

Белько О.А.

РЕЗЕРВЫ СОМАТИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ
Научный руководитель канд. биол. наук, доц. Замбржицкий О. Н.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Индивидуальное здоровье – динамическое состояние человека, которое определяется резервами механизмов самоорганизации. Оно характеризуется энергетическими, пластическими и информационными (регуляторными) обеспечением процессов самоорганизации и является основой проявления биологических и социальных функций. В настоящее время наиболее актуальным является взгляд на здоровье как на способность организма приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды. Поэтому приспособительные (или адаптационные) возможности организма могут рассматриваться как мера здоровья. Особую актуальность приобретают задачи оценки и прогнозирования здоровья человека для разработки способов его укрепления.

Цель: комплексная оценка уровней соматического здоровья и нарушений адаптационных резервов у студентов-медиков.

Материал и методы. Оценка основных показателей гемодинамического гомеостаза, адаптационных резервов кардиореспираторной системы и уровней соматического здоровья была проведена у 284 человек. Группа наблюдения представлена студентами 2 и 3 курса БГМУ (девушки и юноши).

Использовали клинические, физиометрические, соматоскопические методы исследования.

Выводы:

1 Только 7 % юношей и 10% девушек из числа испытуемых имеют показатели здоровья, которые позволяют отнести их к «безопасному уровню» здоровья («выше среднего» и «высокий»);

2 При переходе к уровням здоровья как «среднее», «ниже среднего» и «низкого» (даже без изменений условий существования) у студентов могут формироваться эндогенные факторы риска, которые приводят к возникновению и развитию патологического процесса и проявлению его в виде конкретной нозологической формы;

3 Результаты исследований свидетельствуют о напряжении адаптационных резервов у студентов и снижения показателей соматического здоровья.