

Павловская А. Д.

СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ У СТУДЕНТОВ БГМУ С РАЗЛИЧНОЙ ПРИВЕРЖЕННОСТЬЮ СОБЛЮДЕНИЮ ПРИНЦИПОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Научные руководители к.м.н., доцент Александров Д. А.

Кафедра нормальной физиологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В последние годы во всем мире наблюдается устойчивая тенденция к росту заболеваний сердечно-сосудистой системы, а смертность от них прочно занимает первое место в структуре смертности. И хотя проявления патологии сердечно-сосудистой системы выявляются, как правило, у людей зрелого и пожилого возраста, их основа, несомненно, закладывается уже в молодом возрасте. Увеличение доли населения республики, приверженной соблюдению принципов здорового образа жизни (ЗОЖ), позволяет с определенной долей оптимизма смотреть в будущее. Однако изучение характера распределения уровня приверженности соблюдению принципов ЗОЖ студентами медицинского университета, вклада его различных компонентов в формирование функционального состояния сердечно-сосудистой системы требует дальнейшего изучения.

Цель: охарактеризовать функциональное состояние сердечно-сосудистой системы у студентов Белорусского государственного медицинского университета в зависимости от уровня их физической активности и приверженности другим принципам здорового образа жизни.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 19 студентов младших курсов УО «Белорусский государственный медицинский университет» в возрасте 18-20 лет, из них 15 девушек (79%) и 4 юношей (21%). Методом анкетирования у студентов были определены уровни физической активности и приверженности здоровому образу жизни. Для определения тонуса отделов автономной нервной системы и функциональных резервов сердечно-сосудистой системы определялись величины артериального давления и частоты сердечных сокращений в покое и при выполнении функциональных нагрузок: клиностатический рефлекс, ортостатическая проба, проба Мартинета, проба Руфье.

Результаты и их обсуждение.

По результатам анкетирования было установлено, что высокий уровень приверженности к выполнению принципов здорового образа жизни продемонстрировала одна студентка (5,3%), средний уровень – 6 студентов (31,6%), низкий уровень – 12 студентов (63,1%) медицинского университета. Способность сердечно-сосудистой системы восстанавливаться после физической нагрузки была нарушена у 89,5%. Было выявлено преобладание тонуса центров парасимпатической иннервации у студентов с низким уровнем активности в покое. Нарушения рефлекторных механизмов регуляции функций сердечно-сосудистой системы у студентов со средним и низким уровнем приверженности к здоровому образу жизни были выявлены в 68,4% случаев.

Выводы. В результате проведенного исследования выявлен низкий уровень приверженности студентов соблюдению принципов здорового образа жизни и низкий уровень их физической активности. По результатам анализа данных, полученных при выполнении функциональных проб, установлено нарушение рефлекторных механизмов регуляции функций сердечно-сосудистой системы у студентов со средним и низким уровнем приверженности к здоровому образу жизни в 68,4% случаев.