

Ермакович Д. П., Левчук А. Э.
**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
ФИЗИОТЕРАПИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ МИОПИИ**

Научный руководитель доц. Ванда Е. С.
Кафедра физического воспитания и спорта
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В настоящее время по статистике ВОЗ, 1,6 млрд населения земли имеют различные нарушения рефракции, при этом большую часть составляет близорукость – 290 млн. человек, 19 млн. из них – дети до 18 лет. По прогнозам специалистов Всемирной Организации Здравоохранения, к 2050 году близоруких будет насчитываться примерно 4,5 млрд человек — это половина населения земного шара. Самой распространенной причиной заболеваний (43%) являются нескорректированные аномалии рефракции, в том числе близорукость. Согласно источникам, причина данного вида нарушения рефракции полиэтиологична и ее формированию способствует ряд факторов. Наследственный, при доминировании которого (один из родителей имеет миопию), возможность возникновения данного заболевания у ребенка повышается до 50%. Общее снижение иммунитета и как следствие подверженность различным инфекционным заболеваниям. Травмы (прежде всего ЧМТ), нутритивный дефицит в питании детей и подростков, выражающийся в преобладании в рационе рафинированных углеводов и недостатка микроэлементов. В среднем в 2008-2012 гг. близорукость в Республике Беларусь зарегистрирована у 50 762,5±256,5 детей, при этом у лиц школьного и подросткового возрастов (7-18 лет) она установлена у 92,2% от общего числа детей с аномалиями рефракции. Ежегодно в среднем в Республике Беларусь выявляется 5777,5±275,5 новых случаев аномалий рефракции, главным образом, миопической. Из анализа литературных источников, страдающие данной патологией – это молодое работоспособное население и дети, в связи с чем возникает необходимость в безотлагательной профилактике и лечении миопии.

Цель: определение эффективности средств медицинской реабилитации и физиотерапии: лечебной физической культуры и электролечения, а также их сочетания в профилактике и коррекции миопии.

Материалы и методы. Экспериментальное исследование длительностью 3 месяца (13 недель) с участием трёх групп по 10 человек, состоящих из студентов БГМУ, страдающих миопией (распределение студентов по группам случайно). Этапы исследования: 1. подготовительный (I-я неделя) - обоснование цели, задач и методов исследования. Анализ специальной литературы, освещающей известные и используемые средства в коррекции миопии. Набор контингента участников эксперимента. 2. Вводный этап – (II и III недели) - измерение остроты зрения участников по таблице Сивцева. 3. Основной этап – (с IV по XI неделю) - выполнение разработанной для каждой группы методики: участники из контрольной группы – ведут привычный им образ жизни; участникам первой экспериментальной группы будет предложен комплекс упражнений, направленных на коррекцию миопии для обязательного ежедневного выполнения; вторая экспериментальная группа помимо выполнения упражнений будет проходить сеанс электролечения. Кроме того, каждую неделю основного этапа, при помощи таблицы Сивцева будет проводиться контрольное обследование остроты зрения каждого студента для последующего динамического анализа результатов. 4. Заключительный этап – (II и III недели) - тестирование участников эксперимента – измерение остроты зрения по таблице Сивцева.

Результаты и их обсуждение. Предположительно, показатель остроты зрения в ЭГ-2, получивших физиотерапевтические процедуры в совокупности с комплексом ЛФК, повысится в большей степени, чем аналогичный в ЭГ-1.