

Санько А. Н., Фурс Е. В.
**АНАЛИЗ И ОЦЕНКА БАЛАНСА ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОЙ
 МОЛОДЕЖИ**

Научный руководитель преп. Колбина Е. В.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Одним из путей поддержания здоровья является мониторинг его баланса, позволяющий своевременно осуществлять тренировку функциональных систем организма, превращая генотипические задатки в реальные резервы. Учитывая, что ведущие позиции в структуре общей заболеваемости населения Республики Беларусьочно занимают болезни органов дыхания и кровообращения, исследование и укрепление функционального состояния кардиореспираторной системы является одной из важнейших задач профилактической медицины и здоровьесбережения.

Цель: дать комплексную оценку функционального состояния кардиореспираторного аппарата современной молодежи.

Материал и методы. Оценка баланса здоровья по показателям состояния кардиореспираторной системы девушек 18-19 лет: жизненный индекс, индекс Кетле, индекс Скибинской, адаптационный потенциал, уровень физического состояния, индекс Робинсона, коэффициент экономичности кровообращения, коэффициент выносливости, показатель Кремптона. В работе использованы антропометрический, физиометрический, включая функционально-нагрузочные пробы, и расчетный методы исследования, а также статистическая обработка полученных данных с использованием пакета прикладных программ MS Excel.

Результаты. Высокий уровень здоровья (по значению жизненного индекса) установлен всего лишь у 43% обследованных, ниже среднего и низкий – у 12% и 6% соответственно. Для 83% девушек из группы наблюдения характерно гармоничное физическое развитие, оцененное по индексу Кетле. У 6% отмечается дефицит массы тела и у 11% - её избыток. Хорошие резервные возможности внешнего дыхания установлены (по индексу Скибинской) только у 14% обследованных, удовлетворительные (группа риска) – у 84% и плохие – у 2%. У 38% девушек выявлено донозологическое состояние вследствие напряжения адаптационных механизмов. Приемлемые показатели экономичности работы сердца (индекс Робинсона в покое), характерны только для 61% обследованных. Коэффициент экономичности кровообращения в норме всего лишь у 23%, у остальных его значения указывают на наличие утомления и ухудшение здоровья, равно как и при расчете коэффициента выносливости по формуле Кваса ослабление сердечной деятельности наблюдается у 70%. Расчет показателя Кремптона выявил у 30% девушек слабость сердечной функции.

Заключение. Выявленное стойкое снижение функционального состояния кардиореспираторной системы организма девушек 18-19 лет свидетельствует о нарушении баланса здоровья, низком его уровне и необходимости организации целенаправленных здоровьесберегающих мер среди современной молодежи.