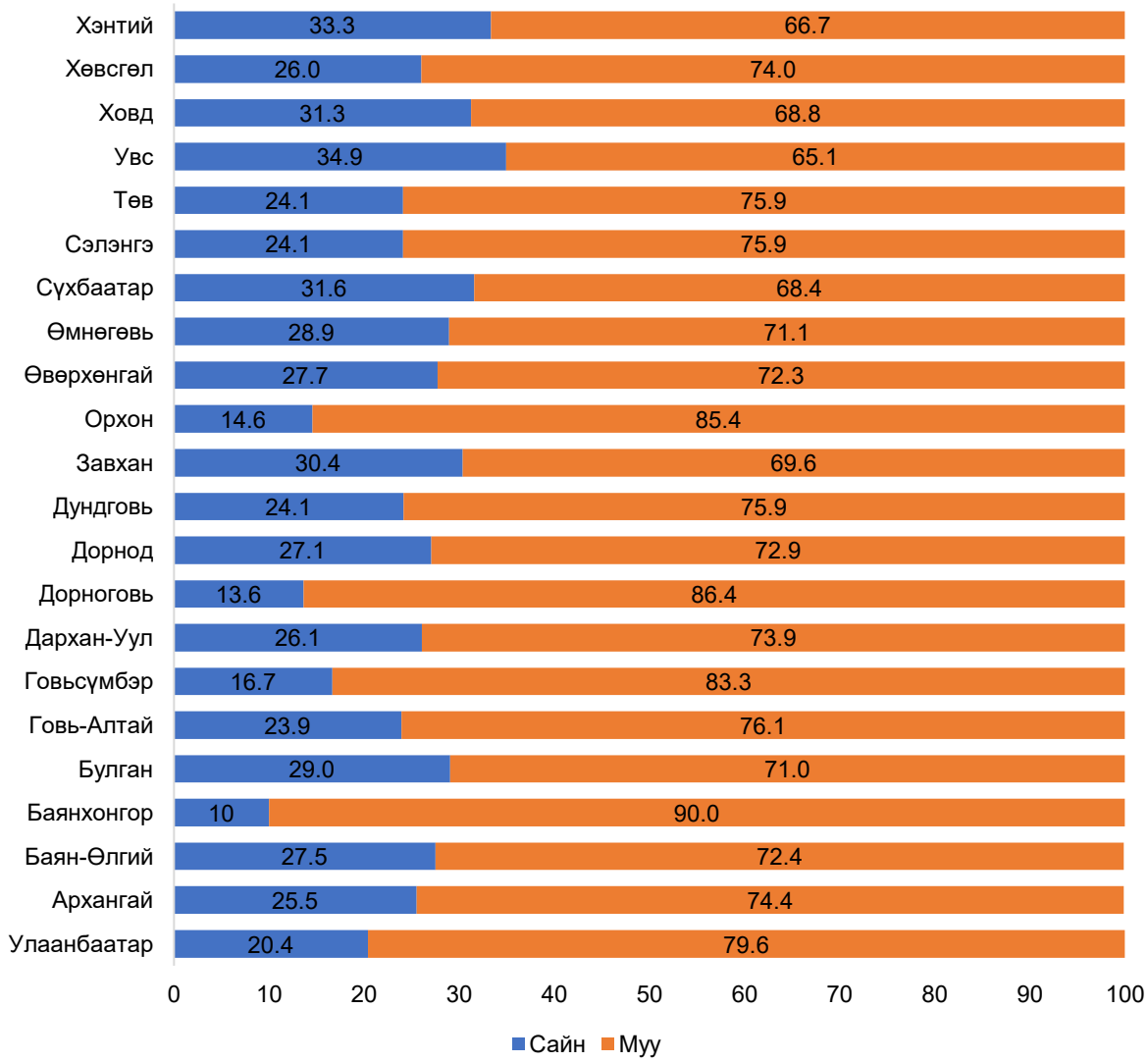
Нойрсолтын чанарыг хүйстэй харьцуулан авч үзэхэд эрэгтэйчүүдийн 28.9 хувийн нойрсолтын чанар сайн, 71.07 хувийн нойрсолтын чанар муу байлаа. Хайрын эмэгтэйчүүдийн хувьд 21.1 хувь сайн, 78.8 хувь нь нойрсолтын чанар муу оюутнууд эзэлж нойрсолтын чанар нь хүйсийн хувьд ач холбогдол бүхий ялгаатай байлаа (p=0.0001).



Зураг 16. Нойрсолтын чанар, хүйсээр

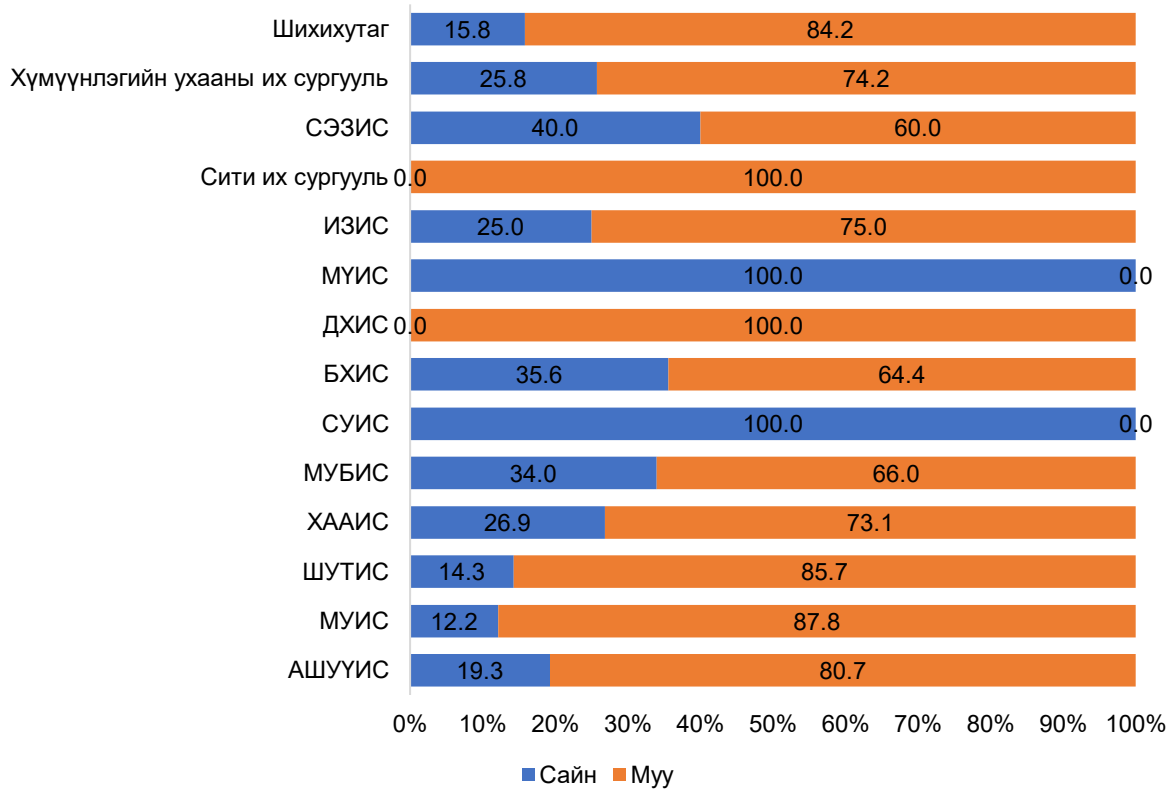
Улаанбаатар хотын оюутнуудын 20.4 хувь нь нойрны чанар сайн, 79.6 хувь нь нойрны чанар муу байна. 21 аймгийн харьяат оюутнуудаас Увс (34.9%), Хэнтий (33.3%), Сүхбаатар (31.6%), Ховд (31.3%), Завхан (30.4%) аймгийн оюутнуудын нойрны чанар бусад аймгуудтай харьцуулахад харьцангуй сайн, Баянхонгор

(90.0%), Дорноговь (86.4%), Орхон (85.4%) аймгийн харьяат оюутнуудын ихэнх хувийг нойрны чанар муу оюутнууд эзэлж байна. Нойрны чанарыг оюутнуудын харьяаллаар нь харьцуулан үзэхэд статистикийн түвшинд ач холбогдол бүхий ялгаатай байсангүй (p=0.212).



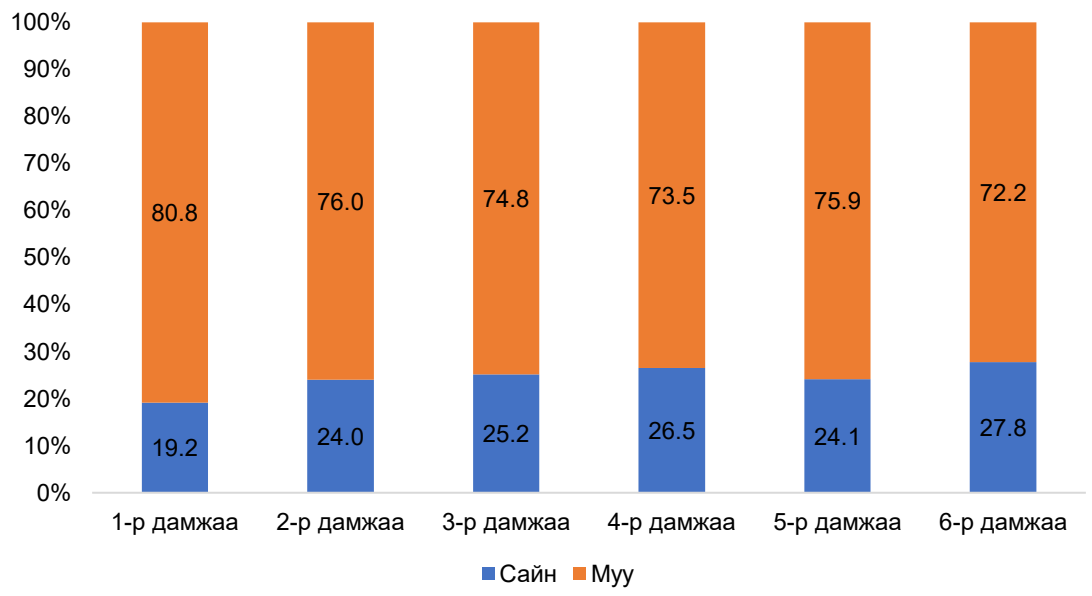
Зураг 17. Нойрсолтын чанар, харьяаллаар

Нойрны чанарыг суралцаж буй сургуульд нь харьцуулан зураг 17-д харууллаа. Нойрын чанар сайн оюутны эзэлж буй хувь хамгийн өндөр сургуулиудад СЭЗИС (40.0%), БХИС (35.6%), МУБИС (34.0%) багтаж буй бөгөөд харин нойрны чанар муу оюутны эзлэх хувь хамгийн их байгаа сургуулиуд нь МУИС (87.8%), ШУТИС (85.7%), Шихихутаг (84.2%), АШУИС (80.7%)тус тус эзэлж байна. Үүнээс үзэхэд нойрны чанар болон аль сургуульд суралцаж буй нь хоорондоо статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.0001).



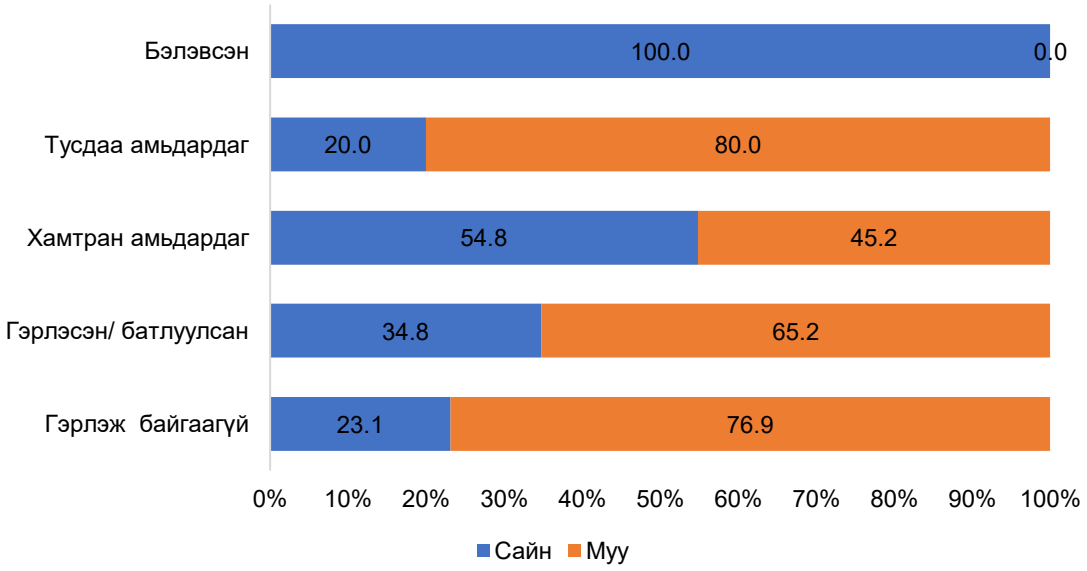
Зураг 18. Нойрсолтын чанар, суралцаж буй сургуулиар

Нойрны чанарын индекс өндөр буюу нойрны чанар сайн буй оюутнуудын эзлэх хувь дамжаа тус бүр 1-р дамжаа 19.2 хувь, 2-р дамжаа 24.0 хувь, 3-р дамжаа 25.2 хувь, 4-р дамжаа 26.5 хувь, 5-р дамжаа 24.1 хувь, 6-р дамжаа 27.8 хувь байна. Харин нойрны чанар муу оюутны эзлэх хувь тус бүр 1-р дамжаа 80.8 хувь, 2-р дамжаа 76.0 хувь, 3-р дамжаа 74.8 хувь, 4-р дамжаа 73.5 хувь, 5-р дамжаа 75.9 хувь, 6-р дамжаа 72.2 хувь байна. Үүнээс үзэхэд бага дамжааны оюутнуудын нойрны чанар дээд дамжааны оюутнуудтай харьцуулахад муу буй нь дамжаа ахих тусам өөрийн суралцах арга барилыг олж, цагийн менежментийн чадвар сайжирдагтай холбоотой байх магадлалтай юм. Гэсэн хэдий ч нойрны чанар болон дамжаа хооронд статистик ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдсангүй ($p=0.214$).



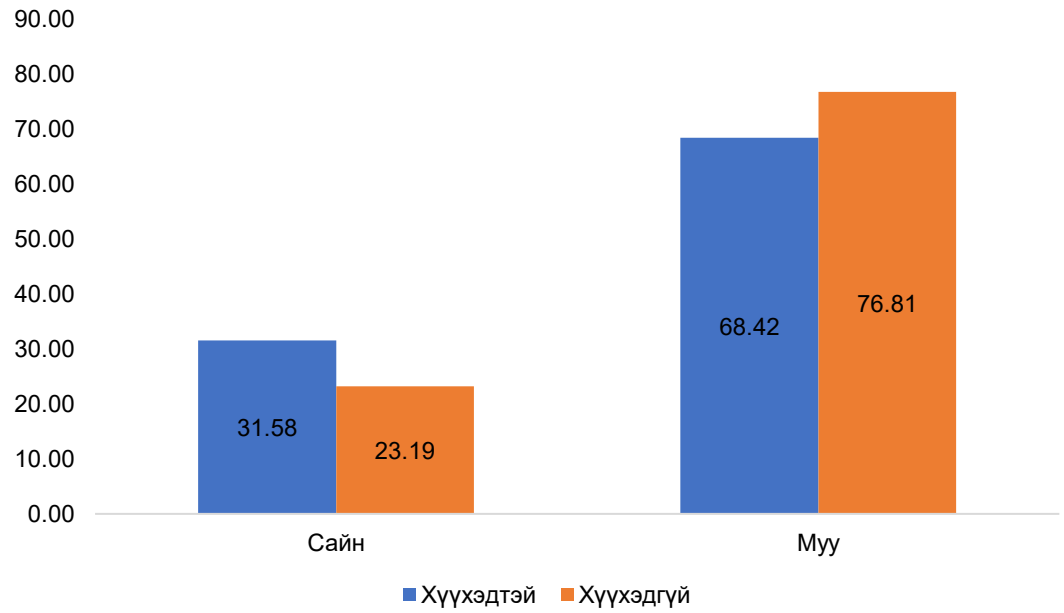
Зураг 19. Нойрсолтын чанар, дамжаагаар

Хамтран амьдардаг (54.8%), гэрлэсэн (34.8%) хүмүүсийн нойрны чанар ганц бие (23.1%) эсвэл тусдаа амьдардаг (20.0%) хүмүүсээс илүү сайн байна (p=0.053).



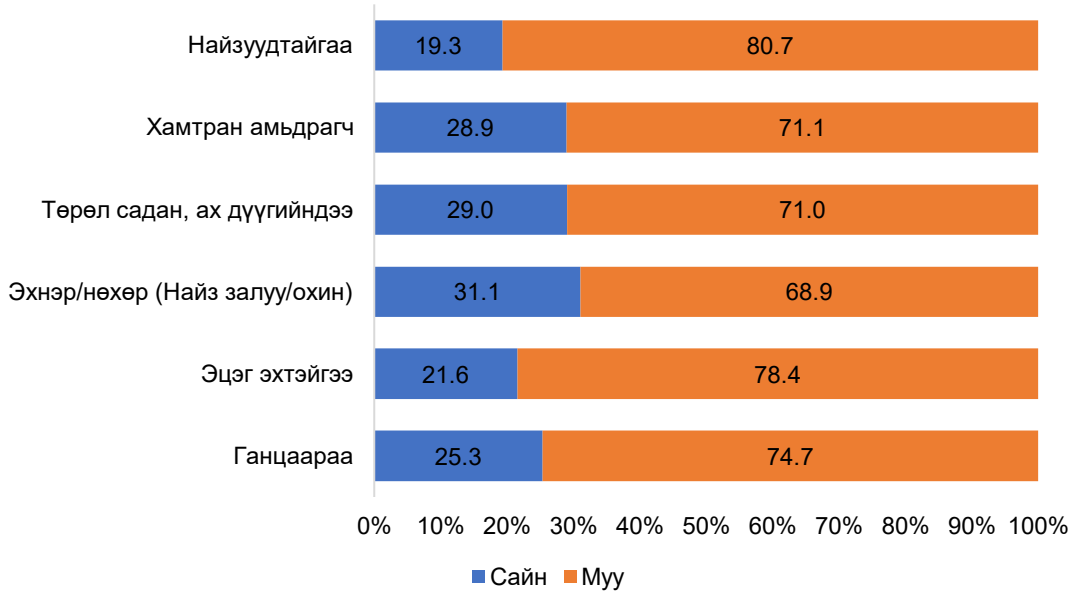
Зураг 20. Нойрны чанар, гэрлэлтийн байдлаар

Хүүхэдтэй оюутнуудын 68.42 хувийн нойрны чанар муу, 31.58 хувийн нойрны чанар сайн байхад хүүхэдгүй оюутнуудын 76.81 хувь нь нойрны чанар муу, 23.19 хувийн нойрны чанар сайн байна (p=0.098).



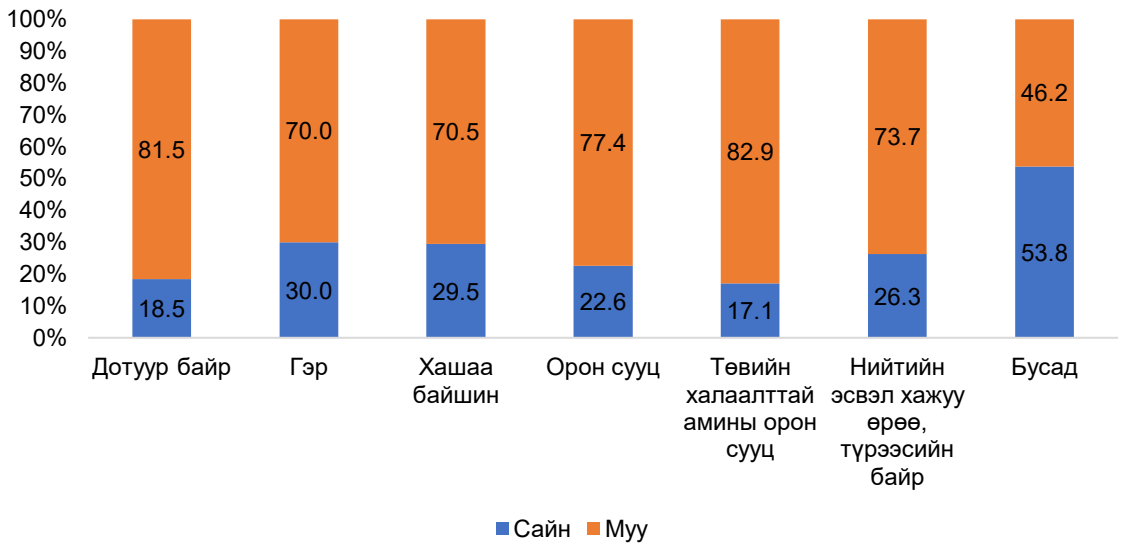
Зураг 21. Нойрсолтын чанар, хүүхэдтэй эсэхээр

Найзуудтайгаа хамт амьдардаг оюутнуудын 80.7 хувь, эцэг эхтэйгээ амьдардаг оюутнуудын 78.4 хувь, ганцаараа амьдардаг оюутнуудын 74.7 хувийн нойрны чанар муу байгаа бол төрөл садан, ах дүүгийндээ амьдардаг, хамтран амьдрагчтай оюутнуудын нойрны чанар тус тус хувь нь муу эзэлж байна. Харин нойрны чанар сайн оюутнуудын эзлэх хувь нь эхнэр/нөхөр эсвэл найз залуу/охинтойгоо амьдардаг оюутнуудын 31.1 хувийг нойрны чанар сайн оюутнууд эзэлж байна. Харин найзуудтайгаа амьдардаг оюутнуудын 19.3 хувийг нойрны чанар нь сайн оюутнууд эзэлж байна. Үүнээс үзэхэд гэртээ хэнтэй амьдардаг болон нойрны чанар ямар байх нь статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.001).



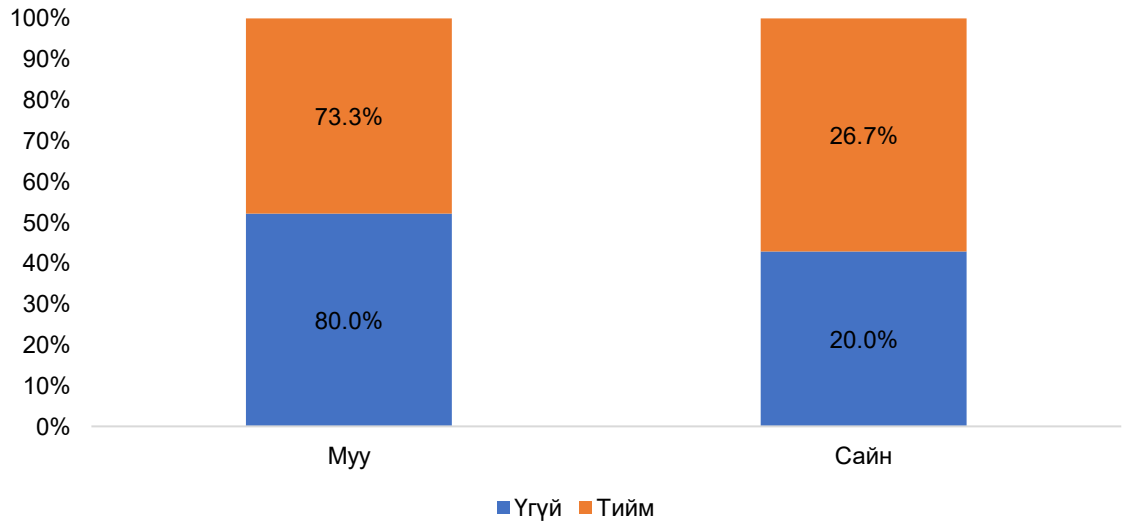
Зураг 23. Нойрсолтын чанар, хэнтэй хамт амьдардаг эсэхээр

Оюутнуудын ямар сууцанд амьдардаг эсэхийг нойрны чанарын байдалтай харьцуулсан зургаар үзүүлэв. Төвийн халаалттай амины орон сууцанд амьдардаг оюутнуудын нойрны чанар нь бусад төрлийн сууцанд амьдардаг оюутнуудаас илүү муу байв (82.9%). Мөн дотуур байранд амьдардаг оюутнуудын 81.5 хувь нь нойрны чанар муутай байлаа. Харин бусад төрлийн сууцанд амьдардаг оюутнуудын 53.8 хувийн нойрны чанар сайн байсныг тэмдэглэх нь зүйтэй. Орон сууцанд амьдардаг оюутнуудын 22.6 хувийн нойрны чанар нь сайн байна. Гэрт амьдардаг оюутнуудын 30.0 хувийн, хашаа байшинд амьдардаг оюутнуудын 29.5 хувийн, нийтийн эсвэл хажуу өрөө түрээслэн амьдардаг оюутнуудын 26.3 хувийн нойрны чанар нь сайн байлаа. Үүнээс дүгнэхэд тухайн оюутны амьдардаг сууцны төрлөөс нойрны чанар нь хамаардаг байж болох юм (p=0.002).



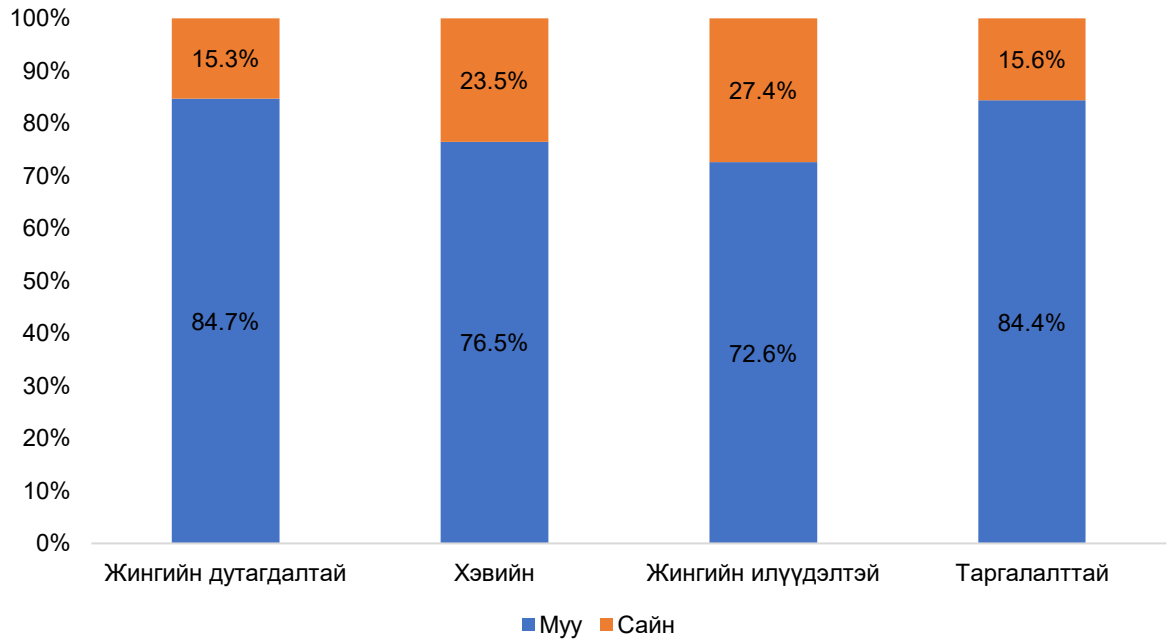
Зураг 24. Нойрсолтын чанар, сууцны төрлөөр

Нойрсолтын байдлыг дасгал хөдөлгөөний байдалтай буюу өдөрт 10 минутаас дээш хугацаагаар идэвхтэй хөдөлгөөн хийдэг эсэхээр нь харьцуулан судлахад идэвхтэй дасгал хөдөлгөөн хийдэггүй оюутнуудын 80.0 хувь нь нойрны чанар муу, харин өдөрт 10 минутаас дээш хугацаагаар идэвхтэй дасгал, хөдөлгөөн хийдэг оюутнуудын 73.3 хувийг нойрны чанар нь муу оюутнууд эзэлж байна. Идэвхтэй дасгал хөдөлгөөн хийдэг болон хийдэггүй байх болон нойрны чанар сайн ба муу байх нь статистикийн түвшинд ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.001).



Зураг 25. Нойрсолтын чанар, өдөрт 10 минутаас дээш хугацаагаар идэвхтэй дасгал хөдөлгөөн хийдэг эсэхээр

Нойрсолтын чанарыг биеийн жингийн индекстэй харьцуулан графикаар зураг 26-д үзүүлэв. Биеийн жин дутагдалтай оюутнуудын 84.7 хувь нь нойрны чанар муутай, таргалалттай оюутнуудын 84.4 хувь нь нойрны чанар муутай байна. Харин хэвийн жинтэй оюутнуудын 76.5 хувь, жингийн илүүдэлтэй оюутнуудын 72.6 хувийг нойрны чанар нь муу оюутнууд эзэлж байна (p=0.067).

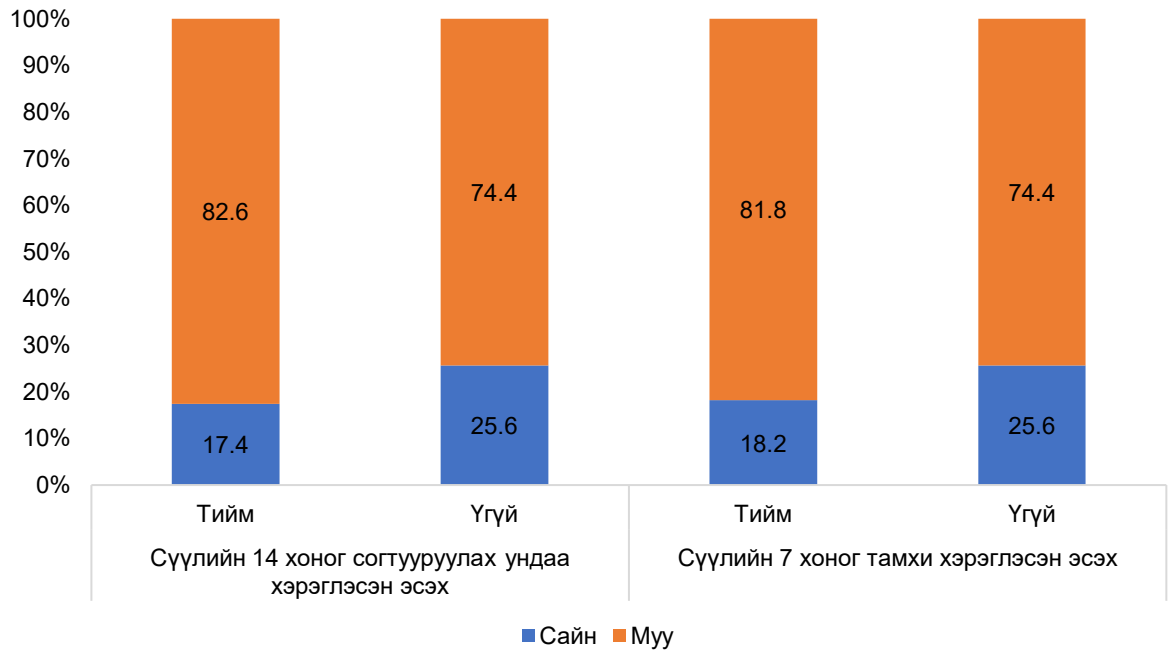


Зураг 26. Нойрсолтын чанар, биеийн жингийн индексээр

Нойрсолтын чанарыг сүүлийн 14 хоногийн согтууруулах ундааны хэрэглээтэй харьцуулахад сүүлийн 14 хоногийн дотор согтууруулах ундаа хэрэглэсэн оюутнуудын 82.6 хувийн нойрны чанар нь муу харин хэрэглээгүй оюутнуудын 74.4 хувийн нойрны чанар нь муу бөгөөд хэрэглэсэн болон хэрэглээгүй оюутнуудын нойрны чанарын байдал нь статистикийн түвшинд ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.001).

Харин сүүлийн 7 хоногийн дотор тамхи болон бүх төрлийн тамхи төст бүтээгдэхүүн болох электрон тамхи, янжуур тамхи, усан тамхи зэрэг бүтээгдэхүүний хэрэглээг нойрсолтын чанартай харьцуулан судлахад сүүлийн 7 хоног тамхи түүнтэй төст бүтээгдэхүүн хэрэглэсэн оюутнуудын 81.8 хувь нь нойрны чанар нь муу, хэрэглээгүй оюутнуудын 74.4 хувь нь нойрны чанар муу байна. Өөрөөр хэлбэл сүүлийн 7 хоногийн дотор хэрэглэсэн болон хэрэглээгүй

эсэх болон нойрны чанарын байдал нь хоорондоо статистикийн түвшинд ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.001).

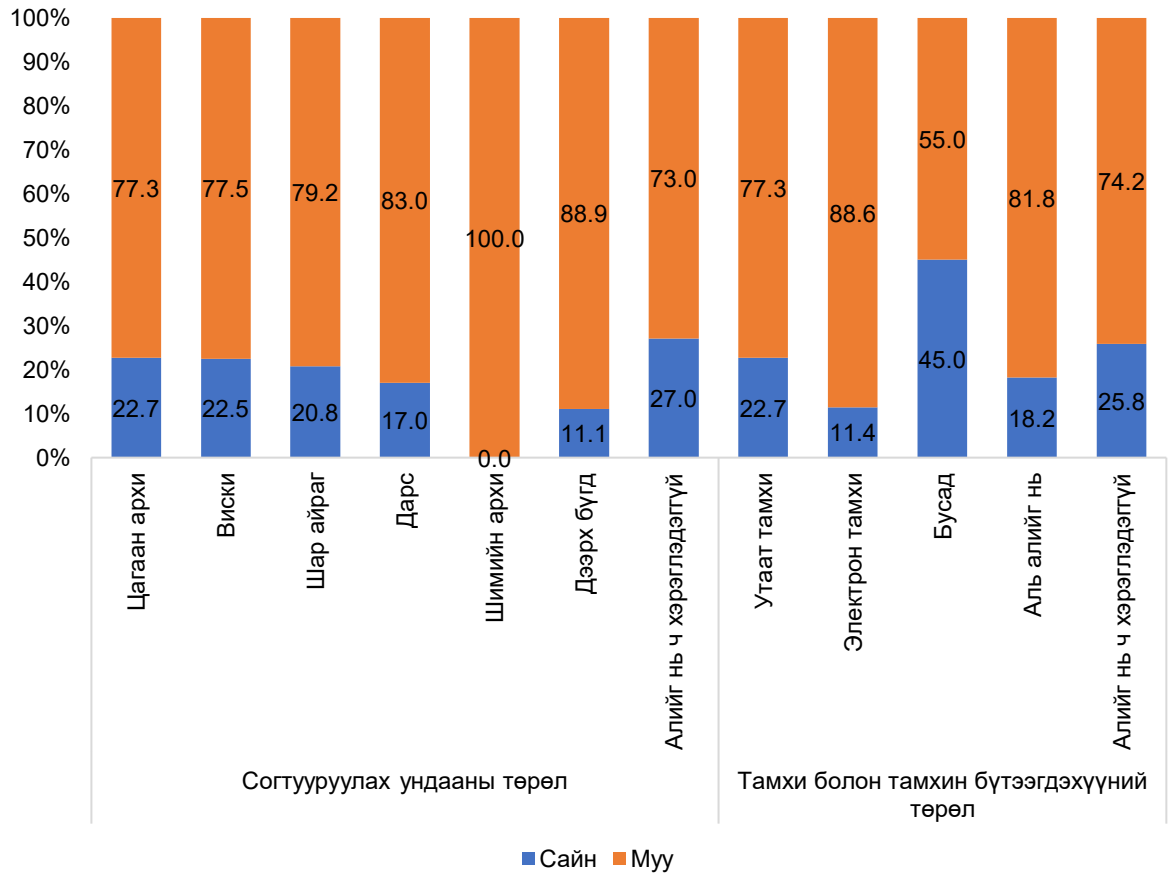


Зураг 27. Нойрсолтын чанарыг согтууруулах ундаа болон тамхины хэрэглээтэй харьцуулсан нь

Оюутнуудын нойрсолтын чанарыг ямар төрлийн согтууруулах ундаа хэрэглэдэг эсэхээр нь харьцуулан үзэхэд цагаан архи хэрэглэдэг оюутнуудыг 77.3 хувь, виски хэрэглэдэг оюутнуудын 77.5 хувь, шар айраг хэрэглэдэг оюутнуудын 79.2 хувь, дарс хэрэглэдэг оюутнуудын 83.0 хувь, бүх төрлийн согтууруулах ундаа хэрэглэдэг оюутнуудын 88.9 хувь нь нойрны чанар муутай байв. Харин согтууруулах ундаа хэрэглэдэггүй оюутнуудын 73.0 хувийн нойрны чанар нь муу байна. Үүнээс үзэхэд ямар төрлийн согтууруулах ундаа хэрэглэж буйгаас нойрны чанарын байдал хамаарч буй (p=0.012) бөгөөд аль ч төрлийн согтууруулах ундаа хэрэглэдэггүй оюутнуудын нойрны чанар сайн оюутнуудын эзлэх хувь нь согтууруулах ундаа хэрэглэдэг оюутнуудынхаас илүү хувийг эзэлж байгаа нь согтууруулах ундаа нь нойрны чанар муудахад эерэг нөлөө үзүүлдэг байх магадлалт хүчин зүйл болохыг харуулж байна.

Мөн оюутнуудын тамхи болон тамхин бүтээгдэхүүний хэрэглээг нойрсолтын чанартай холбон судалсныг доорх зурагт харууллаа. Утаат тамхи хэрэглэдэг оюутнуудын 77.3 хувь, электрон тамхи хэрэглэдэг оюутнуудын 88.6 хувь, бусад

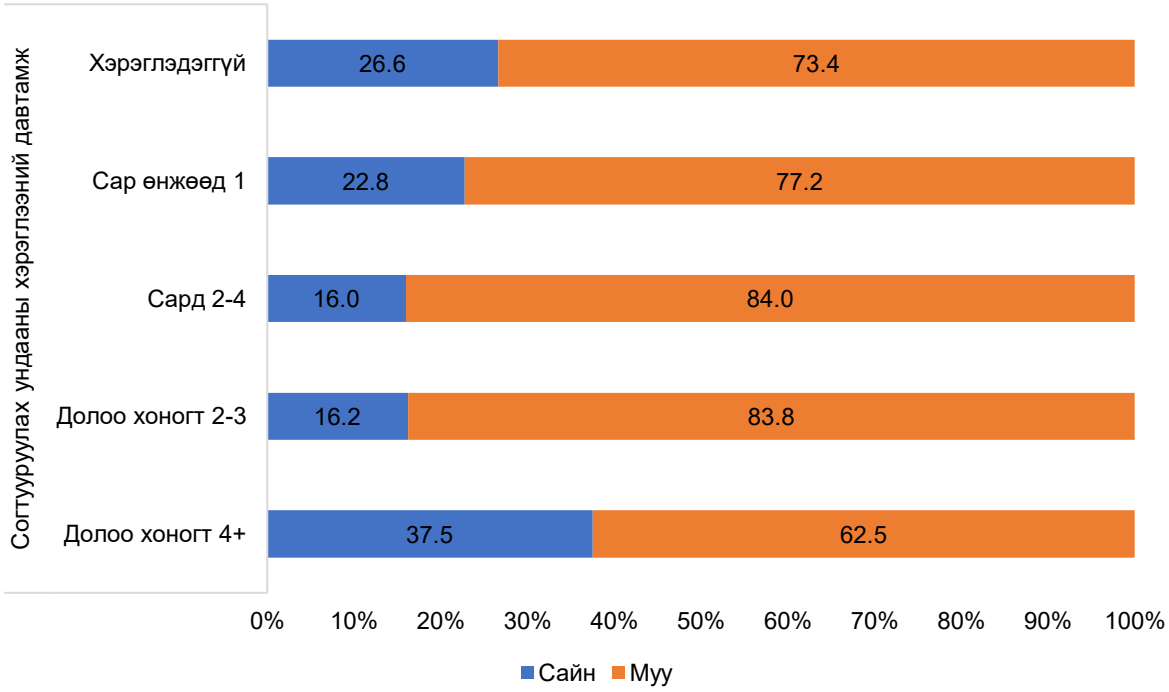
төрлийн тамхи хэрэглэдэг оюутнуудын 55.0 хувь, аль алийг нь хэрэглэдэг оюутнуудын 81.8 хувь нь нойрны чанар муу оюутнууд эзэлж байна. Үүнээс үзэхэд электрон тамхи хэрэглэдэг оюутнууд нь бусад төрлийн тамхи хэрэглэдэг оюутнуудаас илүү нойрны чанар нь муу буйг харуулж байна. Харин тамхи болон тамхи төст бүтээгдэхүүн хэрэглэдэггүй оюутнуудын 74.2 хувь нь нойрны чанар муу оюутнууд эзэлж байна. Тамхи болон тамхин бүтээгдэхүүний төрөл болон нойрсолтын чанарын байдал нь статистикийн хувьд ач холбогдолтой байна (p=0.0001).



Зураг 28. Нойрсолтын чанар болон согтууруулах ундаа, тамхины төрлөөр харьцуулсан нь

Согтууруулах ундааг сар өнжөөд хэрэглэдэг оюутнуудын 77.2 хувь, сард 2-4 удаа хэрэглэдэг оюутнуудын 84.0 хувь, долоо хоногт 2-3 удаа хэрэглэдэг оюутнуудын 83.8 хувь, долоо хоногт 4-с дээш удаа хэрэглэдэг оюутнуудын 62.5 хувийг нойрны чанар муутай оюутнууд эзэлж байсан бол хэрэглэдэггүй оюутнуудын 73.4 хувь нь нойрны чанар муутай оюутнууд эзэлж байна. Нойрны чанар нь муу оюутнуудын эзлэх хувь хамгийн их буй нь сард 2-4 удаа согтууруулах ундаа

хэрэглэдэг оюутнууд байна. Согтууруулах ундааны хэрэглээний давтамж болон нойрсолтын чанарын байдал нь хоорондоо статистик ач холбогдолтой байна (p=0.003).



Зураг 29. Нойрсолтын чанар, согтууруулах ундааны хэрэглээний давтамжаар

Өдөрт дэлгэц ашигладаг дундаж хугацаа (p=0.006), өдөрт цахим орчинд зарцуулдаг дундаж хугацаанууд нь (p=0.009) нойрны чанар сайн болон муу байхтай статистикийн түвшинд ач холбогдол бүхий ялгаатай байна.

Хүснэгт 5. Нойрны чанар болон зарим тоон утгуудын холбоо, хамаарал

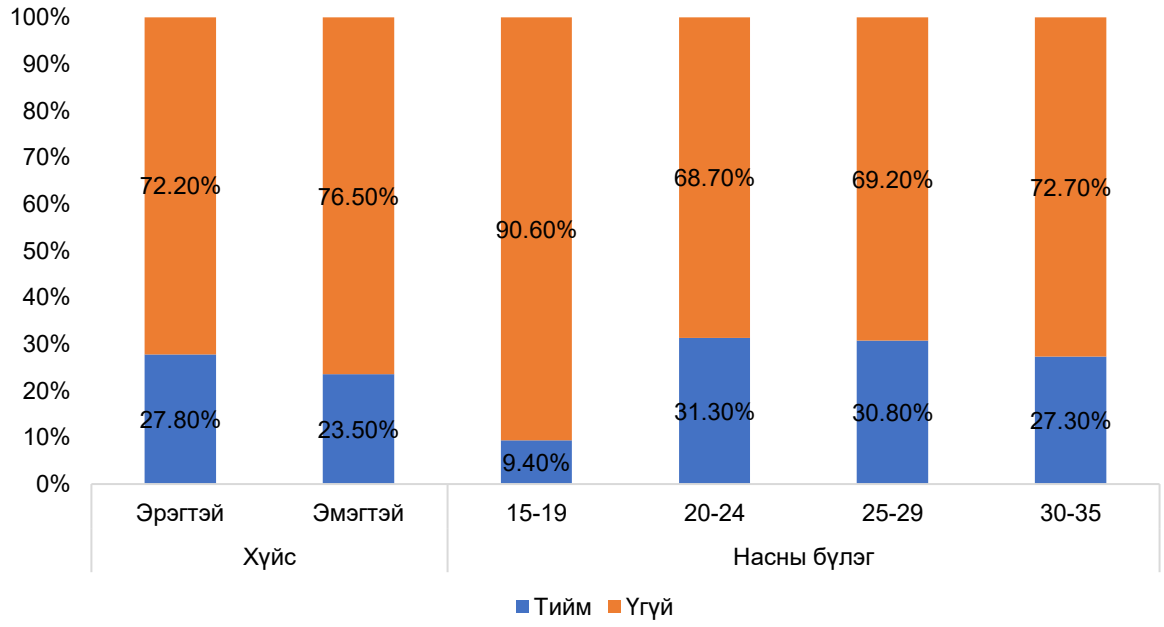
Үзүүлэлт	Дундаж утга	СХ	Р утга
Өдөрт дэлгэц ашигладаг дундаж хугацаа /цагаар/	6.85	3.864	**0.006**
Цахим орчинд хэдэн цагийг зарцуулдаг эсэх	4.78	3.323	**0.009**

2.2.7. СОГТУУРУУЛАХ УНДАА, ТАМХИНЫ ХЭРЭГЛЭЭ

Согтууруулах ундаа нь бие махбодын олон эрхтэн, тогтолцоонд шууд буюу дам хортой нөлөө үзүүлдэг хор юм. Согтууруулах ундааны хэрэглээ нь зүрх судасны эмгэг, хөхний хорт хавдар, элэгний хатуурал, зам тээврийн осол гэмтэл зэрэг эрүүл мэндийн тулгамдсан асуудал болохын зэрэгцээ архаг хэрэглээ нь донтолт хэмээх зан үйл, бие махбод танин мэдэхүйн хам шинжийг үүсгэдэг байна.

Монгол улсын хүн ам дахь согтууруулах ундааны хэрэглээ, хэв маяг, хор хөнөөлийн 2006 оны судалгаагаар хүн амын дунд архины хэрэглээ их, насанд хүрсэн хүн амын 86 хувь нь хэтрүүлэн хэрэглэдэг, эрэгтэйчүүдийн 22 хувь, эмэгтэйчүүдийн 5 хувь нь архинд донтох эмгэгтэй байгаа нь 1997 оны үзүүлэлтээс 2 дахин их, Европын улс орнуудын үзүүлэлтээс 4 дахин юм. Энэ нь Монгол гаралтай хүнд генийн мутацийн улмаас архийг задалдаг альдегид дегидрогеназа фермент идэвх муутай байдагтай холбоотой юм. Одоо манай улсад архинд донтох өвчтэй 140000 орчим хүн байгаа бөгөөд жилд дунджаар 3800 хүн архинд хордож, 300 гаруй хүн нас барж байна.

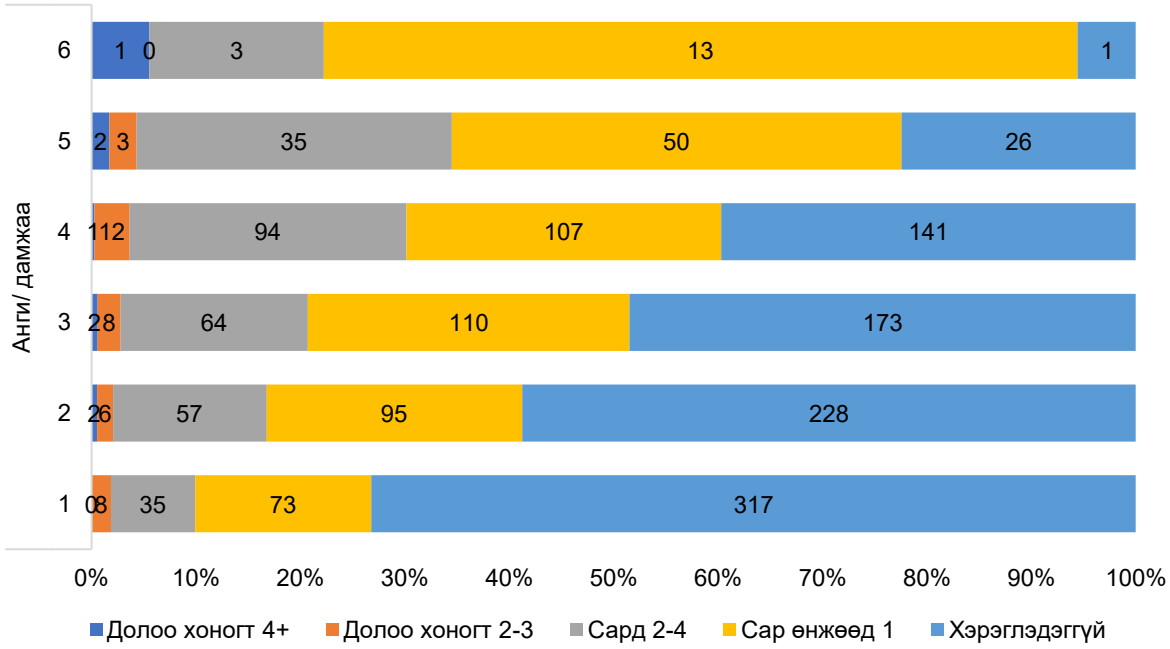
Сүүлийн 14 хоногт согтууруулах ундаа хэрэглэсэн эрэгтэй оюутнуудын 72.2 хувь, эмэгтэй оюутнуудын 76.5 хувь нь нойрны чанар муутай байна. Насны хувьд 15-19 настай оюутнуудын 90.6 хувь, 20-24 настай оюутнуудын 68.7 хувь, 25-29 настай оюутнуудын 69.2 хувь, 30-35 настай оюутнуудын 72.7 хувийг нойрны чанар нь муу оюутнууд эзэлж байна. Сүүлийн 14 хоногийн согтууруулах ундааны хэрэглээ нь хүйстэй ($p=0.067$) статистик ач холбогдолгүй эсрэгээр насны бүлэгтэй ($p=0.0001$) статистик ач холбогдолтой байна.



Зураг 30. Сүүлийн 14 хоногт согтууруулах ундаа хэрэглэсэн эсэх, хүйс болон насаар

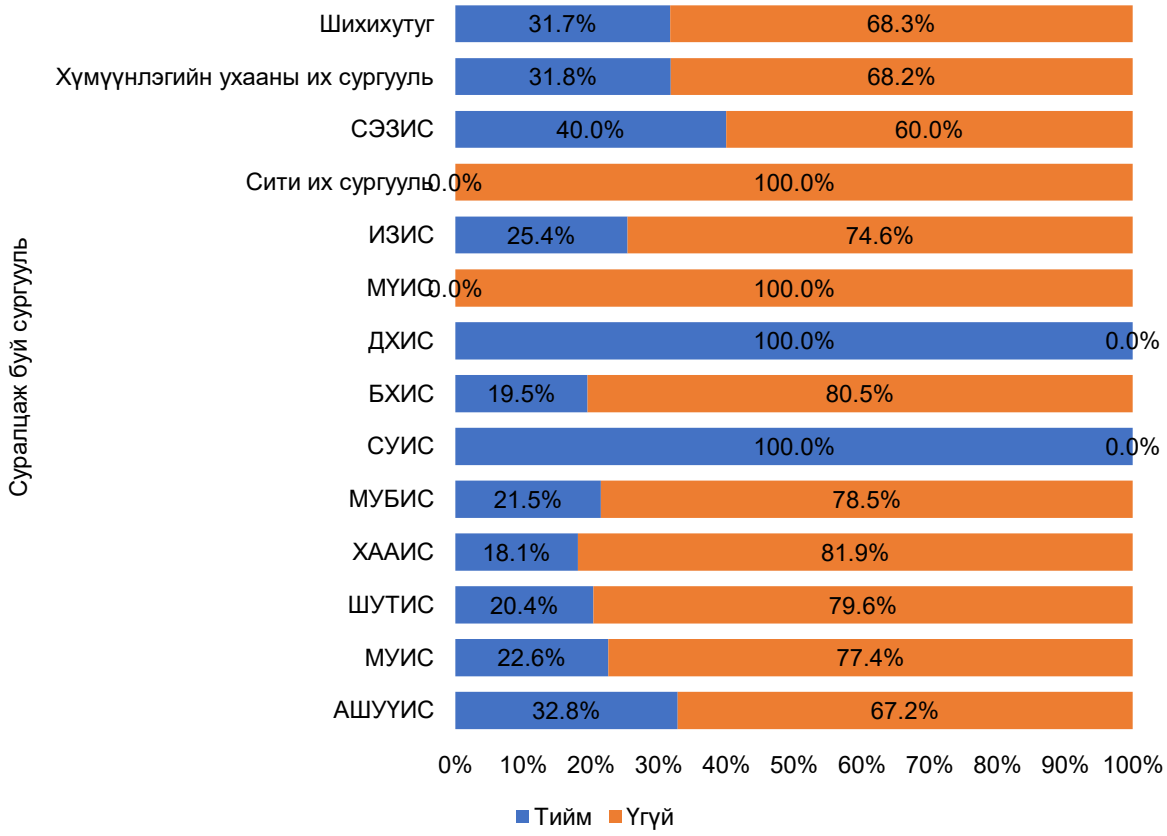
1-р дамжааны оюутнуудын 73.2 хувь нь согтууруулах ундааг огт хэрэглэдэггүй, 16.9 хувь, сар өнжөөд 1 удаа хэрэглэдэг оюутнууд 16.9 хувь, сард 2-4 удаа хэрэглэдэг оюутнууд 8.1 хувийг эзэлж байна. Харин 2-р дамжааны оюутнуудын 58.8 хувь нь согтууруулах ундааг огт хэрэглэдэггүй, 24.5 хувь нь сар өнжөөд нэг удаа хэрэглэдэг, 14.7 хувь нь сард 2-4 удаа хэрэглэдэг, 3-р дамжааны оюутнуудын 48.5 хувь нь согтууруулах ундааг огт хэрэглэдэггүй, 30.8 хувь нь сар өнжөөд нэг удаа хэрэглэдэг, 17.9 хувь нь сард 2-4 удаа хэрэглэдэг, 2.2 хувь нь долоо хоногт 2-3 удаа хэрэглэдэг байна. 4-р дамжааны оюутнуудын 39.7 хувь нь согтууруулах ундааг огт хэрэглэдэггүй, 30.1 хувь нь сар өнжөөд нэг удаа хэрэглэдэг, 26.5 хувь нь сард 2-4 удаа хэрэглэдэг, 3.4 хувь нь долоо хоногт 2-3 удаа согтууруулах ундааг хэрэглэж байна. 5-р дамжааны оюутнуудын 22.4 хувь нь согтууруулах ундааг огт хэрэглэдэггүй, 43.1 хувь нь сар өнжөөд нэг удаа хэрэглэдэг, 30.2 хувь нь сард 2-4 удаа хэрэглэдэг, 2.6 хувь нь долоо хоногт 2-3 удаа хэрэглэдэг, 1.7 хувь нь долоо хоногт 4 болон түүнээс дээш удаа хэрэглэдэг байна. Харин 6-р дамжааны оюутнуудын 5.6 хувь нь согтууруулах ундааг огт хэрэглэдэггүй, 72.2 хувь нь сар өнжөөд нэг удаа хэрэглэдэг, 16.7 хувь нь сард 2-4 удаа хэрэглэдэг, 5.6 хувь нь долоо хоногт 4 болон түүнээс дээш удаа хэрэглэдэг байна. Үүнээс үзэхэд согтууруулах ундааг хэрэглэх давтамж нь дамжаа ахих

тусам ихсэж байна. Согтууруулах ундааг хэрэглэж буй давтамж болон анги дамжааны байдал нь статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.0001).



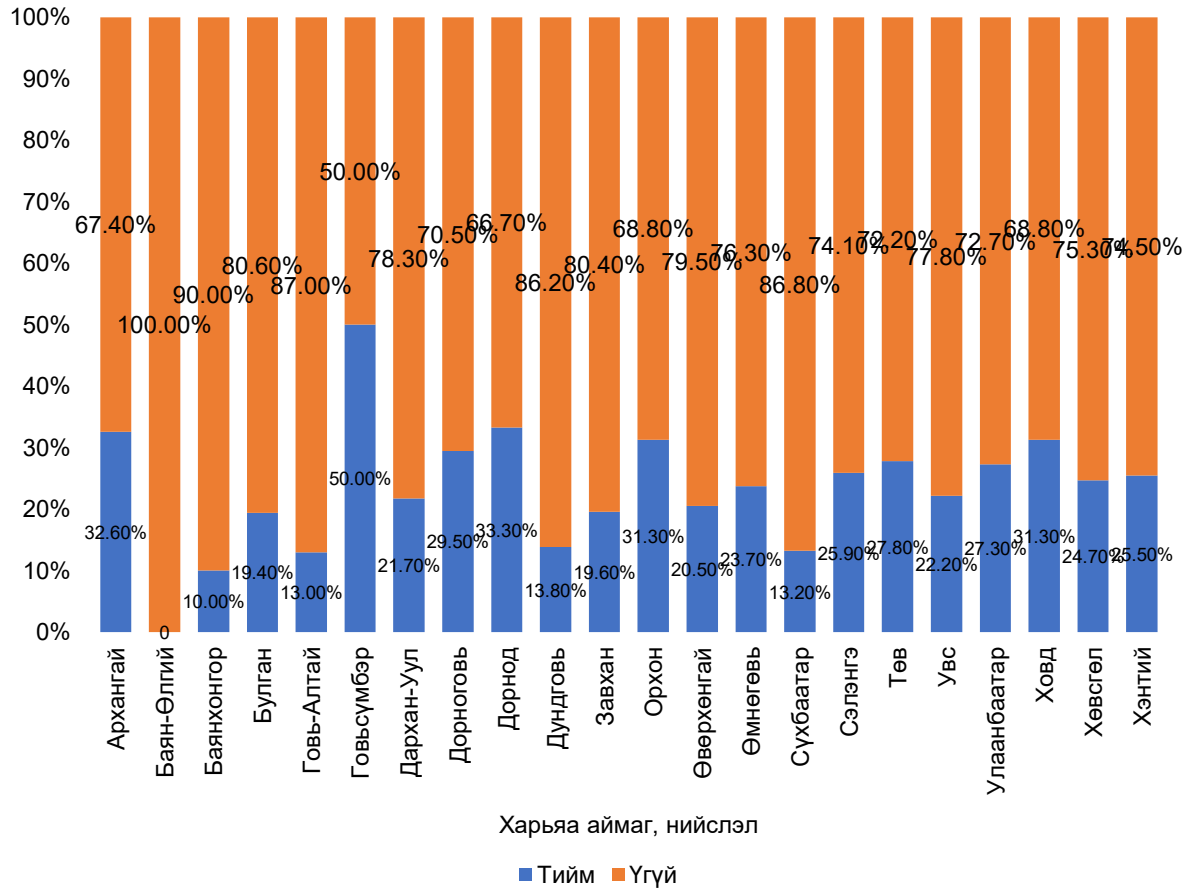
Зураг 31. Согтууруулах ундааны хэрэглээний давтамж, дамжаагаар

Сүүлийн 14 хоногийн хугацаанд согтууруулах ундаа хэрэглэсэн эсэхийг сургуулиар нь харьцуулан үзүүлэв. СЭЗИС-ийн оюутнуудын 40.0 хувь, Хүмүүнлэгийн ухааны их сургуулийн оюутнуудын 31.8 хувь, АШУҮИС-ийн оюутнуудын 32.8 хувь, Шихихутаг их сургуулийн оюутнуудын 31.7 хувь нь сүүлийн 14 хоног согтууруулах ундаа хэрэглэсэн, МУИС-ийн оюутнуудын 22.6%, МУБИС-ийн оюутнуудын 21.5 хувь, ШУТИС-ийн оюутнуудын 20.4 хувь, БХИС-ийн оюутнуудын 19.5 хувь, ХААИС-ийн оюутнуудын 18.1 хувь, СУИС болон ДХИС оюутнууд бүгд согтууруулах ундааг сүүлийн 14 хоногт хэрэглэсэн байна. Согтууруулах ундааны хэрэглээ болон аль сургуульд суралцаж буй нь хоорондоо статистик ач холбогдол бүхий хамааралтай байна (p=0.002).



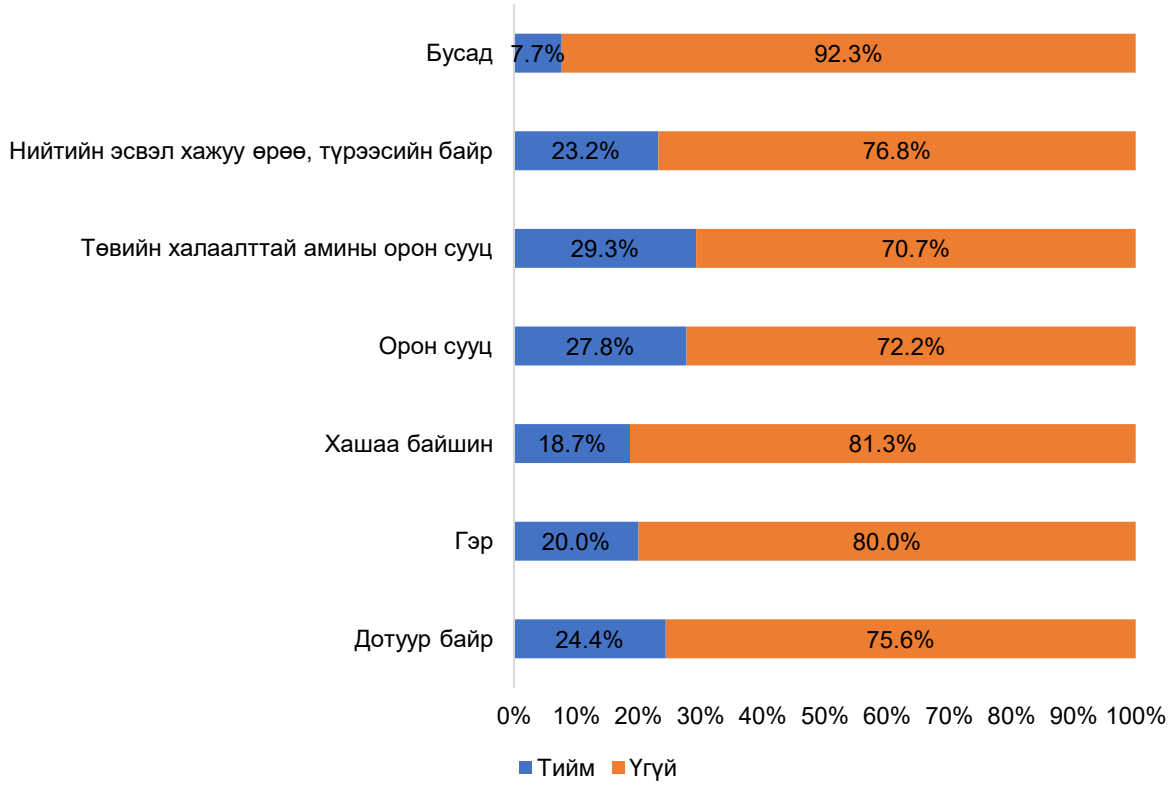
Зураг 32. Сүүлийн 14 хоногийн дотор согтууруулах ундаа хэрэглэсэн эсэх, суралцаж буй сургуулиар

Согтууруулах ундааг сүүлийн 14 хоногт хэрэглэсэн хувиар тэргүүлж буй аймаг нийслэлүүдэд Говьсүмбэр аймгийн оюутнуудын 50.0 хувь, Архангай аймгийн оюутнуудын 32.6 хувь байгаа бол дараах аймгуудын оюутнуудын Орхон (31.3%), Улаанбаатар (27.3%), Төв (27.8%), Дорноговь (29.5%), Хөвсгөл (24.7%), Сэлэнгэ (25.9%), Өмнөговь (23.7%), Дархан-Уул (21.7%), Булган (19.4%) тус бүр согтууруулах ундааг сүүлийн 14 хоног хэрэглэсэн байна. Харин Баянхонгор аймгийн оюутнуудын 10.0 хувь, Говь-Алтай аймгийн оюутнуудын 13.0 хувь, Сүхбаатар аймгийн оюутнуудын 13.2 хувь, Дундговь аймгийн оюутнуудын 13.8 хувь, Завхан аймгийн оюутнуудын 19.6 хувь, Булган аймгийн оюутнуудын 19.4 хувь нь сүүлийн 14 хоногийн дотор согтууруулах ундааг хэрэглэсэн байна. Оюутнуудын согтууруулах ундааны хэрэглээ харьяа аймаг, нийслэлээрээ статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.035).



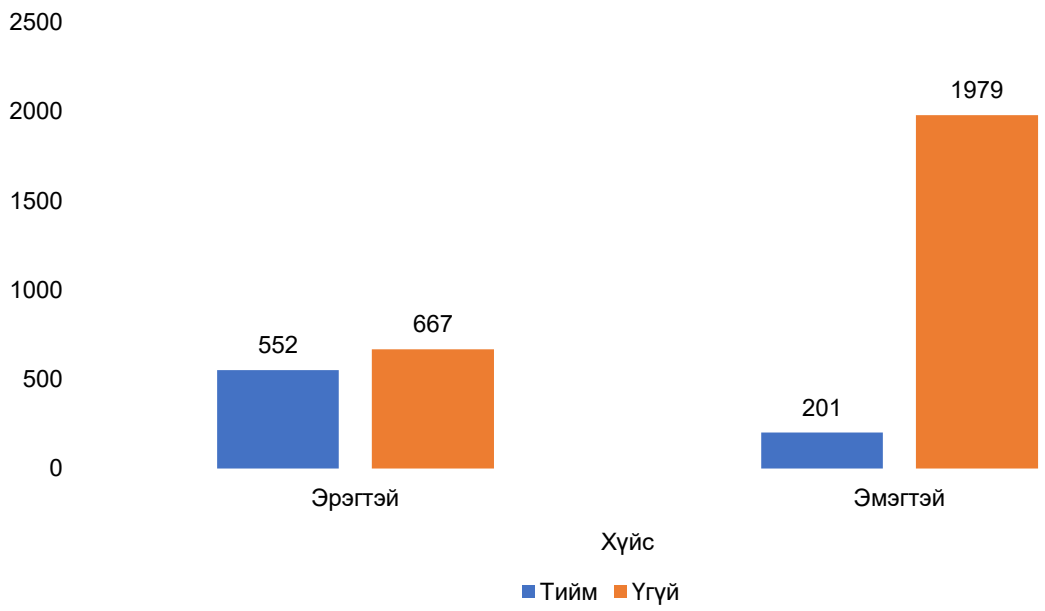
Зураг 33. Сүүлийн 14 хоногийн дотор согтууруулах ундаа хэрэглэсэн эсэх, харьяа аймаг, нийслэлээр

Төвийн халаалттай амины орон сууцанд амьдардаг оюутнуудын 29.3 хувь, орон сууцанд амьдардаг оюутнуудын 27.8 хувь, дотуур байранд амьдардаг оюутнуудын 24.4 хувь, нийтийн байранд амьдардаг эсвэл хажуу өрөө болон байр түрээсэлж амьдардаг оюутнуудын 23.2 хувь, гэрт амьдардаг оюутнуудын 20.0 хувь, хашаа байшинд амьдардаг оюутнуудын 18.7 хувь, бусад төрлийн сууцанд амьдардаг оюутнуудын 7.7 хувь нь сүүлийн 14 хоногийн дотор согтууруулах ундааг хэрэглэсэн байна. Ямар төрлийн сууцанд амьдардгаас шалтгаалан согтууруулах ундааны хэрэглээ ялгаатай байна (p=0.044).



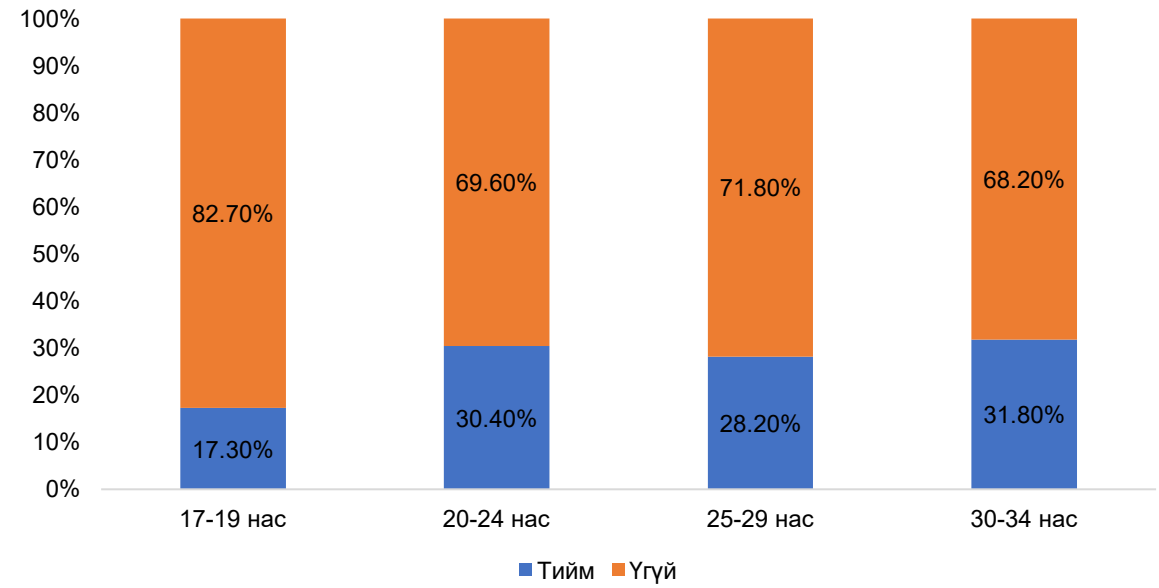
Зураг 34. Сүүлийн 14 хоногийн дотор согтууруулах ундаа хэрэглэсэн эсэх, сууцны төрлөөр

Судалгаанд оролцсон оюутнуудын 753 оюутан нь сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи татсан бөгөөд үүний 552 буюу 73.3 хувь нь эрэгтэй оюутнууд байв. Оюутнуудын энэхүү тамхины хэрэглээ нь хүйстэй статистикийн түвшинд ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.0001).



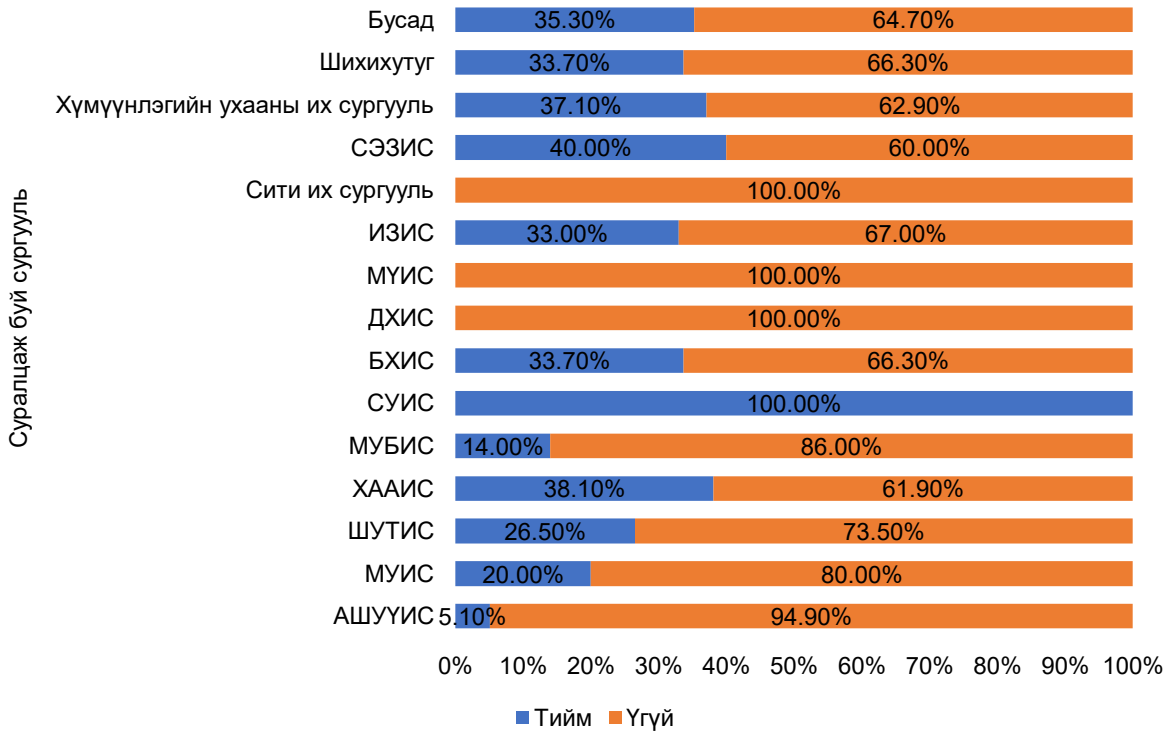
Зураг 35. Сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи хэрэглэсэн эсэх, хүйсээр

17-19 настай оюутнуудын 17.3 хувь, 20-24 настай оюутнуудын 30.4 хувь, 25-29 настай оюутнуудын 28.2 хувь, 30-34 настай оюутнуудын 31.8 хувь нь сүүлийн долоо хоног тамхи болон тамхин бүтээгдэхүүн хэрэглэсэн байна (p=0.0001). 30-34 насны оюутнуудын тамхины хэрэглээ нь хамгийн өндөр байгаа бөгөөд эсрэгээрээ 17-19 настай оюутнуудын тамхины хэрэглээ хамгийн бага байна.



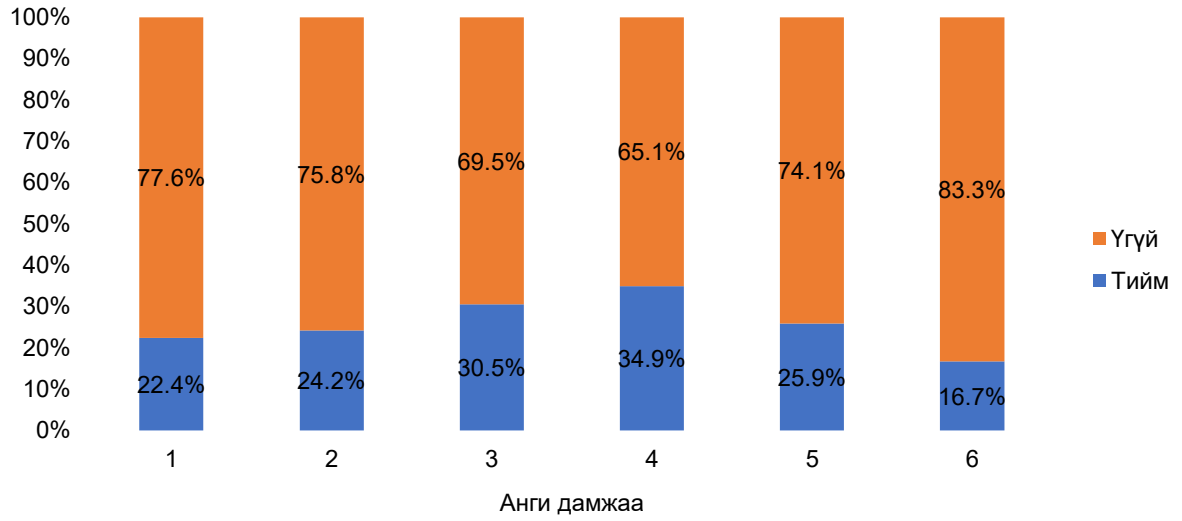
Зураг 36. Сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи хэрэглэсэн эсэх, насны бүлгээр

Сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи болон тамхи төст бүтээгдэхүүн хэрэглэсэн эсэхийг сургууль тус бүрд харьцуулан зураг 37-д үзүүлэв. СЭЗИС-ийн оюутнуудын 40.0 хувь, ХААИС-ийн оюутнуудын 38.1 хувь, ХУИС-ийн оюутнуудын 37.1 хувь, Шихихутаг их сургуулийн оюутнуудын 33.7 хувь, БХИС-ийн оюутнуудын 33.7 хувь, ИЗИС-ийн оюутнуудын 33.0 хувь, ШУТИС-ийн оюутнуудын 26.5 хувь, МУИС-ийн оюутнуудын 20.0 хувь, АШУҮИС-ийн оюутнуудын 10.0 хувь нь хэрэглэсэн бөгөөд суралцаж буй сургууль нь тамхи болон тамхи төст бүтээгдэхүүн хэрэглэсэн эсэхэд статистикийн хувьд ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.0001).



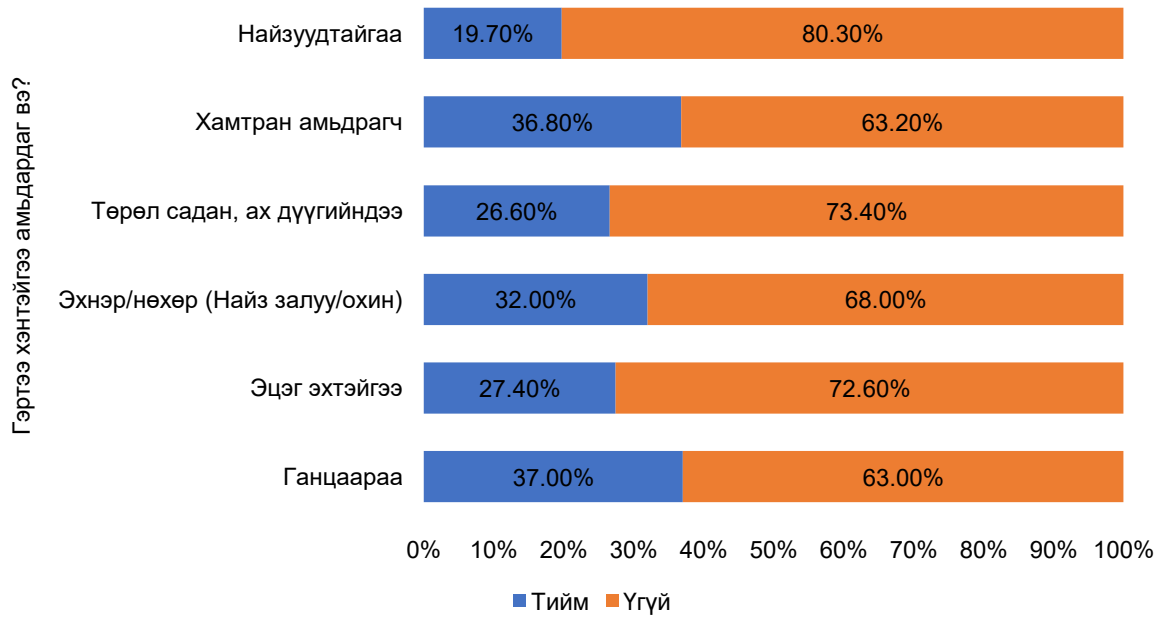
Зураг 37. Сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи хэрэглэсэн эсэх, суралцаж буй сургуулиар

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын дунджаар 25.8 хувь нь сүүлийн 7 хоногт тамхи болон тамхи төст бүтээгдэхүүн хэрэглэсэн байсан ба 4-р дамжааны оюутан (34.9%) болон 3-р дамжааны оюутнууд (30.5%) хамгийн өндөр хувьтай хэрэглэсэн байна. Эсрэгээр 6-р дамжааны оюутнуудын сүүлийн 7 хоногт тамхи хэрэглэсэн хувь нь (16.7%) хамгийн бага (p=0.0001) байлаа.



Зураг 38. Сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи хэрэглэсэн эсэх, дамжаагаар

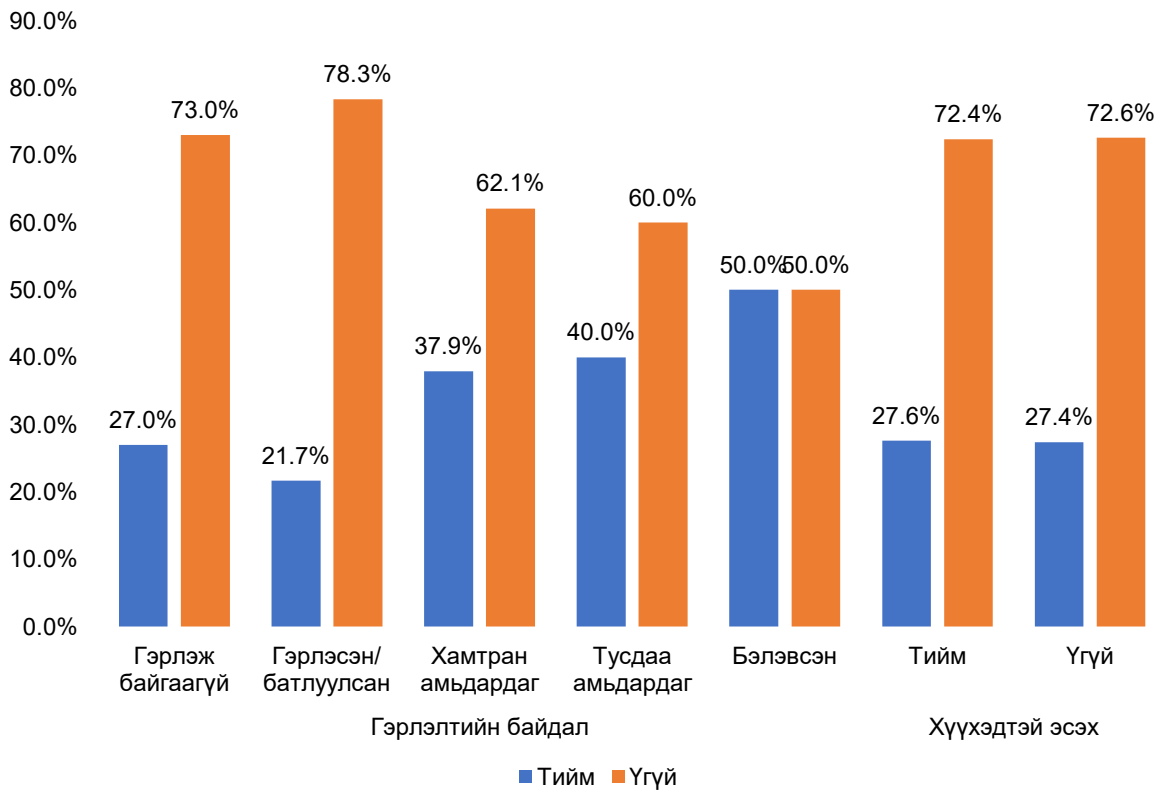
Ганцаараа амьдардаг оюутнуудын 37.0 хувь, хамтран амьдрагчтай оюутнуудын 36.8 хувь, эхнэр/нөхөр эсвэл найз залуу/охинтой хамт амьдардаг оюутнуудын 32.0 хувь харин төрөл садан, хамаатныдаа амьдардаг оюутнуудын 26.6 хувь, эцэг эхтэйгээ амьдардаг оюутнуудын 27.4 хувь, найзуудтайгаа амьдардаг оюутнуудын 19.7 хувь нь сүүлийн 7 хоногийн дотор тамхи болон тамхин бүтээгдэхүүнийг ямар нэгэн байдлаар хэрэглэсэн байна (p=0.004). Ганцаараа амьдардаг оюутнуудын тамхи хэрэглэсэн хувь нь бусдаасаа илүүтэй өндөр буй нь хэн нэгнээс хараат бус байдалтай нь холбоотой байж болох юм.



Зураг 39. Сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд тамхи хэрэглэсэн эсэх, гэртээ хэнтэй амьдардаг эсэхээр

Гэрлэлтийн байдлаар нь авч үзэхэд бэлэвсэн оюутнуудын 50.0 хувь, тусдаа амьдардаг оюутнуудын 40.0 хувь, хамтран амьдардаг оюутнуудын 37.9 хувь нь тамхи болон түүнтэй төстэй бүтээгдэхүүнийг сүүлийн 7 хоногийн хугацаанд хэрэглэсэн байна. Харин гэрлэсэн, гэрлэлтээ батлуулсан оюутнуудыг 21.7 хувь гэрлэж байгаагүй буюу ганц бие оюутны 27.0 хувь нь сүүлийн 7 хоногт тамхи, түүнтэй төстэй бүтээгдэхүүнийг хэрэглэсэн байна.

Сүүлийн 7 хоногийн тамхины хэрэглээг хүүхэдтэй эсэхтэй харьцуулан үзэхэд хүүхэдтэй оюутнуудын 27.6 хувь, хүүхэдгүй оюутнуудын 27.4 хувь нь тамхийг хэрэглэсэн бөгөөд статистик ач холбогдол бүхий ялгаа огт ажиглагдсангүй.



Зураг 40. Сүүлийн 7 хоног тамхи татсан эсэх, гэрлэлтийн байдал болон хүүхэдтэй эсэхээр

2.2.8. ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН БАЙДАЛ

Тогтвортой хөгжлийн үзэл баримтлалыг хэрэгжүүлснээр 2030 он гэхэд Монгол Улс ядуурлыг бууруулж, монгол хүний эрүүл, урт удаан амьдрах нөхцөлийг ханган дундаж наслалтыг 78-д хүргэнэ, хүний хөгжлийн өндөр үзүүлэлт бүхий улс орнуудын эгнээнд багтаж, эхний 70 орны нэг болно гэж тооцсон байгаа. Монгол улсын хүн амын тоо 2021 оны жилийн эцсийн байдлаар 3 сая 409.9 мянга болж, өмнөх оноос 52.4 мянган хүнээр буюу 1.6 хувиар өслөө. Нийт хүн амын 69.0 хувь нь хот суурин газар, 31.0 хувь нь хөдөө амьдарч байна. Хүн амын 49.1 хувийг эрэгтэйчүүд, 50.9 хувийг эмэгтэйчүүд эзэлж байгаа ба хүйсийн харьцаа буюу 100 эмэгтэйд ногдох эрчүүдийн тоо 97 байна.

2018 онд бүртгэгдсэн БЗДХ-ын нийт тохиолдлын 57.4 хувь нь эмэгтэй, 42.6 хувь нь эрэгтэйчүүд байна. Насны бүлгийн хувьд 12.5 хувь нь 15-19 нас, 26.7 хувь нь 20-24 нас, 23.3 хувь нь 25-29 нас, 15.3 хувь нь 30-34 нас, 9.2 хувь нь 35-39 нас, бусад насныхан 13 хувийг тус тус эзэлж байна[6]. 2019 онд бэлгийн замаар дамжих халдварын 17.9 мянган тохиолдол илэрч сүүлийн 10 жилийн дунджаас 2.5 мянга буюу 16.4 хувиар, өмнөх оноос 1.7 мянга буюу 10.8 хувиар өссөн байна[7]. Мөн 2018 оны байдлаар үр хөндөлтийн 15.822 тохиолдол бүртгэгдэж, 1 000 амьд төрөлтөд 204.0, нөхөн үржихүйн насны 1 000 эмэгтэйд 18.8 үр хөндөлт ногдож байна. Мөн хувийн эмнэлэгт хийгдсэн үр хөндөлт өмнөх оноос 389 тохиолдлоор буюу 10.6 хувиар өссөн байна. Үр хөндөлт хийлгэж буй эмэгтэйчүүдийг насны бүлгээр авч үзэхэд 20-оос доош насных 5.5 хувь, 20-34 насных 68.3 хувь, 35-аас дээш насны эмэгтэйчүүд 26.2 хувийг тус тус эзэлж байна[6]. 2019 оны эрүүл мэндийн статистик үзүүлэлтээр нөхөн үржихүйн насны 1000 эмэгтэйн 565 нь, 15-49 насны эмэгтэйчүүдийн 56.5 хувь нь ямар нэг жирэмслэлтээс сэргийлэх арга хэрэглэдэг байна[7].

2016 онд НҮБ-ын Хүн амын сан гэр бүл төлөвлөлтийн талаар хэд хэдэн судалгаа түүний дотор жирэмслэхээс сэргийлэх орчин үеийн эм хэрэгсэл, эх барихын ба нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн зайлшгүй шаардлагатай эмийн хүртээмж, гэр бүл төлөвлөлтийн тусламж үйлчилгээний нөхцөл байдлын дүн шинжилгээ, гэр бүл төлөвлөлтийн чанарын судалгаагаар охид залуусын хувьд 72 цагийн тариа буюу яаралтай жирэмслэлтээс сэргийлэх аргыг хамгийн их хэрэглэдэг байна. НҮБ-ын Хүн амын сангийн эдгээр судалгаанд үйлчилгээ үзүүлэгч, үйлчлүүлэгч, эрүүл

мэндийн тогтолцооны шийдвэр гаргагчдыг хамруулан гэр бүл төлөвлөлтийн талаарх цогц дүр зургийг тодорхойлсон нь шинээр томилогдсон төрийн албан хаагчдад нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд, гэр бүл төлөвлөлтийн талаар ухуулж ойлгуулахад тус дөхөм болж байна[18].

Мөн манай оронд эрэгтэйчүүдийг хамарсан нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн суурь судалгаа ховор бөгөөд 1998, 2003, 2007, 2017 онуудад хийгдсэн судалгаанд[6] гэр бүл төлөвлөлт, жирэмслэлтээс хамгаалах арга хэрэгсэл, ДОХ/БЗДХ-ын талаар асуумж авсан байгаа боловч, гол төлөв эмэгтэйчүүдийн хувьд дүгнэсэн байв. Үүнээс үүдэн нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн тулгамдсан асуудлууд болох үргүйдэл, цэвэршилт, эрчүүдийн бэлгийн болон нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн асуудал олон жил орхигдсон хэвээр байна. Иймээс өсвөр үеийнхэн болон эрчүүдэд чиглэсэн сургалт, судалгаа хийх зайлшгүй шаардлагатай байна. Нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн асуудалд дан ганц эмэгтэйчүүдийн оролцоо бус, эрчүүдийн оролцоо, тэдний гэр бүл төлөвлөлтийн үүрэг хариуцлагыг нэмэгдүүлэх шаардлагатай байна.

Энэхүү судалгаагаар оюутан залуусын эрүүл мэндэд нөлөөлж буй эрсдэлт хүчин зүйлсийг тодорхойлохоос гадна суурь өвчлөл болон ерөнхий үзлэг, бэлгийн замаар дамжих зарим халдварт өвчнийг илрүүлэхийг зорилоо.

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын эрүүл мэндийн байдлыг судлахад 56.1 хувь нь шүд цоорох, 4.4 хувь нь таргалалттай, 5 хувь нь сэтгэл гутрал, сэтгэл түгшилттэй, 1 хувь нь артерийн даралт ихсэх, 0.5 хувь нь уушгины архаг бөглөрөлт өвчин, 0.4 хувь нь хавдар, 0.5 хувь нь элэгний өөхлөлт, 0.1 хувь нь чихрийн шижингээр тус тус өвдөж байжээ. Харин 30.1 хувь нь эдгээр өвчнөөр өвдөж байгаагүй гэж хариулсан байна (Зураг 41).



Зураг 41. Оюутнуудын өвчлөлийн байдал

Бэлгийн замаар дамжих халдвар

Бид судалгаанд оролцогч нийт оюутнуудаас гадна их сургуульд суралцаж буй 460 эрэгтэй оюутнуудаас гэр бүл төлөвлөлт, нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн талаарх мэдлэг, хандлагыг судаллаа.

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын бэлгийн замаар дамжих халдвараас сэргийлэх аргын талаар судлахад 79.8 хувь нь бэлгэвч хэрэглэх, 10.1 хувь нь нэг хамтрагчтай байх, 8.6 хувь нь мэдэхгүй хэмээн хариулжээ.

Судалгаанд нийт 460 эрэгтэй оюутнууд хамрагдсанаас оролцогчдын насны дундаж нь 20.03 байлаа. Насны бүлгээр авч үзэхэд 59.3% нь 18-20 нас, 40.7% нь 21-24 насны оюутнууд байв. Судалгаанд оролцогчдыг нас болгоны эзлэх хувь болон гадаад судалгаанууд дээр үндэслэн насыг 18-20 болон 21-24 болгон ангилсан. Судалгаанд оролцогчдын 76.5% нь бэлгийн харьцаанд орсон, 23.5% нь бэлгийн харьцаанд ороогүй байв.

Гэрлэлтийн байдлыг авч үзвэл, 60.4 хувь нь ганц бие, 28.9 хувь нь хүнтэй үерхдэг, 4.6 хувь нь гэрлэсэн, 6.1 хувь нь салсан оюутнууд байв. Хүснэгт 6-д судалгаанд оролцсон эрэгтэй оюутнуудын нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэгийг бэлгийн харьцаанд орсон болон ороогүй бүлгүүдээр харьцуулан харуулав.

Хүснэгт 6. Судалгаанд оролцогчдын нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэг

Үзүүлэлт	Бэлгийн харьцаанд орсон бүлэг	Бэлгийн харьцаанд ороогүй бүлэг	P утга
Эмэгтэй хүн анх удаа бэлгийн харьцаанд ороод жирэмсэлж болно			
Тийм	241 (68.5)	65 (60.2)	0.023*
Үгүй	49 (13.9)	11 (10.2)	
Мэдэхгүй	62 (17.6)	32 (29.6)	
Биеийн юмны мөчлөгийн дунд үед эмэгтэй хүн бэлгийн харьцаанд орвол жирэмсэлнэ			
Үгүй	69 (19.6)	14 (13)	
Мэдэхгүй	109 (31)	55 (50.9)	
Охидын биений юм 15-18 настайд ирдэг			
Тийм	80 (22.7)	25 (23.1)	0.284
Үгүй	180 (51.1)	47 (43.5)	
Мэдэхгүй	92 (26.1)	36 (33.3)	
Охидын биений юм 3-5 хоногийн хугацаагаар ирдэг			
Үгүй	73 (20.7)	16 (14.8)	
Мэдэхгүй	74 (21)	44 (40.8)	

*Тайлбар: * p<0.05* статистик ач холбогдолтой

Бэлгийн харьцаанд орсон ба ороогүй бүлгийн эрэгтэй оюутнуудын аль аль нь “эмэгтэй хүн анх удаа бэлгийн харьцаанд ороод жирэмсэлж болно” гэж 60-аас дээш хувь нь хариулжээ. “Биеийн юмны мөчлөгийн дунд үед эмэгтэй хүн бэлгийн харьцаанд орвол жирэмсэлнэ” гэж бэлгийн харьцаанд орсон оролцогчдын тал хувь нь, ороогүй бүлгийн 36.1 хувь нь боддог байна. Жирэмслэлтийн талаарх мэдлэг бэлгийн харьцаанд орсон эрэгтэй оюутнуудын бүлэгт ороогүй бүлгээс статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байв. Охидын сарын тэмдэг ирэх нас болон дундаж хугацааны талаарх мэдлэг эдгээр 2 бүлэгт хангалттай сайн биш байлаа.

Оролцогчдын нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэг тодорхойлох асуултуудад хариулсан байдлаас харахад мэдлэгийн ялгаа бэлгийн харьцаанд орсон ба ороогүй бүлгийн хувьд охидын сарын тэмдэг ирэх наснаас бусад үзүүлэлтүүд статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна.

Хүснэгт 7. Судалгаанд оролцогчдын жирэмслэлтээс сэргийлэх аргын талаарх мэдлэг

Үзүүлэлт	Бэлгийн харьцаанд орсон бүлэг	Бэлгийн харьцаанд ороогүй бүлэг	P утга
Насны бүлэг			
18-20	186 (68.1)	87 (31.9)	0.001*
21-24	166 (88.8)	21 (11.2)	
Жирэмслэлтээс хамгаалах эм гаж нөлөө ихтэй			
Тийм	210 (59.7)	50 (46.3)	0.042*
Үгүй	16 (4.5)	5 (4.6)	
Мэдэхгүй	126 (35.8)	53 (49.1)	
Бэлгэвч БЗХӨ*-өөс сэргийлж чадна			
Тийм	321 (91.2)	85 (78.7)	0.001*
Үгүй	17 (4.8)	9 (8.3)	
Мэдэхгүй	14 (4)	14 (13)	
Тохиолдлын бэлгийн хавьталд бэлгэвч тохиромжтой			
Тийм	332 (94.3)	92 (85.2)	0.002*
Үгүй	3 (0.9)	0 (0)	
Мэдэхгүй	17 (4.8)	16 (14.8)	
Тарилгыг 2 юмуу 3 сард нэг удаа хийлгэснээр жирэмслэлтээс хамгаалдаг			
Тийм	50 (14.2)	13 (12)	0.313
Үгүй	17 (4.8)	2 (1.9)	
Мэдэхгүй	285 (81)	93 (86.1)	
Жирэмслэлтээс хамгаалах эм нь өдөр бүр ууж хэрэглэснээр жирэмслэлтээс хамгаалдаг			
Тийм	88 (25)	20 (18.5)	0.021*
Үгүй	68 (19.3)	12 (11.1)	
Мэдэхгүй	196 (55.7)	76 (70.4)	
Хуанли хөтлөх арга нь жирэмслэх магадлалтай өдөр бэлгийн харьцаанд орохоос зайлсхийх арга			
Тийм	223 (63.4)	54 (50)	0.026*
Үгүй	19 (5.4)	5 (4.6)	
Мэдэхгүй	110 (31.2)	49 (45.4)	
ЯУЖСЭ (72 цагийн эм) бэлгийн харьцаанд орсны дараа ууж жирэмслэлтээс хамгаална			
Тийм	193 (54.7)	36 (33.3)	0.001*
Үгүй	34 (9.8)	12 (11.1)	
Мэдэхгүй	125 (35.5)	60 (55.6)	
Таны хувьд ЖСА хэрэгслүүдээс аль нь хамгийн тохиромжтой гэж үздэг вэ?			
Бэлгэвч	300 (85.2)	88 (81.5)	0.051
Эм	5 (1.4)	0 (0)	
72 цагийн эм	2 (0.6)	2 (1.9)	
Хуанли хөтлөх	15 (4.3)	4 (3.7)	
Суулгац	19 (5.4)	5 (4.6)	
Ерөндөг	3 (0.9)	0 (0)	
Бусад (Гадуур тавих,эрэгтэй, эмэгтэй стерилизаци, гель хэрэглэх)	8 (2.3)	9 (8.3)	

*Тайлбар: *p<0.05* статистик ач холбогдолтой; БЗХӨ* бэлгийн замын халдварт өвчин; ЯУЖСЭ* яаралтай ууж жирэмслэлтээс сэргийлэх эм

Судалгааны дүнгээс харахад ЖСА хэрэгслийн талаарх мэдлэг тодорхойлох асуултуудад хариулсан байдал бэлгийн харьцаанд орсон ба ороогүй бүлэгт ихэнх үзүүлэлтүүдийн хувьд статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна. Тухайлбал, бэлгийн харьцаанд орсон оролцогчдын 91.2 хувь нь бэлгэвч БЗХӨ-өөс сэргийлж чадна гэж хариулсан бол ороогүй бүлгийн 13 хувь нь мэдэхгүй хэмээн хариулжээ. Бэлгэвчнээс бусад жирэмслэлтээс сэргийлэх аргууд (тарилга, жирэмслэлтээс хамгаалах эм, хуанли хөтлөх, ЯУЖСЭ)-ын талаарх оролцогчдын мэдлэг бэлгийн харьцаанд орсон ба ороогүй бүлэгт хоёуланд нь маш хангалтгүй байна (Хүснэгт 7).

Хүснэгт 8. Бэлгийн харьцаанд орсон ба ороогүй бүлгийн нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэгийг үнэлсэн онооны харьцуулалт

Үзүүлэлт	Мэдлэгийн түвшин			P утга
	Хангалттай (10 дээш оноо)	Дунд зэрэг (7-9 оноо)	Хангалтгүй (6 доош оноо)	
Насны ангилал				
18-20	12 (4.4)	111 (40.7)	150 (54.9)	0.001*
21-24	18 (9.6)	97 (51.9)	72 (38.5)	
Бэлгийн харьцаанд орж байсан бүлэг	27 (7.7)	168 (47.7)	157 (44.6)	0.01*
Бэлгийн харьцаанд орж байгаагүй бүлэг	3 (2.8)	40 (37)	65 (60.2)	

*Тайлбар: *p<0.05* статистик ач холбогдолтой

Бэлгийн харьцаанд орсон ба ороогүй хоёр бүлгийн нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэгийг оноожуулан харьцуулахад бэлгийн харьцаанд орсон бүлгийн 7.7% нь сайн, 47.7% нь дунд, 44.6% нь мэдлэгийн түвшин доогуур байсан бол бэлгийн харьцаанд ороогүй бүлгийн 2.8% нь сайн, 37% нь дунд, 60.2% нь мэдлэгийн түвшин доогуур байв (p=0.001).

Судалгаанд оролцогчдыг насны 2 бүлгийн нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэгийг оноожуулан харьцуулахад 18-20 насны бүлгийн 4.4% нь сайн, 40.7% нь дунд, 54.9% нь мэдлэгийн түвшин доогуур байсан бол 21-24 насны бүлгийн 9.6% нь сайн, 51.9% нь дунд, 38.5% нь мэдлэгийн түвшин доогуур байв (p= 0.01) (Хүснэгт 8).

Хүснэгт 9. Судалгаанд оролцогчдын мэдлэгийн түвшинг суралцаж буй сургуультай нь харьцуулсан байдал

Үзүүлэлт	Мэдлэгийн түвшин			P утга
	Хангалттай (10 дээш оноо)	Дунд зэрэг (7-9 оноо)	Хангалтгүй (6 доош оноо)	
Сургууль				
АШУҮИС	8 (10.4)	50 (64.9)	19 (24.7)	0.005*
МУИС	5 (6.7)	43 (58.1)	26 (35.2)	
ШУТИС	2 (4.1)	24 (49)	23 (46.9)	
ХААИС	3 (5.8)	22 (42.3)	27 (51.9)	
БХҮИС	3 (3.4)	28 (32.2)	56 (64.4)	
ДХИС	9 (7.4)	41 (33.9)	71 (58.7)	

*Тайлбар: *p<0.05* статистик ач холбогдолтой

Судалгаанд оролцогчдын мэдлэгийн түвшинг суралцдаг сургуультай нь харьцуулбал хангалттай оноо авсан суралцагчдын эзлэх хувиараа (10.4) мэргэжлийн сургууль буюу АШУҮИС байна. Судалгаанд оролцогчдын нөхөн үржихүйн дадал хэвшлийг насны бүлгээр ангилан хүснэгт 9-д харуулав.

Хүснэгт 10. Судалгаанд оролцогчдын нөхөн үржихүйн дадал хэвшил

Үзүүлэлт	18-20 нас		21-24 нас	
	n	%	n	%
Анхны бэлгийн харьцаанд ороxдоо төлөвлөсөн				
Тийм	61	27.5	67	39.9
Үгүй	161	72.5	101	60.1
Анх бэлгийн харьцаанд ороxдоо *ЖСА хэрэглэсэн				
Тийм	116	50.9	90	53.3
Үгүй	85	37.3	67	39.6
Мэдэхгүй	27	11.8	12	7.1
Одоо бэлгийн харьцаанд ороxдоо *ЖСА хэрэглэдэг				
Тийм	189	81.8	143	84.6
Үгүй	20	8.7	12	7.1
Мэдэхгүй	22	9.5	14	8.3
Согтууруулах ундаа хэрэглэсэн үедээ бэлгийн харьцаанд орж байсан				
Тийм	66	28.2	87	50.6
Үгүй	153	65.4	74	43
Мэдэхгүй	15	6.4	11	6.4
Тохиолдлын бэлгийн харьцаанд ороxдоо *ЖСА хэрэглэдэг				
Тийм	118	56.5	113	72.4
Үгүй	43	20.5	20	12.8
Мэдэхгүй	48	23	23	14.8
Хэн нэгэнд мөнгө өгч бэлгийн харьцаанд орж байсан				
Тийм	7	2.6	6	3.2
Үгүй	249	91.2	171	91.4
Мэдэхгүй	17	6.2	10	5.4

*Тайлбар: *p<0.05*статистик ач холбогдолтой, *ЖСА-жирэмслэлтээс сэргийлэх арга

Судалгаанд оролцсон 18-20 насны оюутнуудын 72.5 хувь нь, 21-24 насны оюутнуудын 60.1 хувь нь анхны бэлгийн харьцаанд төлөвлөгөөгүй буюу

санамсаргүй орсон ч талаас илүү хувь нь ямар нэг жирэмслэлтээс хамгаалах арга хэрэглэсэн байна. Мөн насны бүлгүүдийн аль алинд нь хамрагдах оролцогчдын 80-аас дээш хувь нь одоо бэлгийн харьцаанд орохдоо ЖСА хэрэглэдэг хэмээн хариулжээ.

Согтууруулах ундаа хэрэглэсэн үедээ бэлгийн харьцаанд орж байсан гэж 18-20 насны бүлгийнхний 28.2 хувь нь, 21-24 насны бүлгийн 50.6 хувь нь тус тус хариулсан байна. Нөхөн үржихүйн дадал хэвшил тодорхойлох асуумжуудад хариулсан байдлыг насны бүлгээр харьцуулж үзвэл 21-24 насны бүлгийн дадал, хэвшил 18-20 насныхаас илүү сайн байна. Гэхдээ тэд 18-20 насны бүлэгтэй харьцуулахад согтууруулах ундаа хэрэглэсэн үедээ бэлгийн харьцаанд орох байдал 22.4 хувиар илүү байна (Хүснэгт 10).

Хүснэгт 11. Судалгаанд оролцогчдын нөхөн үржихүйн эрүүл мэнддээ хандах хандлага

Үзүүлэлт	Насны бүлэг		
	18-20	21-24	P утга
Эцэг эхтэйгээ бэлгийн харьцаа,ирээдүйд гэр бүлтэй болох талаар ярилцдаг			
Тийм	99 (36.3)	80 (42.8)	0.132
Үгүй	163 (59.7)	95 (50.8)	
Мэдэхгүй	11 (4)	12 (6.4)	
Маш ховор	75 (27.5)	60 (32.1)	0.594
Маш ойрхон	11 (4)	9 (4.8)	
Сардаа	32 (11.7)	26 (13.9)	
Жилдээ	25 (9.2)	17 (9.1)	
Тодорхой мэдэхгүй	130 (47.6)	75 (40.1)	
Таны хувьд эцэг эхтэйгээ дээрх асуудлын талаар ярилцах нь хэр чухал гэж боддог			
Маш чухал	57 (20.9)	45 (24.1)	0.081
Чухал	108 (39.6)	84 (44.9)	
Чухал биш	27 (9.9)	17 (9.1)	
Огт чухал биш	27 (9.9)	6 (3.2)	
Мэдэхгүй	54 (19.8)	35 (18.7)	
Байнгын, тогтвортой бэлгийн харьцаанд бэлгэвч тохиромжтой			
Тийм	163 (59.8)	103 (55.1)	0.114
Үгүй	55 (20.1)	53 (28.3)	
Мэдэхгүй	55 (20.1)	31 (16.6)	
Бэлгэвч худалдаж авах нь эвгүй, тааламжгүй санагддаг			
Тийм	83 (30.4)	29 (15.5)	0.001*
Үгүй	136 (49.8)	130 (69.5)	
Мэдэхгүй	54 (19.8)	28 (15)	

Эмэгтэй хүн хамтрагчдаа бэлгэвч хэрэглэхийг санал болгох нь, түүнд итгэхгүй байна гэсэн үг.			
Тийм	39 (14.3)	24 (12.8)	0.449
Үгүй	167 (61.2)	125 (66.8)	
Мэдэхгүй	67 (24.5)	38 (20.4)	
Бэлгийн харьцааны үед бэлгэвч дур хүслийг бууруулдаг			
Тийм	119 (43.6)	97 (51.9)	0.001*
Үгүй	49 (17.9)	50 (26.7)	
Мэдэхгүй	105 (38.5)	40 (21.4)	
Гэр бүл болоогүй хосууд бэлгийн харьцаанд ороходоо бэлгэвч хэрэглэх ёстой			
Тийм	202 (74)	136 (72.7)	0.866
Үгүй	21 (7.7)	17 (9.1)	
Мэдэхгүй	50 (18.3)	34 (18.2)	

*Тайлбар: *p<0.05* статистик ач холбогдолтой

Судалгаанд оролцогчдын нөхөн үржихүйн эрүүл мэнддээ хандах хандлагыг авч үзэхэд эцэг эхтэйгээ бэлгийн харьцаа, ирээдүйд гэр бүлтэй болох талаар ярилцдаг асуумжид 56.1% нь үгүй гэж хариулсан байв.

Оролцогчид таны хувьд эцэг эхтэйгээ дээрх асуудлын талаар ярилцах нь чухал гэж боддог гэсэн асуумжид 22.2% нь маш чухал, 192% нь чухал, 9.6% нь чухал биш гэж хариулсан байв. (Хүснэгт 11).

Хүснэгт 12. Судалгаанд оролцогчдын гэр бүл төлөвлөлтийн талаарх ойлголт

Үзүүлэлт	Насны бүлэг		
	18-20	21-24	P утга
Хэзээ, хэдэн хүүхэдтэй болох тухайгаа эхнэр /найз охинтойгоо/ ярилцдаг			
Тийм	155 (56.8)	129 (69)	0.01*
Үгүй	79 (28.9)	32 (17.1)	
Мэдэхгүй	39 (14.3)	26 (13.9)	
Ямар нөхцөл бүрдсэн үед хүүхэдтэй болох			
Их сургуулиа төгсөөд	27 (9.9)	17 (9.1)	0.22
Тогтсон ажилтай болоод	144 (52.7)	105 (56.1)	
Байр машинтай болоод	69 (25.3)	34 (18.2)	
Бусад	33 (12.1)	31 (16.6)	
Хэзээ, хэдэн хүүхэдтэй болохоо хосууд ярилцах нь зөв			
Тийм	254 (93)	170 (90.9)	0.343
Үгүй	8 (3)	4 (2.1)	
Мэдэхгүй	11 (4)	13 (7)	
Төрөөс хүн амын хөгжлийн талаар баримтлах бодлого явуулдаг гэдгийг мэддэг			
Тийм	109 (39.9)	83 (44.4)	0.55
Үгүй	86 (31.5)	51 (27.3)	
Мэдэхгүй	78 (28.6)	53 (28.3)	
Хэдэн насандаа хэдэн жилийн давтамжтай төрөхийг төрөөс дэмжих талаар сонсож байсан			
Тийм	61 (22.3)	47 (25.1)	0.376

Үгүй	161 (59)	114 (61)	
Мэдэхгүй	51 (18.7)	26 (13.9)	
Хүсээгүй жирэмслэлт, үр хөндөлт өсвөр үе, залуучуудын дунд хэр их байна			
Их	208 (76.2)	149 (79.7)	0.678
Бага	12 (4.4)	7 (3.7)	
Мэдэхгүй	53 (19.4)	31 (16.6)	

*Тайлбар: *p<0.05* статистик ач холбогдолтой

Судалгаанд оролцогчдын гэр бүл төлөвлөлтийн талаарх ойлголтыг авч үзэхэд оролцогчдын 61.7% нь эхнэр, найз охинтойгоо хэдэн хүүхэдтэй болох тухайгаа ярилцдаг гэж хариулсан байв. Оролцогчид хэзээ, хэдэн хүүхэдтэй болохоо хосууд ярилцах нь зөв үү? гэсэн асуумжид 92.2% нь тийм гэж хариулсан. Ямар нөхцөл бүрдсэн үед гэр бүлтэй болох вэ? гэсэн асуумжид 9.5% нь их сургуулиа төгсөөд, 54.1% нь тогтсон ажилтай болоод, 22.4% нь байр, машинтай болсны дараа гэж хариулсан байна (Хүснэгт 12).

Сэтгэцийн эрүүл мэнд

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусаас сэтгэл гутралтай эсэхийг судлахад 38.3 хувь нь сэтгэл гутралгүй, 33.4 хувь нь сэтгэл гутралтай, 28.3 хувь нь мэдэхгүй хэмээн хариулжээ. Сэтгэл гутралд өртсөн оюутнуудаас мэргэжлийн эмчид 8.7 хувь нь хандаж зөвлөгөө авч байсан бол 91.3 хувь мэргэжлийн эмчид хандаж байгаагүй байна.

Та өөрийгөө сэтгэл түгшилттэй гэж боддог уу? гэсэн асуултад судалгаанд оролцогчдын 45.4 хувь нь үгүй, 54.6 хувь нь тийм гэж хариулжээ.

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 44.9 хувьд нь нуруу, гуя, шилбээр нь дамжиж өвддөг, 55.1 хувьд нь ийм шинж тэмдэг илрээгүй байна. Танай дамжааны хэн нэг нь хар тамхи, мансууруулах бодис хэрэглэж байсан уу? гэсэн асуултад судалгаанд оролцогчдын 11.4 хувь нь тийм, 88.6 хувь нь үгүй хэмээн хариулсан байна.

Илүүдэл жин ба таргалалт

Халдварт бус өвчний хоёрдогч эрсдэлт хүчин зүйлийн нэг нь таргалалт, илүүдэл жин юм. ДЭМБ-ын хамгийн сүүлийн мэдээллээр дэлхий дээрх илүү жинтэй хүний тоо хоёр тэрбум хүрээд байгаа бөгөөд эрдэмтдийн тооцоолж байгаагаар 2025 онд энэ тоо хоёр дахин өсөх магадлалтай байна. Таргалалт нь зүрх судасны өвчин, даралт ихсэх, чихрийн шижин, нойрон дунд амьсгал зогсох зэрэг аюултай

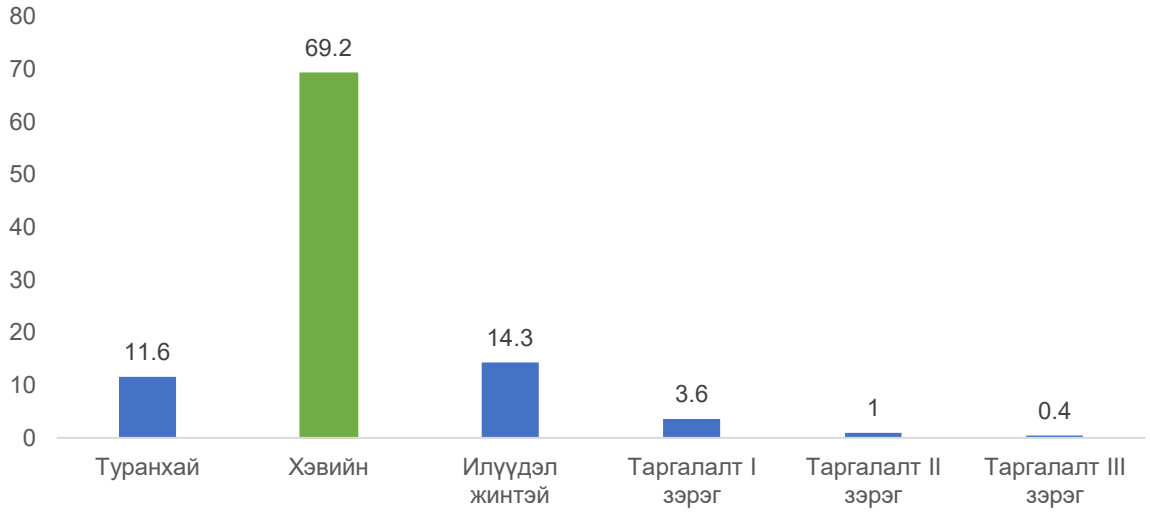
өвчний суурь болдог. Хэт таргалах нь дэлхий нийтийн анагаах ухаанд анхаарал татсан асуудал болоод байгаа бөгөөд эмэгтэйчүүдийн 50 хувь, эрэгтэйчүүдийн 30 хувь, хүүхдүүдийн 12 хувь нь энэ өвчинд нэрвэгдээд байна.

Бодисын солилцооны удаашралтай холбоотойгоор арьсан доорх өөхлөг болон бусад эдэд илүүдэл хэмжээгээр өөх хуримтлагдаж, биеийн жин нэмэгдэхийг **таргалалт** гэнэ. Хүн өөрийн ажлын ачаалалд тохирсон илчлэгийн хэмжээнээсээ илүү хоол хэрэглэснээс үндсэндээ таргалалт үүсдэг. Хүн төрөлхтний чимээгүй тахал хэмээн нэрлэгдэж, сүүлийн үед мэргэжилтнүүдийн санааг ихээр зовоож байгаа асуудал юм. Жин нэмээд байна гэдэг нь илүү калори авах, энерги зарцуулалт бага байхаас шалтгаалж үүсдэг. Өөрөөр хэлбэл биед үүсэж буй өөхний хэт их хуримтлал юм.

Судалгааны хүн амын дунд илүүдэл жин ба таргалалтын түвшинг тогтоохдоо антропометрийн хэмжилт хийх арга зүйг ашиглан биеийн жин, өндөр, бүсэлхийн тойргийн хэмжээг тогтоолоо.

Судалгаанд хамрагдсан нийт оюутан залуусын биеийн дундаж жин 61.8кг, өндрийн дундаж хэмжээ 166.2 см, эрэгтэйчүүдийн биеийн дундаж жин 67.1 кг, өндөр нь 173.2 см, эмэгтэйчүүдийн биеийн дундаж жин 58.5 кг, өндөр нь 161.8 см байна. Насны бүлгээр авч үзвэл 17-19 хүртэлх насны эрэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 65.3 (12.4) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 173.2 (±7.16) см, эмэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 57.4 (±9.7) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 161.9 (±6.0) см, 20-24 насны эрэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 69.4 (±12.9) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 173.5 (±6.74) см, эмэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 60.2 (±11.9) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 162.1 (±6.1) см, 29-30 насны эрэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 82.3 (±16.2) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 171.8 (±5.5) см, эмэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 65.3 (±11.9) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 157 (±8.1) см, 30-34 насны эрэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 79.9 (±12.9) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 171.12 (±5.19) см, эмэгтэйчүүдийн дундаж биеийн жин 67.7 (±12.9) кг, өндрийн дундаж үзүүлэлт 160.2 (±3.9) см байв. Судалгаанд оролцогчдын 11.6 хувь нь жингийн дутагдалтай, 69.2 хувь нь хэвийн, 14.3 хувь нь жингийн илүүдэлтэй, 3.6 хувь нь таргалалтын 1 зэрэг, 1 хувь нь

таргалалтын 2 зэрэг, 0.4 хувь нь 3 дугаар зэргийн таргалалттай байна (Зураг 42).



Зураг 42. Судалгаанд оролцогчдын биеийн жингийн индексийн үзүүлэлт

Биеийн жингийн индексийн дундаж хэмжээ 22.3 (±3.94) (95% CI 14.0-83.0) эрэгтэйчүүдэд 22.32 (±3.99) (95% CI 14.8-45.0), эмэгтэйчүүдэд 22.34 (±3.92) (95% CI 14.36-83.0) байна. Биеийн жингийн дундаж хэмжээ насны бүлэг, хүйсийн хувьд ялгаатай байна (p=0.0001).

Хүснэгт 13. Биеийн жингийн индексийн дундаж үзүүлэлт, нас, хүйсээр

Үзүүлэлт	Эрэгтэй				Эмэгтэй				Нийт				P утга
	n	Дундаж	95%CI		n	Дундаж	95%CI		n	Дундаж	95%CI		
			lower	upper			lower	upper			lower	upper	
17-19 нас	772	21.73	14.79	43.95	1395	21.9	14.4	62	2167	21.9	14.4	62	
20-24 нас	431	22.9	15.06	45	781	22.8	14	45	1212	23	14	45	
25-29 нас	15	27.3	19.84	35.99	25	26.7	17.7	37.4	40	26.5	17.7	37.4	0.0001
30-34 нас	17	27.3	20.9	35.22	25	28.5	18.1	83	44	28.1	18.1	83	
Дүн	1235	22.32	14.8	45	2226	22.3	14.36	83	3463	22.3	14	83	

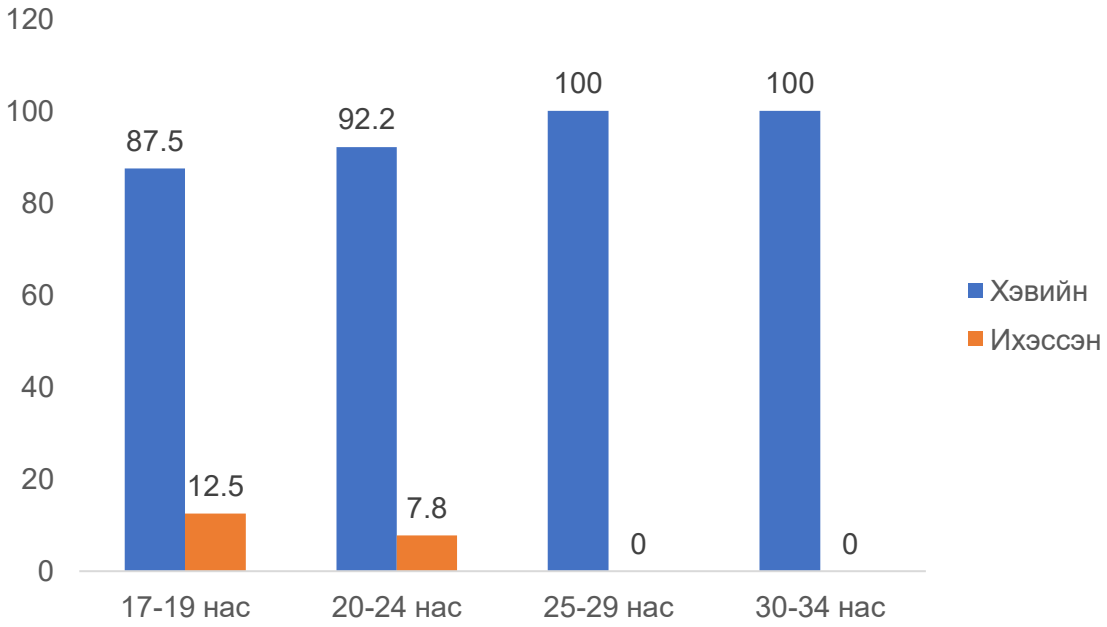
Биеийн жингийн дундаж хэмжээ нас ахих тусам нэмэгдэх хандлагатай байна. 17-19 насны оюутнуудын биеийн жингийн дундаж үзүүлэлт 21.9, 71.8 хувь нь хэвийн жинтэй байсан бол 30-34 насны оюутнуудын биеийн жингийн дундаж үзүүлэлт 28.1, 4.5 хувь нь таргалалтын 3 дугаар зэрэгтэй болж нас ахих тусам биеийн жингийн индекс нэмэгдэж байна. (p=0.0001) (Хүснэгт 14).

Хүснэгт 14. Биеийн жингийн индексийн дундаж үзүүлэлт, насаар

Үзүүлэлт	Туранхай		Хэвийн		Илүүдэл жинтэй		Таргалалт I зэрэг		Таргалалт II зэрэг		Таргалалт III зэрэг		P утга
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
17-19 нас	269	12.4	1556	71.8	277	12.8	48	2.2	10	0.5	7	0.3	
20-24 нас	126	10.4	808	66.7	192	15.8	61	5.0	19	1.6	6	0.5	
25-29 нас	1	2.5	17	42.5	9	22.5	11	27.5	2	5.0	0	0	0.0001
30-34 нас	1	2.3	17	38.6	18	40.9	4	9.1	2	4.5	2	4.5	
Нийт	397	11.5	2398	69.2	496	14.3	124	3.6	33	1	15	0.4	

Захын цусан дахь сахарын хэмжээ

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын захын цусан дахь сахарын хэмжээг судаллаа. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 89.8 хувьд нь захын цусан дахь сахарын хэмжээ хэвийн, 10.2 хувьд нь ихэссэн, сахарын дундаж хэмжээ 5.5 (±1.61) ммоль/л байна. Хүйсийн хувьд эрэгтэй оюутнуудын 88.8 хувьд нь захын цусан дахь сахарын хэмжээ хэвийн, 11.2 хувьд нь ихэссэн, эмэгтэй оюутнуудын 90.2 хувь нь захын цусан дахь сахарын хэмжээ хэвийн, 9.8 хувьд нь ихэссэн байна. Насны бүлгээр авч үзвэл 17-19 насны оюутнуудын 87.5 хувь, 20-24 насны оюутнуудын 92.2 хувь, 25-34 насны оюутнуудын 100 хувьд нь захын цусан дахь сахарын хэмжээ хэвийн байна (Зураг 43).

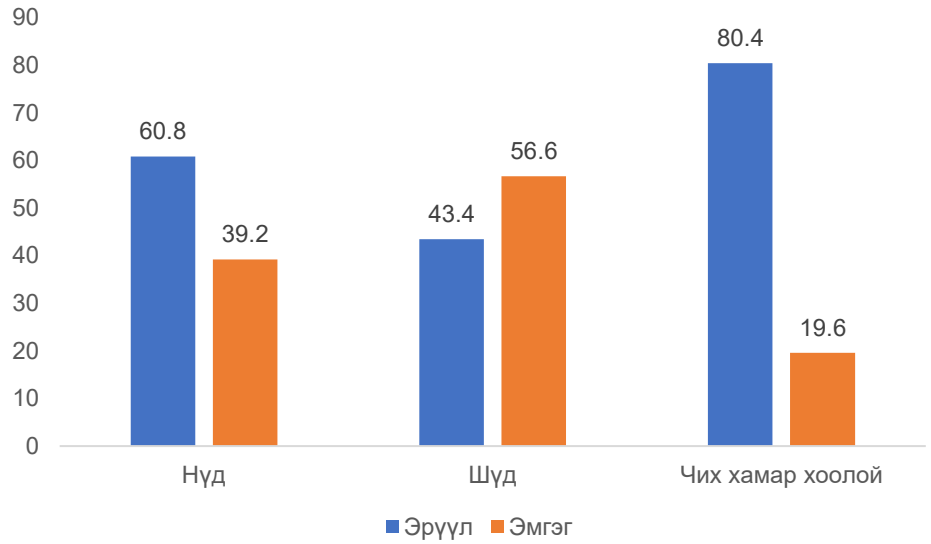


Зураг 43. Захын цусан дахь сахарын хэмжээ, насаар

Бусад эрүүл мэндийн үзлэг

Судалгаанд оролцогч оюутны зөвшөөрлөөр зарим эрхтэн тогтолцооны эмгэгийг илрүүлэх үзлэгийг хийлээ.

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын нүдний эрүүл мэндийн үзлэгээр 60.8 хувь нь эрүүл, амны хөндийн эрүүл мэндийн үзлэгээр 43.4 хувь нь эрүүл, чих хамар хоолойн үзлэгээ 80.4 хувь нь эрүүл байсан байна (Зураг 44).



Зураг 44. Эрүүл мэндийн үзлэгээр илэрсэн өвчлөл

Нүдний эмгэгийн хувьд эрэгтэй, эмэгтэй оюутнуудын хувьд ялгаатай байна (p=0.001). Эрэгтэй оюутнуудын 24.4 хувь нүдний шилтэй, 10.5 хувь нь контакт линзтэй, 37.5 хувь хялар, 15.3 хувь нь хараа муудсан, эмэгтэй оюутнуудын 75.6 хувь нүдний шилтэй, 89.5 хувь контакт линзтэй, 62.5 хувь хялар, 84.7 хувь нь хараа муудсан байна. Амны хөндийн эрүүл ахуйн хувьд эрэгтэй оюутнуудын 30.2 хувь нь шүдний гажигтай, 32.1 хувь нь шүдний өвчлөлтэй, эмэгтэй оюутнуудын 69.8 хувь нь шүдний гажигтай, 67.9 хувь нь нь шүдний өвчлөлтэй байгаа байна (p=0.001). Чих хамар хоолойн эмгэгийн хувьд эрэгтэй оюутнуудын 40.9 хувь нь чихний эмгэгтэй, 46.6 хувь нь хамрын эмгэгтэй, 22.7 хувь нь хоолойн эмгэгтэй байсан бол эмэгтэй оюутнуудын 59.1 хувь нь чихний эмгэгтэй, 53.4 хувь нь хамрын эмгэгтэй, 77.3 хувь нь хоолойн эмгэгтэй байна (p=0.0001) (Хүснэгт 15).

Хүснэгт 15. Оюутнуудын эрүүл мэндийн үзлэгээр илэрсэн өвчлөл, хүйсээр

Үзүүлэлт		Эрэгтэй	Эмэгтэй	P утга
Нүд	Хэвийн	32.90%	67.10%	0.001
	Нүдний шилтэй	24.40%	75.60%	
	Контактлинз	10.50%	89.50%	
	Хялар	37.50%	62.50%	
	Бусад	27.30%	72.70%	
	Муудсан	15.30%	84.70%	
Шүд	Эрүүл	42.20%	57.80%	0.001
	Шүдний гажиг	30.20%	69.80%	
	Шүдний өвчлөл	32.10%	67.90%	
	Бусад	29.70%	70.30%	
Чих, хамар, хоолой	Хэвийн	27.40%	72.60%	0.0001
	Чихний эмгэг	40.90%	59.10%	
	Хамрын эмгэг	46.60%	53.40%	
	Хоолойн эмгэг	22.70%	77.30%	

Эрүүл мэндийн үзлэгээр өвчлөлтэй байсан оюутнуудыг эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдсан эсэхийг судаллаа. Нүдний үзлэгээр эрүүл байсан оюутнуудын 53.7 хувь, амны хөндийн үзлэгээр эрүүл байсан оюутнуудын 58 хувь, чих хамар хоолойн үзлэгээр эрүүл байсан оюутнуудын 54.2 хувь нь эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдсан байна (Хүснэгт 16).

Хүснэгт 16. Оюутнуудын өвчлөл ба эрүүл мэндийн даатгалд хамрагдсан байдал

Үзүүлэлт		Үгүй	Тийм	Мэдэхгүй	P утга
Нүд	Хэвийн	29.00%	53.70%	17.40%	0.687
	Нүдний шилтэй	26.10%	58.40%	15.50%	
	Контактлинз	21.10%	68.40%	10.50%	
	Хялар	12.50%	62.50%	25.00%	
	Бусад	31.80%	50.00%	18.20%	
Шүд	Эрүүл	24.60%	58.00%	17.40%	0.096
	Шүдний гажиг	33.60%	51.70%	14.80%	
	Шүдний өвчлөл	29.40%	55.40%	15.20%	
	Бусад	30.60%	46.80%	22.50%	
Чих, хамар, хоолой	Хэвийн	29.30%	54.20%	16.50%	0.61
	Чихний эмгэг	22.30%	60.20%	17.50%	
	Хамрын эмгэг	22.30%	61.20%	16.50%	
	Хоолойн эмгэг	26.80%	55.90%	17.30%	

Нүд, чих хамар хоолой, амны хөндийн өвчлөлийн байдлыг суралцаж буй сургуулиар нь судлахад АШУҮИС-ийн оюутнуудын 49.6 хувь нь нүдний хараа хэвийн, 96.4 хувь нь хараа муудсан, МУИС-ийн оюутнуудын 42.1 хувь нь

контактлинзтэй, ХААИС-ийн оюутнуудын 12.6 хувь нь шүдний өвчлөлтэй, ҮБХИС-ийн оюутнуудын 16.5 хувь нь хамрын эмгэгтэй байгаа ба сургуулиар нь харьцуулахад өвчлөлийн тархалт ялгаатай байна (p=0.001).

Хүснэгт 17. Оюутнуудын өвчлөлийн тархалт, сургуулиар

	Үзүүлэлт	АШУҮИС	МУИС	ШУТИС	ХААИС	МУБИС	СУИС	ҮБХИС	МҮИС	ИЗИС	СЭЗИС	ХУИС	Шихи хутуг	Бусад	Р утга
	Хэвийн	**49.6%**	7.6%	6.3%	8.7%	1.9%	0.1%	10.8%	0.1%	10.8%	0.1%	0.9%	2.3%	0.9%	
	Нүдний шилтэй	24.6%	23.1%	10.6%	7.5%	3.7%	0.0%	10.1%	0.0%	12.5%	0.4%	2.2%	5.4%	0.0%	
	Контактлинз	26.3%	**42.1%**	5.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.5%	0.0%	15.8%	0.0%	0.0%	**0.001**
	Хялар	12.5%	0.0%	**37.5%**	0.0%	0.0%	0.0%	12.5%	0.0%	25.0%	0.0%	12.5%	0.0%	0.0%	
	Бусад	13.6%	20.5%	9.1%	6.8%	2.3%	0.0%	13.6%	0.0%	**27.3%**	0.0%	2.3%	4.5%	0.0%	
Нүд	Муудсан	**96.4%**	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	3.6%	
	Эрүүл	21.5%	18.6%	11.1%	11.6%	1.9%	0.2%	14.5%	0.2%	13.3%	0.2%	2.2%	4.8%	0.0%	
	Шүдний гажиг	22.1%	17.4%	8.7%	9.4%	6.7%	0.0%	13.4%	0.0%	12.8%	0.7%	2.0%	6.7%	0.0%	**0.005**
	Шүдний өвчлөл	16.6%	16.0%	11.2%	12.6%	3.9%	0.0%	14.6%	0.0%	18.5%	0.2%	2.2%	4.1%	0.0%	
Шүд	Бусад	12.6%	11.7%	9.0%	11.7%	2.7%	0.0%	22.5%	0.0%	29.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
	Хэвийн	57.1%	8.7%	6.1%	6.8%	0.1%	0.1%	8.6%	0.1%	9.3%	0.2%	0.1%	1.4%	%	
	Чихний эмгэг	27.0%	14.8%	11.3%	11.3%	2.6%	0.0%	13.0%	0.0%	14.8%	0.0%	1.7%	3.5%	0.0%	**0.0001**
Чих,	Хамрын эмгэг	27.2%	20.4%	10.7%	7.8%	0.0%	0.0%	16.5%	0.0%	13.6%	0.0%	0.0%	3.9%	0.0%	
хамар, хоолой	Хоолойн эмгэг	13.2%	15.5%	5.0%	6.8%	18.2%	0.0%	8.2%	0.0%	11.4%	0.0%	10.5%	11.4%	0.0%	

Судалгаанд оролцогчдын захын цусан дахь хүчилтөрөгчийн хангамжийн дунджаар (SpO) 97.2%, эрэгтэй оюутнуудын захын цусан дахь хүчилтөрөгчийн хангамжийн дунджаар (SpO) 98.8%, эмэгтэй оюутанд 96.8% байна.

Зүрхний цохилтын тоо дунджаар 82 удаа байгаа ба эрэгтэй оюутнуудын зүрхний цохилтын тоо дунджаар 81 удаа, эмэгтэй оюутанд 83 байна.

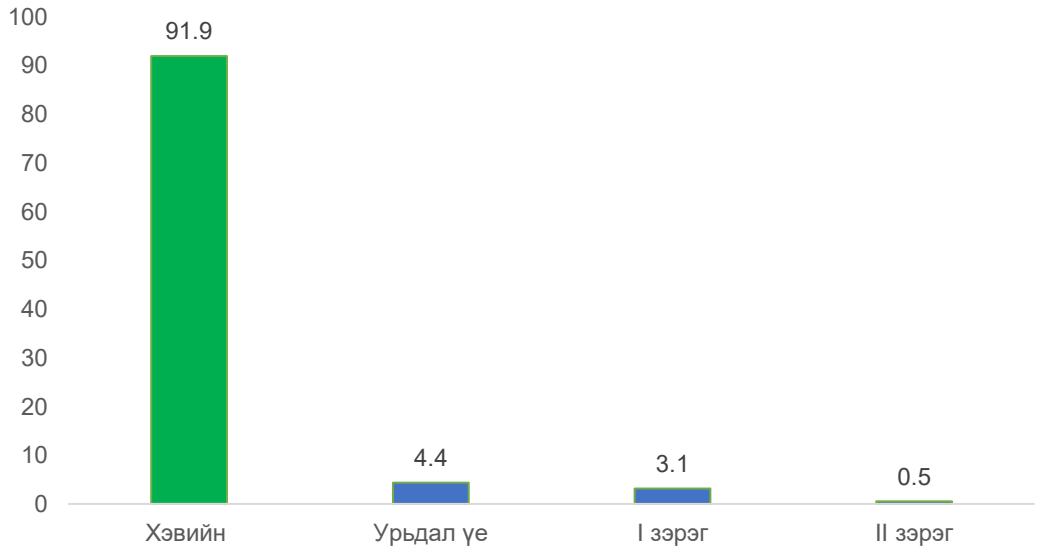
Бэлгийн замаар дамжих халдварыг илрүүлэх зорилгоор түргэвчилсэн сорилыг ашиглан илрүүлэг хийхэд судалгаанд оролцогч 3463 оюутнаас тэмбүүгийн 8 (0.2%) тохиолдол, ДОХ-ын 1 (0.028%) сэжигтэй тохиолдол илэрлээ. Тэмбүүгийн тохиолдлыг хүйсээр авч үзвэл эрэгтэй 1 (0.1%), эмэгтэй 7 (0.3%) байна. Насны бүлгээр авч үзвэл 17-24 насны оюутан залуусын дунд тархалт өндөр байгаа ба нэг, гурав, дөрөвдүгээр дамжааны оюутнуудын дунд тэмбүүгийн тохиолдол илэрсэн байна.

Хүснэгт 18. Тэмбүүгийн тохиолдол, нас, дамжаагаар

Үзүүлэлт	Эрүүл		Тэмбүү		P утга
	n	%	n	%	
Нас					
17-19	2195	99.9	2	0.1	0.129
20-24	1206	99.5	6	0.5	
25-29	40	100	0	0	
30-34	44	100	0	0	
Дамжаа					
I дамжаа	2225	99.8	4	0.2	0.199
II дамжаа	388	100			
III дамжаа	356	99.7	1	0.3	
IV дамжаа	352	99.2	3	0.8	
V дамжаа	116	100			
VI дамжаа	18	100			
Нийт	3455	99.8	8	0.2	

Артерийн гипертензи

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын дээд даралтын дундаж утга 111.24 (±12.5) мм муб, доод даралтын дундаж утга 74.2 (±9.91) мм муб байна. Артерийн даралт хэвийн хэмжээнд байгаа оюутнууд 91.9 хувийг эзэлж байсан бол 4.4 хувь нь артерийн гипертензийн урьдал үед, 3.1 хувь нь артерийн гипертензийн I зэрэгтэй, 0.5 хувь нь артерийн гипертензийн II зэрэгтэй байна (Зураг 45).



Зураг 45. Судалгаанд оролцогчдын артерийн гипертензийн тархалт

Судалгаанд оролцсон оюутнуудаас артерийн даралт ихсэлттэй оюутны эзлэх хувь 8.1 байгаа ба үүнээс артерийн даралт ихсэлтийн урьдал үед байгаа хүн ам 4.4 хувь, I-р зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй 3.1 хувь, II зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй хүмүүс 0.5 хувь байна. Артерийн даралтын ихсэлтийн түвшинг насны бүлгээр авч үзвэл нас ахих тусам артерийн даралт ихсэлтийн эрсдэлийн

түвшин нэмэгдэж байгаа ба ялангуяа 20-24 насны оюутнууд бусад насны бүлгээс өндөр артерийн даралтын урьдал болон даралт ихсэлттэй байна. Мөн 17-19 насны оюутнуудын 3.1 хувь нь I-р зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй, 0.2 хувь нь II-р зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй байгаа нь анхаарал татаж байна (p=0.046). Хүйсийн хувьд артерийн даралт ихсэлт нь эмэгтэйчүүдээс эрэгтэйчүүдэд илүү тохиолдож байна (p=0.0001) (Хүснэгт 19).

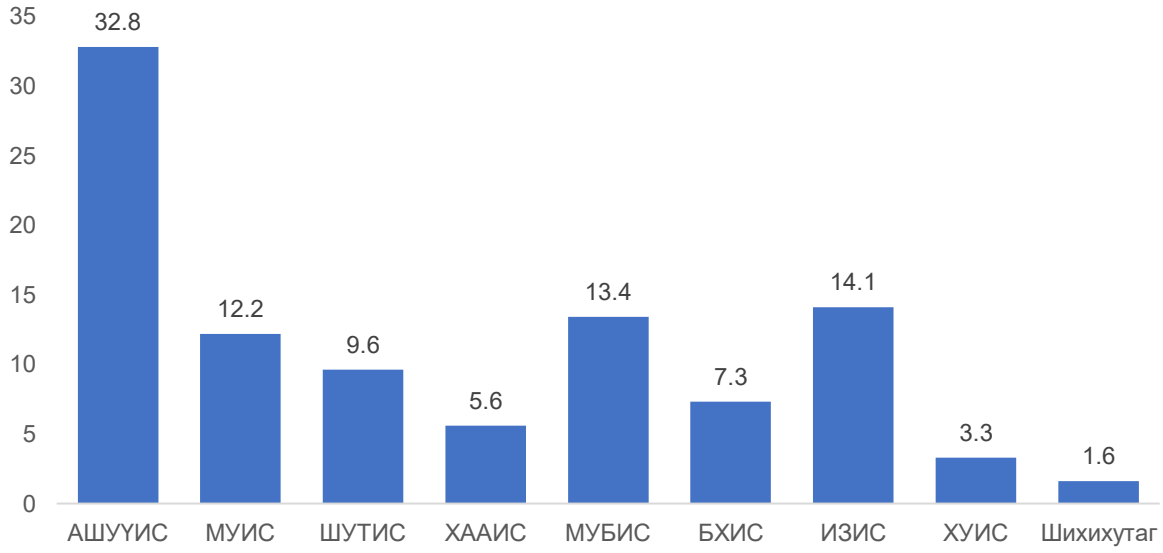
Хүснэгт 19. Артерийн даралт ихсэлтийн түвшин (насны бүлэг, хүйсээр)

Үзүүлэлт	Хэвийн		Урьдал үе		I зэрэг		II зэрэг		P утга
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Нас									
17-19	1997	92.2	98	4.5	67	3.1	5	0.2	0.046
20-24	1102	90.9	56	4.6	42	3.5	12	1	
25-29	40	100	0	0	0	0	0	0	
30-34	44	100	0	0	0	0	0	0	
Хүйс									
Эрэгтэй	1101	89.1	65	5.3	59	4.8	10	0.8	0.0001
Эмэгтэй	2082	93.4	89	4	50	2.2	7	0.3	
Нийт	3183	91.9	154	4.4	109	3.1	17	0.5	

2.2.9. ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН БОЛОВСРОЛ ОЛГОХ ХИЧЭЭЛ

Судалгаанд оролцогч оюутан залуусын 65.6 хувь нь эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээл орж байгаагүй, 34.4 хувь нь эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээл орж байсан байна.

Эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээлийг 60.9 хувь нь нэгдүгээр дамжаанд, 19 хувь нь хоёрдугаар дамжаанд, 13.8 хувь нь гуравдугаар дамжаанд, 4.2 хувь нь дөрөвдүгээр дамжаанд, 2.1 хувь нь тавдугаар дамжаанд ордог байсан хэмээн хариулжээ. Эрүүл мэндийн хичээл орж буй эсэхийг сургуулиар нь судлахад 32.8 хувь нь Анагаахын шинжлэх ухааны үндэсний их сургууль, 12.2 хувь Монгол лусын их сургууль, 9.6 хувь Шинжлэх ухааны технологийн их сургууль, 5.6 хувь нь Хөдөө аж ахуйн их сургууль, 13.4 хувь нь Монгол улсын боловсролын их сургууль, 7.3 хувь нь Үндэсний батлан хамгаалахын их сургууль, 14.1 хувь нь Их засаг их сургууль, 3.3 хувь нь Хүмүүнлэгийн ухааны их сургууль, 1.6 хувь нь Шихихутаг их сургуульд эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээл ордог гэж хариулсан байна (Зураг 46).



Зураг 46. Эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээл ордог сургуулиуд

Эрүүл мэндийн боловсрол их дээд сургуульд олгож байгаа байдал

2022 оны байдлаар Монгол Улсад төрийн болон хувийн хэвшлийн нийт 67 их дээд сургууль, 78 МСҮТ, коллеж үйл ажиллагаа явуулж байна. АШУҮИС-д 2 кредит цагийн “Эрүүл мэндийн зан үйл” хичээл, Соёл Урлагийн Их сургуульд хөгжмийн урлагийн сургуулийн дуулаачийн ангид “Хоолойн эрүүл ахуй” гэх

хичээл ордог ба тус хичээлийн агуулгад дуучин хүн хэрхэн хоолойгоо эрүүл байлгах талаар тусгагдсан байдаг бол бүжгийн ангид “Хүний биеийн анатоми” болон бэртэл гэмтлээс хэрхэн сэргийлэх хичээлүүдийг ордог бөгөөд тус бүр 2 кредит цагийн заавал судлах хичээлд багтаж байна.

Эрүүл мэндийн хичээл орж эхэлсэн түүх

- 1998-1999 оны хичээлийн жилээс эхлэн ЕБС-ийн 1-10 дугаар ангид “Эрүүл мэндийн хичээл” нэрээр албан ёсоор орж эхэлсэн нь сурагчдад ЭМБ олгох таатай нөхцөл бүрдсэн.
- 1997-2015 хугацаанд ЭМ-ийн хичээлтэй холбоотой МУ-ын хууль, ЗГ, ЭМСЯ-ны бодлогын баримт бичгүүд, БСШУЯ-ны статистик баримтууд, үндэсний хэмжээний зарим хөтөлбөрийн хэрэгжилтэд Б.Буяндэлгэр нар (“ЕБС дахь ЭМБ олгож буй байдал” УБ, 2015) социологийн судалгаа хийжээ.

Хүснэгт 20. Эрүүл мэндийн хичээл, зааж буй боловсон хүчинтэй холбоотой зарим гол үйл явдал

Хугацаа	Үйл явдал
1998	ЕБС-д хичээл орох багшийг богино хэмжээний сургалтаар бэлдсэн
2001	МУБИС-д сонгон суралцах хичээл
2002	МУБИС-ийн хэмжээнд 1 кредит хичээл
2004	"Бага, дунд боловсролын улсын стандарт батлагдав.
2007	ЭМ-ийн багшийг хос мэргэжлээр (биологи-ЭМ, хими-ЭМ, биеийн тамир-ЭМ) бэлтгэсэн. МУБИС, Шонхор олимп коллеж г.м
2015	ЭМ хичээлийг интеграцичлах туршилт эхэлсэн. "Хүн ба нийгэм", " Биологи", " Биеийн тамир"

2018-2019 оны хичээлийн жилээс Ерөнхий боловсролын сургуульд “Эрүүл мэндийн хичээл” дахин орж эхэлсэн. Хичээлийн хөтөлбөр нь үндсэн 6 сэдэвтэй байсан. Үүнд:

- Хувийн болон орчны эрүүл мэнд
- Хооллолт, хөдөлгөөн
- Сэтгэцийн эрүүл мэнд
- Хорт зуршил
- Бэлгийн болон нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд
- Жендерт суурилсан хүчирхийлэл

Сургалтын материал нь бага, суурин, бүрэн дунд гэсэн гурван төрөлтэй.

1-3 дугаар ангид:

Хүн ба орчин

Хүн ба байгаль

Хүн ба нийгэм

Биеийн тамир

21 аймаг 9 дүүрэгт 90:2700 сургагч багшийг бэлтгэжээ. Харин их дээд сургуулиудад эрүүл мэндийн хичээл орох багшийг бэлтгээгүй, хичээл харилцан адилгүй орж байна.

ЭМ-ийн хичээл заадаг багш нар нь Биологи- Хими, Биеийн тамир, Математик-Физик, Монгол ба Англи хэл, Бага ангийн багш нар байсан.

Бусад улсын туршлагаас:

Хүснэгт 21. Олон улсад эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээл (Их, дээд сургуульд)

Улс орон	Дамжаа	Хугацаа	Хичээлийн сэдэв	Хичээл заадаг багшийн мэргэжил
Герман	I дамжаа	2 цаг	Ажлын байрны эрүүл мэнд, нөхцөл байдал	Нийгэм судлалын багш
	II дамжаа	2 цаг	Хорт зуршлаас сэргийлэх	Эмч
	III дамжаа	2 цаг	Эрүүл амьдрах дадал	Эмч
	IV дамжаа	2 цаг	Амьдрах ухаан	Эмч
ОХУ	I-II дамжаа	7- хоногт 2-3 цаг	-Бэлгийн боловсрол -БЗХӨ -Гэр бүл төлөвлөлт	Нийгмийн эрүүл мэнд судлаач
Филлипин	I дамжаа	2	Спортын боловсрол, дасгал хөдөлгөөн	Биеийн тамирын багш
	II дамжаа	2	Хөдөлгөөн ба эрүүл мэнд, филлипин ардын бүжиг	Бүжгийн багш
	III-IV дамжаа	3	Эрүүл мэнд ба бичил амь судлал	Бактерлогич
		3	Эрүүл мэнд ба шимэгч судлал	Халдварт өвчин судлаач
		4	Эрүүл амьдрахуй, анагаахын хими	Химийн багш
		4	Эрүүл мэнд ба дархлаа судлал	Дархлаа судлал
		4	Эмийн зохистой хэрэглээ эрүүл мэндийн менежмент	Эм зүйч, эмч
Хятад	I-III дамжаа	90- минут	Дасгал хөдөлгөөн Бэлгийн бойжилт Амны хөндийн эрүүл мэнд Гарын ариун цэвэр Орчны эрүүл мэнд Ёс зүйн хичээл	Эрүүл мэндийн багш

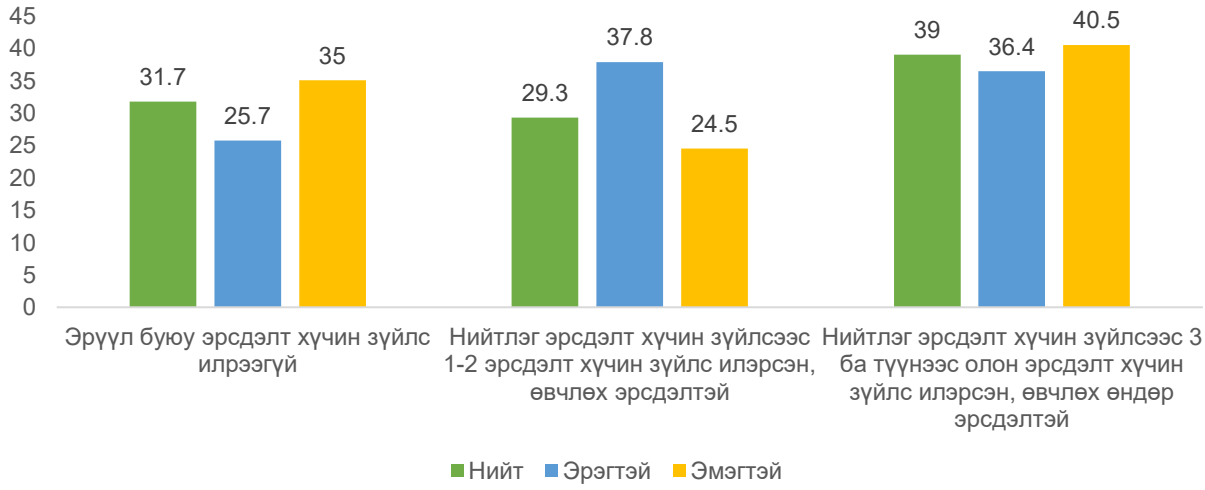
АНУ	Заавал судлах 10 кредит	1. Нийгмийн эрүүл мэндийн талаарх ойлголт 2. Эпидемиологи 3. Статистик
	Сонгон суралцах 9 кредит	1. Дэлхийн нийтийн эрүүл мэнд 2. Эрүүл мэндэд үзүүлэх зан үйл ба нийгмийн нөлөөлөл 3. Стресс ба хүн амын эрүүл мэнд 4. Эрүүл мэндийн хэмжүүр, тодорхойлогч хүчин зүйлс 5. Нийгмийн эрүүл мэндийн ёс зүй 6. Өвчин эмгэг ба урьдчилан сэргийлэх арга 7. Нийгмийн эрүүл мэнд ба хоол тэжээл 8. Эрүүл мэндийн асуудлууд 9. Хүн ба экологи 10. Анагаах ухааны шимэгч судлал

2.2.10. ЭРСДЭЛТ ХҮЧИН ЗҮЙЛСИЙН НАРИЙВЧИЛСАН ШИНЖИЛГЭЭ

Тухайн хүнд тогтмол **тамхи татдаг, хоногт 5 нэгжээс бага хэмжээгээр жимс, хүнсний ногоо хэрэглэдэг, хөдөлгөөний хомсдол, илүүдэл жин ба таргалалт, артерийн даралт ихсэлт** зэрэг халдварт бус өвчинд нөлөөлөх эрсдэлт хүчин зүйлсээс **3 ба түүнээс олон хүчин зүйлс** илэрвэл түүнийг **өвчлөх өндөр эрсдэлтэй хүн** гэж Олон улсын жишгээр үздэг.

Харин тогтмол тамхи татдаг, хоногт 5 нэгжээс бага хэмжээгээр жимс, хүнсний ногоо хэрэглэдэг, хөдөлгөөний хомсдол, илүүдэл жин ба таргалалт, артерийн даралт ихсэлт зэрэг нийтлэг **(үндсэн)** эрсдэлт хүчин зүйлсээс **1-2 хүчин зүйлс илэрсэн** тохиолдолд тухайн хүнийг халдварт бус өвчнөөр **өвчлөх эрсдэлтэй**, эдгээр эрсдэлт хүчин зүйлсээс **аль нэг нь илрээгүй** тохиолдолд тухайн хүнийг **өвчлөх эрсдэлгүй** (хэвийн) хэмээн тус тус үнэлэх зарчмыг баримтлав.

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 31.7 (1098) хувь нь эрүүл буюу эрсдэлт хүчин зүйлс илрээгүй, 29.3 (1013) хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, 39 (1352) хувь нь 3 ба түүнээс дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн байгаа нь оюутан залуус өвчлөл эрсдэл өндөр байгаа нь ажиглагдаж байна. Хүйсээр нь авч үзвэл эрэгтэй оюутнуудын 25.7 (318) хувь нь эрүүл, 37.8 (467) хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, 36.8 (450) хувьд нь 3-аас дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн бол эмэгтэйчүүдийн 35 (780) хувь нь эрүүл, 24.5 (546) хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, 40.5 (902) хувьд нь 3-аас дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн байгаа нь хүйсийн хувьд ялгаатай буюу эрэгтэй оюутнууд өвчлөх эрсдэл өндөр байна (p=0.0001) (Зураг 47).



Зураг 47. Оюутнуудын эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт

Насны бүлгээр авч үзвэл 20-24 насны оюутан залуучуудын 62.3 хувь нь 3 ба түүнээс дээш эрсдэлт хүчин зүйлсэд өртсөн, 25-29 насны оюутан залуучуудын 60 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлсэд өртсөн, 30-34 насны оюутан залуучуудын 56.8 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлсэд өртсөн байгаа ба нас ахих тусам эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт нэмэгдэж, өвчлөх эрсдэл өндөр болж байв (p=0.0001).

Эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт дамжаагаар ялгаатай байна. Өөрөөр хэлбэл дамжаа ахих тусам эрсдэлт зан үйл өндөртэй буюу 3 ба түүнээс дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илрэх нь нэмэгдэж байлаа (p=0.0001).

Хүснэгт 22. Оюутнуудын эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт, нас, дамжаагаар

Үзүүлэлт	Эрүүл		1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс		3 ба түүнээс дээш эрсдэлт хүчин зүйлс		P утга
	n	%	n	%	n	%	
Нас							
17-19	972	44.9	613	28.3	582	26.9	0.0001
20-24	106	8.7	351	29	755	62.3	
25-29	9	22.5	24	60	7	17.5	
30-34	11	25	25	56.8	8	18.2	
Дамжаа							
I дамжаа	1049	49.1	780	35	355	15.9	0.0001
II дамжаа	1	0.3	83	21.4	304	78.4	
III дамжаа	2	0.6	62	17.4	293	82.1	
IV дамжаа	1	0.3	66	18.6	288	81.1	
V дамжаа	0	0	20	17.2	96	82.8	
VI дамжаа	0	0	2	11.1	16	88.9	

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын эрсдэлт хүчин зүйлсийн үзүүлэлт хоорондын хамаарлыг корреляцийн коэфицентээр үнэллээ.

Судалгаанд оролцогч оюутнуудын биеийн жингийн индекс настай сул эерэг хамааралтай (r=0.237) буюу нас ахихын хэрээр БЖИ даган ихсэж байна. Өдөрт бүх төрлийн төхөөрөмжийн дэлгэц ашиглаж буй хугацаа (r=0.171) болон цахим орчинд зарцуулж буй хугацаа (r=0.105) нь нойрны чанарын индекстэй сул эерэг хамааралтай, 7 хоногийн хэдэн өдөр дасгал хөдөлгөөн хийдэг эсэх болон нойрны чанарын индекс хоорондоо сул сөрөг хамааралтай (r=-0.110) буюу дасгал хийдэг хоног бага байх тусам нойрны чанарын индекс ихсэж нойрны чанар муу байна.

Хүснэгт 23. Зарим эрсдэлт хүчин зүйлсийн корреляци хамаарал

Үзүүлэлт		Нас	Анги дамжаа	БЖИ	Бүсэлхийн тойрог	7 хоногийн хэдэн өдөр дасгал хөдөлгөөн хийдэг	Өдөрт дунджаар хэдэн км алхдаг	Цахим орчинд өдөрт дунджаар хэдэн цагийн зарцуулдаг
Нас	r	-						
	p утга	-						
Анги дамжаа	r	.792**	-					
	p утга	0	-					
БЖИ	r	.238**	.077**	-				
	p утга	0	0.004	-				
Бүсэлхийн тойрог	r	.091**	.058*	.394**	-			
	p утга	0	0.033	0	-			
7 хоногийн хэдэн өдөр дасгал хөдөлгөөн хийдэг вэ?	r	-0.013	-0.001	-0.006	0.035	-		
	p утга	0.594	0.961	0.839	0.198	-		
Өдөрт дунджаар хэдэн км алхдаг	r	-0.015	-0.037	.067*	0.043	.184**	-	
	p утга	0.53	0.13	0.013	0.112	0	-	
Та цахим орчинд өдөрт дунджаар хэдэн цагийн зарцуулж байна вэ?	r	0.032	0.034	0.029	-0.015	-.064**	0.022	-
	p утга	0.196	0.16	0.292	0.569	0.009	0.36	-

Судалгаанд оролцогч оюутны нас, хэддүгээр дамжаанд суралцдаг, хүйс, БЖИ, нойрны чанар, дэлгэц ашигладаг хугацаа, тамхины хэрэглээ зэрэг үзүүлэлтийг согтууруулах ундааны хэрэглээнд нөлөөлж болзошгүй хэмээн таамаглагч хувьсагч болгон ашиглахад дээрх үзүүлэлтүүд нийлээд согтууруулах ундааны хэрэглээний 12.9 хувьд нь нөлөөлөх боломжтойн дээр өөр хоорондоо ач холбогдолтой байна.

Нарийвчлан харахад оюутнуудын нас нэмэгдэх бүр согтууруулах ундааны хэрэглээ 0.03 нэгжээр, дамжаа ахих тусам 0.05 нэгжээр, нойрны чанарын индекс нэмэгдэх буюу нойрны чанар муу руу нэг нэгжээр дээшлэх тусам 0.01 нэгжээр, тамхи болон тамхи төст бүтээгдэхүүний хэрэглээ нэмэгдэх бүр 0.16 нэгжээр согтууруулах ундааны хэрэглээ нэмэгдэх магадлалтай байна.

Хүснэгт 24. Согтууруулах ундааны хэрэглээ болон түүнд нөлөөлж болзошгүй хүчин зүйлсүүдийн регрессийн шинжилгээ

Таамаглагч хувьсагч	Estimate	SE	t	p
Intercept	-0.67531	0.2329	-2.9	0.004
Нас	0.03201	0.01258	2.544	0.011
Дамжаа	0.0523	0.01432	3.652	< .001
Хүйс	0.00634	0.0255	0.248	0.804
Хүүхдийн тоо	-0.02253	0.03082	-0.731	0.465
Биеийн жингийн индекс	-0.00159	0.0031	-0.514	0.608
Нийт дэлгэц хэрэглэдэг хугацаа	0.0073	0.00372	1.963	0.05
Цахим орчинд зарцуулдаг хугацаа	-0.00218	0.00424	-0.514	0.608
Сэтгэл гутрал	0.02295	0.01421	1.615	0.107
Сэтгэл түгшил	-0.00388	0.02367	-0.164	0.87
Нойрны чанарын индекс	0.01061	0.0029	3.663	< .001
Тамхины хэрэглээ	0.16887	0.02714	6.222	< .001

R^2	F	p
0.129	18.1	<0.001

Нийт судалгаанд оролцогч оюутнуудын тамхины хэрэглээнд тухайн оюутны нас, хүйс, дамжаа, хэрэв хүүхэдтэй бол хүүхдийн тоо, нийт дэлгэц ашигладаг хугацаа гэх мэт тайлбарлагч хувьсагчид 20.5 хувь нөлөөлөх боломжтой бөгөөд дээрх үзүүлэлтүүд ач холбогдолтой байна. Нарийвчлан үзвэл хүйс өөрчлөгдөхөд ялангуяа эмэгтэй байх нь тамхины хэрэглээг 0.37 нэгжээр бууруулж байна, харин архины хэрэглээ нэг нэгжээр ихсэхэд оюутнуудын тамхины хэрэглээ мөн дагаж 0.1659 нэгжээр нэмэгдэх магадлалтай байна.

Тамхины хэрэглээнд нөлөөлж болзошгүй хэмээн таамаглаж буй хүчин зүйлсүүдийг сургууль бүрээр нь авч үзэхэд АШУҮИС-ийн оюутнуудын тамхины хэрэглээнд дээрх хүчин зүйлсүүд нийлээд 25.7 хувийн нөлөө үзүүлж буй бөгөөд таамаглагч хувьсагчууд хоорондоо ач холбогдолтой байлаа. Нас нэгээр нэмэхэд тамхины хэрэглээ 0.018 нэгжээр, нойрны чанарын индекс нэгээр нэмэгдэхэд тамхины хэрэглээ 0.019 нэгжээр, согтууруулах ундааны хэрэглээ нэг нэгжээр нэмэгдэх бүрд тамхины хэрэглээ 0.283 нэгжээр нэмэгдэж байна. Тамхины хэрэглээ нэмэгдэхэд эерэгээр нөлөөлж буй таамаглах хүчин зүйлүүдээс хамгийн өндөр нөлөөлж байна. Харин буурахад нөлөөлж буй хүчин зүйлд: дамжаа ахих бүрд 0.037 нэгжээр, гэртээ хамт амьдардаг хүний тоо ихсэх тусам 0.021 нэгжээр,

сэтгэл түгшил нэмэгдэх тусам 0.084 нэгжээр тамхины хэрэглээ буурах магадлалтай байна.

Хүснэгт 25. Тамхины хэрэглээ болон түүнд нөлөөлж болзошгүй хүчин зүйлсүүдийн регрессийн шинжилгээ

Таамаглагч хувьсагч	Estimate	SE	t	p
Intercept	0.52068	0.23113	2.2528	0.024
Хүйс	-0.3709	0.02316	-16.018	< .001
Нас	-9.08e−4	0.0125	-0.0726	0.942
Дамжаа	0.0153	0.01426	1.073	0.283
Хүүхдийн тоо	0.04038	0.03054	1.3222	0.186
Нийт дэлгэц хэрэглэдэг хугацаа	0.00496	0.00369	1.3455	0.179
Цахим орчинд зарцуулдаг хугацаа	0.00204	0.00421	0.4857	0.627
Архины хэрэглээ	0.1659	0.02667	6.2217	< .001
Сэтгэл гутрал	0.01723	0.01409	1.2229	0.222
Сэтгэл түгшил	0.03863	0.02344	1.648	0.1
Нойрны чанарын индекс	0.00851	0.00288	2.959	0.003
Биеийн жингийн индекс	0.00473	0.00307	1.5412	0.124
R^2	**F**		**p**	
0.205	31.5		<0.001	

Харин МУИС-ийн оюутнуудын тамхины хэрэглээ цахим орчинд өдөрт дунджаар зарцуулдаг хугацаа нэг цагаар нэмэгдэхэд 0.021 нэгжээр нэмэгдэж, эмэгтэй оюутан байх тусам 0.18 нэгжээр, согтууруулах ундаа хэрэглэх давтамж нэг нэгжээр буурахад тамхины хэрэглээ даган буурах магадлалтай байна.

ШУТИС-ийн оюутнуудын тамхины хэрэглээ нас нэгээр нэмэгдэх бүрд 0.091 нэгжээр, цахим орчинд өдөрт дунджаар зарцуулдаг хугацаа нэг цагаар нэмэгдэхэд 0.023 нэгжээр нэмэгдэж, харин анги дамжаа нэмэгдэх бүрд тамхины хэрэглээ 0.105 нэгжээр буурах магадлалтай байна.

ХААИС-ийн оюутнуудын тамхины хэрэглээнд таамаглагч хувьсагчууд 23.2 хувийг нь тайлбарлах боломжтой байна. Оюутнуудын тамхины хэрэглээ эмэгтэй байх тусам 0.374 нэгжээр, согтууруулах ундааны хэрэглээ нэг нэгжээр буурах бүр даган 0.11 нэгжээр буурч байна.

МУБИС-ийн оюутнуудын тамхины хэрэглээнд таамаглагч хувьсагчууд 21.2 хувиар нөлөөлөх боломжтой бөгөөд согтууруулах ундааны хэрэглээний давтамж нэмэгдэх бүрт тамхины хэрэглээ 0.103 нэгжээр буурч байна.

БХИС-ийн оюутнуудын тамхины хэрэглээг дээрх таамаглагч хувьсагчууд 35.5 хувьд нь нөлөөлж буй бөгөөд хүйс эмэгтэй байхад тамхины хэрэглээ 0.436 нэгжээр, согтууруулах ундааны хэрэглээний давтамж нэмэгдэх тусам тамхины хэрэглээ 0.103 нэгжээр буурч байна. Үүнээс үзэхэд оюутнуудын тамхины хэрэглээнд нас, хүйс, цахим орчинд өнгөрүүлж буй хугацаа болон архины хэрэглээ зэрэг нь нөлөөлж байна.

ДҮГНЭЛТ

1. Судалгаанд оролцогч 10 оюутан тутмын 3 нь өглөөний цайгаа уудаг, 10 оюутан тутмын 8 нь жимс жимсгэнэ, 4 нь хүнсний ногоо, 7 нь үр тариа, сэвэг зарам, 6 нь сүү цагаан идээг хэрэглэхгүй байгаа нь оюутан залуусын дунд жимс, жимсгэнэ, хүнсний ногоо, сүү цагаан илээ, үр тариа, сэвэг зарамын хэрэглээ хангалтгүй, оюутан залуусын дунд зохисгүй хооллолт түгээмэл байна. Оюутан залуусын дунд архи тамхины хэрэглээ 5 хүн тутмын нэг нь тамхи татаж, архийг хэрэглэж байгаа нь архи тамхины хэрэглээ өндөр байгааг харуулж байна.
2. Нийт оюутнуудын дунд хөдөлгөөний хомсдол түгээмэл байгаа ба нас, хүйс, дамжаа, сургуулиар харилцан адилгүй байна. Оюутнуудын 53.4 хувь нь идэвхтэй дасгал хөдөлгөөнтэй байдаг ба насны байдлаар авч үзвэл 17-19 насны оюутан залуусын 55.1 хувь, 20-24 насны оюутан залуусын 52.3 хувь, 25-29 насны оюутан залуусын 50 хувь биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг хийдэг байна. Харин 30-34 насны оюутан залуус биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөнийг хийхгүй байгаа ба нас ахих тусам биеийн их хүч шаардсан хөдөлгөөн хийх нь багасаж байна. Хүйсийн хувьд аль ч хүйсэд нас ахих тусам идэвхтэй хөдөлгөөн хийх оюутны хувь багасаж байна.
3. Судалгаанд оролцогчдын 11.6 хувь нь жингийн дутагдалтай, 19.3 хувь нь жингийн илүүдэлтэй, таргалалттай байна. Биеийн жингийн индексийн дундаж хэмжээ 22.3 (±3.94) (95% CI 14.0-83.0) эрэгтэйчүүдэд 22.32 (±3.99) (95% CI 14.8-45.0), эмэгтэйчүүдэд 22.34 (±3.92) (95% CI 14.36-83.0) байна. Биеийн жингийн дундаж хэмжээ насны бүлэг, хүйсийн хувьд ялгаатай байна Биеийн жингийн дундаж хэмжээ нас ахих тусам нэмэгдэх хандлагатай байна. 17-19 насны оюутнуудын биеийн жингийн дундаж үзүүлэлт 21.9, 71.8 хувь нь хэвийн жинтэй байсан бол 30-34 насны оюутнуудын биеийн жингийн дундаж үзүүлэлт 28.1, 4.5 хувь нь таргалалтын 3 дугаар зэрэгтэй болж нас ахих тусам биеийн жингийн индекс нэмэгдэж байгаа ба энэ нь зохистой хооллох, дасгал хөдөлгөөнөөр хичээллэх, жин хасах зэрэг зан үйлийг өөрчлөх оролдлого хангалтгүй байгаатай холбоотой байна.
4. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 33.2 хувь нь 6 цаг ба түүнээс дээш хугацаагаар дэлгэцийг хэрэглэж байгаа хүйсийн хувьд эмэгтэй (80.1%) оюутнуудын хэрэглээ эрэгтэй (66.4%) оюутнуудаас өндөр байна. Оюутан

залуус youtube, facebook, twitter, IG зэрэг цахим орчинд өдөрт дунджаар 4.78 (±3.3) цагийг өнгөрүүлж, 90.2 хувь нь орондоо унтахаар хэвтсэн үедээ ухаалаг утас, таблет зэрэг төхөөрөмжийг хэрэглэдэг, нойрны чанар 76.4 хувьд нь муу байгаа нь сэтгэцийн эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлөх, нойрны чанар муудах эрсдэл болж байна.

5. Судалгаанд оролцсон оюутнуудаас артерийн даралт ихсэлттэй оюутны эзлэх хувь 8.1 байгаа ба үүнээс артерийн даралт ихсэлтийн урьдал үед байгаа хүн ам 4.4 хувь, I-р зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй 3.1 хувь, II зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй хүмүүс 0.5 хувь байна. Нас ахих тусам артерийн даралт ихсэлтийн эрсдэлийн түвшин нэмэгдэж байгаа ба ялангуяа 20-24 насны оюутнууд бусад насны бүлгээс өндөр артерийн даралтын урьдал болон даралт ихсэлттэй байна. Мөн 17-19 насны оюутнуудын 3.1 хувь нь I-р зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй, 0.2 хувь нь II-р зэргийн артерийн даралт ихсэлттэй байгаа нь анхаарал татаж байна (p=0.046). Хүйсийн хувьд артерийн даралт ихсэлт нь эмэгтэйчүүдээс эрэгтэйчүүдэд илүү тохиолдож байна (p=0.0001).
6. Судалгаанд оролцогч 3463 оюутнаас тэмбүүгийн 8 (0.2%) тохиолдол, ДОХ-ын 1 (0.028%) сэжигтэй тохиолдол илэрлээ. Тэмбүүгийн тохиолдлыг хүйсээр авч үзвэл эрэгтэй 1 (0.1%), эмэгтэй 7 (0.3%) байна. Насны бүлгээр авч үзвэл 17-24 насны оюутан залуусын дунд тархалт өндөр байгаа ба нэг, гурав, дөрөвдүгээр дамжааны оюутнуудын дунд тэмбүүгийн тохиолдол илэрсэн байна. Судалгаанд оролцогчдын нөхөн үржихүйн талаарх мэдлэгийн түвшин 48.3% нь хангалтгүй буюу муу мэдлэгтэй, насны бүлгийн хувьд 18-20 насны оролцогчдын мэдлэгийн түвшин 21-24 насны залуучуудтай харьцуулахад хангалтгүй түвшний мэдлэгтэй байв. Оюутан залуусын төрөөс гэр бүл төлөвлөлтийн талаар баримтлах бодлогын ойлголт дутмаг, анх бэлгийн харьцаанд ороходоо төлөвлөөгүй, жирэмслэлтээс сэргийлэх аргыг хэрэглээгүй, бэлгэвч худалдаж авахад эвгүй, тааламжгүй санагдах, ичих, бэлгийн хамтрагчдаа бэлгэвч хэрэглэхийг санал болгох нь түүнд итгэхгүй байх зэрэг нь тэдний нөхөн үржихүйн хандлага, дадалд сөргөөр нөлөөлж байна.
7. Судалгаанд оролцогч оюутнуудын 29.3 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, 39 хувь нь 3 ба түүнээс дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, эрэгтэй оюутнуудын 37.8 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, 36.8 хувьд нь 3-

аас дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн бол эмэгтэйчүүдийн 24.5 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн, 40.5 хувьд нь 3-аас дээш эрсдэлт хүчин зүйлс илэрсэн байгаа нь хүйсийн хувьд ялгаатай буюу эрэгтэй оюутнууд өвчлөх эрсдэл өндөр байна (p=0.0001). Насны бүлгээр авч үзвэл 20-24 насны оюутан залуучуудын 62.3 хувь нь 3 ба түүнээс дээш эрсдэлт хүчин зүйлсэд өртсөн, 25-29 насны оюутан залуучуудын 60 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлсэд өртсөн, 30-34 насны оюутан залуучуудын 56.8 хувь нь 1-2 эрсдэлт хүчин зүйлсэд өртсөн байгаа ба нас ахих тусам эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт нэмэгдэж, өвчлөх эрсдэл өндөр болж байв (p=0.0001).

8. Төрийн өмчийн болон хувийн хэвшлийн 20 сургуулиас 3 сургууль эрүүл мэндийн хичээл орж байгаа нь оюутан залуусыг эрүүл зан үйлд сургах, эрүүл мэндийг дэмжих, урьдчилан сэргийлэх арга хэмжээ хэрхэн авч хэрэгжүүлэх талын мэдлэг, хандлага, дадлыг төлөвшүүлэх ажил дутмаг, эрүүл мэндийн боловсрол олгох хичээл орох шаардлагатай байгааг илэрхийлж байна.

Ном зүй:

1.Dalia S. Desouky, Mohamed S. Omar, Dalal M. Risk factors of non-communicable diseases among female university students of the Health Colleges of Taif University. *Int. J. Med. Med.* Sci. 2014;31(2):98-106.

2.Shiva Raj Mishra, Dinesh Neupane, Aditya Shakya, Samaj Adhikari, Per Kallestrup. Modifiable Risk Factors for Major Non-communicable Diseases Among Medical Students in Nepal.J Community Health.Vol. 6(3), pp. 97-107, March 2014.

3. Maysa H, Almomani Mohammad Rababa, Fatmeh Alzoubi. Effects of a health education intervention on knowledge and attitudes towards chronic non-communicable diseases among undergraduate students in Jordan. Nursing Open. 2021;8:333–342.

4. Zhang L, Zheng H, Yi M, et al. Prediction of sleep quality among university students after analyzing lifestyles, sports habits, and mental health. Front Psychiatry. 2022;13.

5. Mahsa Alavi NAMVARa, Behzad Fathi AFKARIb, Chamanneh MOSLEMKHANIc, Kamyar MANSOORId, Mohsen DADASHI, The Relationship between Depression and Anxiety with Temporomandibular disorder symptoms in Dental Students, A Journal of Clinical Medicine, 021; 16(4): 590-594 Temporo mandibular Disorder Symptoms in Dental Students.

6. Alkabbani S, Jeyaseelan L, Rao AP, Thakur SP, Warhekar PT. The prevalence, severity, and risk factors for dry eye disease in Dubai – a cross sectional study. BMC Ophthalmology. 2021;21(1):219).

7. Assessment of physical activity and quality of life of students in the day of COVID-19 pandemic/Ocena aktywności fizycznej i jakości życia studentów w dobie pandemii COVID-19 - Epidemiological Review.

8. Халдварт бус өвчин, осол гэмтлийн шалтгаан, эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтын үндэсний IV судалгаа, STEPS-2019. УБ 2020.

9. Б.Бадрангуй, Ж.Энхцэцэг, Д.Амарсайхан, Л.Баярмагнай, Л.Хоролсүрэн, Д.Оюунбилэг, Ж.Мядагмаа. Их сургуулийн эрэгтэй оюутнуудын гэр бүл төлөвлөлт, нөхөн үржихүйн мэдлэгийг тодорхойлох нь. Эрүүл мэндийн шинжлэх ухаан сэтгүүл. Vol.17, №4,(60) 2021 Тусгай дугаар, хуудас 72-75

10. https://www.meds.gov.mn/

11. Rehm J et al. Global burden of disease and injury and economic cost attributable to alcohol use and alcohol use disorders. Lancet, 2009

12.ЭМЯ, ДЭМБ, СЭМҮТ. Монгол улсын хүн ам дахь согтууруулах ундааны хэрэглээ, хэв маяг, хор хөнөөлийн эпидемиологийн судалгааны тайлан. Улаанбаатар, 2006

13.European Medicines Agency. Guedeline on the development of medicinal products for the treatment of alcohol dependence. 2010

14.World Health Organizatoin, 2000. International guide for monitoring alcohol consumption and related harm. Department of mental health and Substance Dependence, NCD and MNC,WHO.