

ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ УЧЕНИКОВ

*Дычко М.Н., Гурина С.В., студ.
научный руководитель – доц. Зайцев И.Э.*

СумГУ, кафедра педиатрии с курсом медицинской генетики

В период школьного возраста дети наиболее чувствительны к действию экзо- и эндогенных факторов, которые могут оказывать как благоприятное воздействие, так и влиять негативно. Неуклонно возрастающая информационная нагрузка, гиподинамия, неудовлетворительная организация питания, антропогенное загрязнение окружающей среды приводят к различным отклонениям в состоянии здоровья детей. Наследственная программа формирования ребенка реализуется в определенных условиях внешней среды и требует дифференцированного подхода. Здоровье ребенка оценивается не только морфометрическими данными, но и функциональным состоянием основных органов и систем, обеспечивающих адаптационный и резервный потенциал организма. В качестве интегрального критерия здоровья рассматривают адаптационные возможности организма, которые отражают степень динамического равновесия со средой. Поэтому изучение вопросов адаптации и состояния здоровья детей школьного возраста сохраняет актуальность и требует координированных усилий медицинской и педагогической науки.

Целью нашего исследования была оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы учащихся старших классов гимназий № 2 города Сумы. Для этого использовались индекс Руфье, рекомендованный приказом МЗ Украины № 518/674 от 20.07.09 для оценки функционального резерва сердечно-сосудистой системы городских школьников, адаптационный потенциал и был проведен анализ самооценки собственного состояния здоровья на основе анкетирования. Уровень функционального резерва сердечно-сосудистой системы ранжировался с учетом 5 градаций: менее 3 - высокий уровень; 4-6 - выше среднего; 7-9 - средний; 10-14 - ниже среднего (удовлетворительный); более 15 - низкий.

Нами было обследовано 127 учеников старших классов гимназий № 2 города Сумы. Полученные данные свидетельствуют, что большинство учеников (57%) имели ниже среднего и низкий показатели, у 27% - средний, и только 16% школьников имели высокий и выше среднего показатели функционального резерва сердечно-сосудистой системы. Наихудшие показатели оказались у учеников 9 и 11 классов, что может свидетельствовать о влиянии повышенной психоэмоциональной нагрузки в выпускных классах и снижении двигательной активности. С учетом морфометрических и функциональных параметров рассчитывался адаптационный потенциал. Уровень адаптации оценивали по классификации (Р.М. Баевский и соавт., 1987), согласно которой выделялись удовлетворительный уровень, напряжение механизмов адаптации, неудовлетворительный уровень и срыв адаптации. Удовлетворительный уровень адаптации отмечался у 19% школьников и характеризовался достаточными адаптационными резервами организма при минимальном напряжении регуляторных систем; у 62% нормальное функционирование обеспечивалось за счет напряжения механизмов адаптации, неудовлетворительный показатель зафиксирован у 13% детей и у 6% учеников зарегистрирован срыв адаптации.

По результатам анонимного анкетирования 32% детей относятся к своему здоровью равнодушно, состояние собственного здоровья вызывает беспокойство у 28% детей, только 17% школьников стараются выполнять рекомендации по здоровому образу жизни (занятия в спортивных секциях, рациональное питание, негативное отношение к вредным привычкам и т.д.).

Распределение детей в зависимости от различного уровня функционального резерва сердечно-сосудистой системы дает возможность индивидуального и дифференцированного подхода при формировании групп для занятий физической культурой. Так, согласно рекомендациям МЗ Украины, занятия в основной группе рекомендованы ученикам с высоким и выше среднего уровнем функционального резерва сердечно-сосудистой системы, школьникам со средними показателями показаны занятия в подготовительной группе, при низком и ниже среднего уровне дети должны получать физическую нагрузку в специальной группе.

Таким образом, новые образовательные технологии в условиях реформирования должны учитывать возрастные функциональные возможности детей с проведением физиолого-гигиенического мониторинга и предусматривать индивидуально-дифференцированный подход к каждому ученику. Кроме того, не теряет своей актуальности и воспитание ответственного отношения к укреплению и сохранению здоровья, формирование валеологического мировоззрения школьников, что обеспечит повышение адаптационных возможностей организма и улучшение качества жизни.