

Самохина Н.В.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СО СКОЛИОЗОМ

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

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Состояние здоровья подрастающего поколения характеризуется ростом распространенности ряда неинфекционных заболеваний, в т.ч. и сколиоза. Одним из наиболее значимых факторов, способствующих формированию нарушений костно-мышечной системы, является нерациональная организация режима двигательной активности. При уже сформированном патологическом отклонении опорно-двигательного аппарата оптимизация двигательной активности способствует улучшению функционального состояния организма и препятствует дальнейшему ухудшению здоровья.

Цель: оценить уровень двигательной активности детей со сколиозом.

Материалы и методы. В данном исследовании приняли участие 122 учащихся со сколиозом 1-5 классов учреждений общего среднего образования г.Минска. Проведено анкетирование родителей (законных представителей) с использованием разработанной анкеты для изучения двигательной активности детей. Статистическая обработка данных осуществлена с помощью программы Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. При проведении исследования установлено, что одним из основных видов повседневной двигательной активности учащихся со сколиозом является дорога в школу и домой. При этом большинство из них (56,6%) до учреждения образования идет пешком, затрачивая на дорогу до 10-15 минут (41%) или 15-30 минут (15,6%). Вместе с тем у 32,5% детей данный маршрут составляет до 1 часа транспортом и у 8,2% – более 1 часа транспортом.

Наиболее распространенными формами двигательной активности детей вне учреждения образования в будни и выходные дни являются прогулки на свежем воздухе у 48,4% и 59,0% участников исследования, подвижные игры – у 27,9% и 38,5% соответственно анализируемым периодам. Спортивные секции посещают в будни 20,5% и выходные дни 18,0% детей со сколиозом. Вместе с тем у 24,6% исследуемых детей в будние дни и 16,4% в выходные дни двигательной активность представлена лишь спонтанными движениями в свободное время. Имеет место также недостаточная продолжительность прогулок на свежем воздухе. Так, большинство (65,6%) обследованных детей бывает на улице менее 3-х часов в день. В то же время, ежедневные просмотр телевидения или использование гаджетов, составляет более 2 часов у 59,5% участников исследования, в том числе у 12,4% из них – более 4 часов.

Выводы: среднесуточная двигательная активность детей со сколиозом характеризуется недостаточным разнообразием используемых форм и их низкой эффективностью: основным видом повседневной двигательной активности детей является дорога в школу и домой, при этом у 2/5 из них замещается использованием транспорта; несмотря на то, что наиболее распространенным видом дополнительной двигательной активности учащихся в будни и в выходные дни являются прогулки на свежем воздухе, они недостаточны по продолжительности и у каждого четвертого ребенка в будни и каждого шестого в выходные дни отсутствуют вовсе; свободное время в режиме дня у более половины учащихся расходуется на просмотр телевидения и использование гаджетов по продолжительности более 2-х часов в день.

Таким образом, необходима коррекция режима двигательной активности детей со сколиозом в целях оптимизации состояния здоровья и предотвращения прогрессирования основного заболевания снижения приверженности к развитию других нозоформ.