

Игнатюк К. Е., Селезнёва Е. И.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ ГИПОДИНАМИИ СРЕДИ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Борисова Т. С.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Гиподинамия представляет собой одну из ведущих медико-социальных проблем 21 века. У малоподвижных детей, как правило, отмечается слабость мышечной системы и патологические изменения осанки, нарушения нервно-рефлекторных связей, обмена веществ и уровня практически всех жизненно важных функций. Поэтому гиподинамия подлежит своевременной диагностике и коррекции.

Цель: на основе анализа факторов риска обосновать приоритетные направления профилактики гиподинамии среди учащихся общеобразовательных учреждений г. Минска.

Материалы и методы. В работе использован социологический и антропометрический методы исследования с участием 46 учащихся в возрасте 12-13 лет. Данные о состоянии здоровья школьников получены путем выкопировки из медицинской документации. Гармоничность физического развития оценивалась по индексу Кетле, профиля физического развития методом сигмальных отклонений. Статистическая обработка полученных результатов проводилась с применением компьютерной программы MS Excel.

Результаты и их обсуждение. В результате исследования установлено, что абсолютно здоровые дети составляют всего лишь 10,87%. Из каждых 10 обследованных учащихся 9 имеет функциональные нарушения в тех или иных системах организма. Индекс нездоровья по обобщенной группе наблюдения составил 10,4%, при этом среди школьников степень утраты ресурсов здоровья в 1,85 раза выше, чем среди гимназистов.

Распространенность хронической патологии также более выражена у школьников по сравнению с гимназистами (45,5% и 33,3% соответственно группам наблюдения). В структуре регистрируемых заболеваний лидирует школьнообусловленная патология и заболевания сердечно-сосудистой системы. Каждый третий (30,43%) учащийся имеет функциональные изменения опорно-двигательного аппарата, среди которых лидируют нарушения осанки (195,65 ‰). Такое же количество обследованных детей имеет нарушения зрения, в структуре общей заболеваемости которыми превалирует миопия (391,30 ‰).

У преобладающего количества (54,34%) учащихся выявлены недостаточные (ниже возрастных нормативов) резервы дыхательной системы, при этом жизненный индекс (среднее значение для совокупной группы наблюдения) составил $50,0 \pm 1,33$ мл/кг, что несколько ниже физиологической нормы для учащихся 12-13 лет. В ходе исследований установлена также тенденция к нарастанию числа детей с дефицитом мышечной силы кистей рук. Динамометрические показатели ниже возрастных нормативов характерны 1/5 обследованных (21,74%), при этом среди школьников количество таких лиц в 5,4 раза больше, чем среди гимназистов.

Анализ анкет показал, что в режиме дня учащихся имеет место гипокинезия. Основу их двигательной активности составляют организованные формы физического воспитания, длительность которых зачастую сокращается или производится замена другими уроками. Каждый пятый школьник (в основном мальчики) не владеет информацией о своей принадлежности к медицинской группе для занятий физическим воспитанием.

Выводы. Для современных детей школьного возраста (на примере 12-13 летних) характерна гипокинезия и ее следствие – гиподинамия, что подтверждается сниженными функциональными резервами жизнеобеспечивающих систем организма с тенденцией к нарастанию дефицита функциональных резервов и высоким уровнем заболеваемости. Все это указывает на необходимость осуществления более масштабного исследования с установлением ведущих факторов риска и обоснованием управленческих решений по их устранению.