

ОЦЕНКА УРОВНЯ СОМАТИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

Белорусская медицинская академия последипломного образования

Одной из актуальных задач гигиены детей и подростков в настоящее время является многостороннее рассмотрение процессов формирования здоровья подростков. Результаты многочисленных научных исследований свидетельствуют об огромной значимости этого этапа онтогенеза для обеспечения уровня настоящего и последующего здоровья человека. В современных научных исследованиях здоровье подростков нашего региона, как правило, изучается на основании анализа демографических показателей, заболеваемости, распределения детей по группам здоровья, оценки физического развития, отдельных функциональных показателей. В то же время представляет научный интерес использование комплексных показателей в оценке состояния здоровья подрастающего поколения. Одной из таких методик является экспресс-оценка уровня соматического здоровья по методу Г. Л. Апанасенко. Данная методика предусматривает комплексную суммарную оценку простейших показателей физического развития, состояния дыхательной и сердечно-сосудистой систем в покое и восстановительном периоде после дозированной физической нагрузки, которые ранжированы, и каждому рангу присвоен соответствующий балл. Общая оценка соматического здоровья определяется суммой баллов, что позволяет разделить всех обследованных по уровням физического здоровья на

группы: «низкого», «ниже среднего», «среднего», «выше среднего», «высокого» уровней здоровья. С использованием данной методики нами проведена оценка состояния здоровья учащихся 9–11-х классов шести общеобразовательных учреждений г. Минска. Всего обследовано 796 учащихся, в т. ч. 399 юношей и 397 девушек.

Результаты оценки уровня соматического здоровья учащихся старших классов представлены в таблице. Анализ уровня соматического здоровья с использованием экспресс-оценки показал, что удельный вес детей, отнесенных к высокому и выше среднего уровню физического здоровья, которые соответственно обладают высоким резервом функций, составляет 4 %; удельный вес детей, отнесенных к среднему и ниже среднего уровням соматического здоровья, составляет 27 %. Основное число, а это 68 % детей, имеют низкий уровень здоровья, что позволяет, с большей долей вероятности, говорить о наличии у них патологического процесса. Отмечается, что девочек с низким уровнем здоровья, на 10 % больше, чем мальчиков.

В процессе обучения на третьей ступени имеет место воздействие комплекса неблагоприятных факторов риска, таких как значительный объем учебной нагрузки, снижение двигательной активности, отсутствие достаточного количества свободного времени, а также значительное психоэмоциональное напряжение, обусловленное проблемой выбора профессии и подготовки к поступлению для получения профессионального образования. Поэтому представляет научный интерес изучение динамики показателей состояния здоровья учащихся в процессе обучения от 9-го к 11-му году обучения. Анализ уровня соматического здоровья с использованием экспресс-оценки от 9-го к 11-му году обучения позволил выявить, что удельный вес детей с низким уровнем здоровья больше в 9 классе — 78 %, на последующих этапах обучения доля их снижается — 68 и 59 % соответственно (табл.). При этом отмечено, что на каждом году обучения девочек с низким уровнем здоровья больше, чем мальчиков. Количество детей с показателями, отнесенными к среднему и ниже среднего уровням соматического здоровья, от 9-го к 11-му году обучения увеличивается с 18; 28 до 36 % соответственно. При этом данная тенденция больше выражена у мальчиков.

Таблица

Распределение учащихся старших классов по уровню соматического здоровья

Год обучения	Пол	Уровень соматического здоровья, %				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
9-й	Мальчики	75,0	6,9	12,1	6,0	0,0
	Девочки	81,4	9,7	8,0	0,9	0,0
	<i>Итого</i>	78,2	8,3	10,0	3,5	0,0
10-й	Мальчики	61,8	10,8	23,5	2,9	1,0
	Девочки	73,7	8,1	15,2	2,0	1,0

	<i>Итого</i>	67,7	9,5	19,4	2,5	1,0
11-й	Мальчики	53,4	20,7	19,0	6,0	0,9
	Девочки	64,9	10,5	21,1	1,8	1,8
	<i>Итого</i>	59,1	15,7	20,0	3,9	1,3
Всего	Мальчики	63,5	12,9	18,0	5,1	0,6
	Девочки	73,3	9,5	14,7	1,5	0,9
	<i>Итого</i>	68,3	11,2	16,4	3,3	0,8

При сравнительном анализе уровня соматического здоровья среди учащихся школ и гимназий установлено, что описанные выше тенденции характерны для учащихся как школ, так и гимназий. При этом удельный вес детей, отнесенных к высокому и выше среднего уровню физического здоровья, которые обладают высоким резервом функций, в школе больше, чем в гимназии — 5 и 2 % соответственно, причем мальчиков с данными показателями больше как в школе, так и в гимназии. Существенных различий по показателям со средним и ниже среднего уровнями физического здоровья у детей школ и гимназий не выявлено.

Отмечается, что удельный вес детей с низким уровнем физического здоровья достоверно больше в гимназии, чем в школе — 75 против 64 %, при этом удельный вес девочек больше, чем мальчиков, как в школе, так и в гимназии.

Таким образом, на основании изучения состояния здоровья учащихся старших классов с использованием экспресс-оценки уровня соматического здоровья по методу Г. Л. Апанасенко установлено, что $\frac{2}{3}$ обследованных учащихся (68 %), имеют низкий уровень соматического здоровья, данный показатель выше среди учащихся гимназии. Отмечается, что девочек с низким уровнем здоровья на 10 % больше, чем мальчиков. Предлагаемая методика дает возможность выделить группу риска (средний и ниже среднего уровни), для которой следует целенаправленно разрабатывать и осуществлять комплекс оздоровительных мероприятий. Дети и подростки, отнесенные к низкому уровню здоровья, характеризуются наличием патологического процесса той или иной степени выраженности.