

Старотиторов Е. И., Солонович А. В.
**ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ НАРУШЕНИЙ ОПОРНО-ДВИ-
ГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА**

Научный руководитель ассист. Самохина Н. В.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Проблемы, связанные с нарушением опорно-двигательного аппарата у студентов, в наше время распространенное явление, с которым связано достаточно много факторов. В связи с этим, следует учитывать и выявлять все факторы риска, которые определенным образом влияют на её распространение, а также искать возможности для решения данной проблемы. Кроме того, следует правильно формировать понятия о здоровом образе жизни у населения, на всех этапах взросления и становления личности, так как зачастую, именно он является основополагающим фактором в развитии тех или иных заболеваний и нарушений со стороны органов и систем организма. Не стоит, конечно, забывать и о функции правильного питания в развитии организма и поддержании гомеостаза.

Цель: оценить среди студентов медицинского ВУЗа распространенность нарушений опорно-двигательного аппарата и выявить наиболее часто встречающиеся управляемые факторы, оказывающие влияние на их формирование.

Материалы и методы. В данном исследовании приняли участие 160 студентов учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет в возрасте от 17 до 26 лет. Для проведения исследования использовался анкетно-опросный метод: тестовая карта для выявления нарушений осанки и специально разработанная анкета. Статистическая обработка проводилась с помощью программы Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. Данные, полученные при исследовании показали, что у 55% опрошенных наблюдается нарушение осанки и у 33,75% имеется сколиоз, из них 1 степени – у 53,7%, 2 степени – у 27,77%, 3 степени – у 1,85%, а также у 1,85% респондентов сформирована сколиотическая осанка. Плоскостопие выявлено у 29,8% студентов. 10% опрошенных имеют в своём анамнезе заболевания эндокринной системы, преимущественно щитовидной железы. Нарушение зрения наблюдается у 64,8% студентов, заболевания органов дыхания в своём анамнезе имеют 7,5%. У 31,9% респондентов были переломы (от 1 до 4), преимущественно верхних и нижних конечностей. Только 16,25% студентов ведут активный образ жизни, 73,12% – умеренно активный образ жизни и 10,63% – малоподвижный образ жизни. 66,9% опрошенных ощущают учебную перегрузку. Во время занятий только 6,25% студентов всегда соблюдают правильную рабочую позу за столом; 61,25% – иногда, 11,25% – вообще никогда не сидят в правильной рабочей позе и 21,25% – не следят за своей посадкой. 51,9% респондентов занимаются сортом в свободное время и только 9,37% занимаются спортом на профессиональном уровне. 68,1% для сна используют стационарную кровать, 19,4% диван, 10,6% тахту, 1,25% кресло кровать и 0,63% раскладную кровать (раскладушку).

Выводы. Таким образом, у большинства студентов медицинского ВУЗа выявлено нарушение осанки и нарушение зрения. Большая половина опрошенных ощущает учебную перегрузку. Установлено, что большинство респондентов ведут умеренно активный образ жизни и недостаточно ответственно относятся к своему здоровью, что свидетельствует о необходимости проведения профилактических мероприятий среди студентов с целью формирования ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья.