

613(082)
А 43

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Матеріали науково-практичної конференції
м. Кривий Ріг, 31 травня 2006 р.



КРИВОРІЗЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

- навчального процесу в сучасній школі // Журнал АМН України. – 2004. – № 1. – С. 193-199.
2. Вугрій О. Підготовка майбутнього вчителя до творчої діяльності // Вища школа. – 2003. – № 4-5. – С. 62-69.
3. Куницкая Ю. И. Философско-теоретические основания изучения педагогического профессионализма // Педагогика. – 2004. – № 6. – С. 21-25.
4. Лысый А. Е., Аргюх В. М., Рыженко С. А. Экология Кривбасса: социально-гигиенические проблемы и перспективы оздоровления: Монография. – Кривой Рог, 2002.
5. Морозова В. В., Музирова В. О., Лаврова А. В., Мікулак Н. М. Розв'язання проблеми здоров'я підростаючого покоління засобами освіти Дніпропетровщини // Відкритий урок. – 2003. – № 13-15. – С.77-80.

СТАН ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ ПРОМИСЛОВОГО КРИБАСУ ТА ШЛЯХИ ЙОГО ПОЛІПШЕННЯ

*Федотова К. Ю., Афонін А. П., Конельська І. М.,
Берднікова С. О.*

*Криворізький державний педагогічний університет
Криворізька міська санітарно-епідеміологічна станція*

Несприятлива екологічна ситуація, що склалася в Кривбасі, негативно відбивається на рівні здоров'я дітей та підлітків [2, 3]. До цього додається ще й вплив шкільних факторів ризику: ускладнення навчальних програм; невідповідність методик і технологій навчання віковим, функціональним можливостям учнів; нераціональна організація навчально-виховного процесу; велике сумарне добове навантаження на нервову систему учня; якість харчування; конструкція шкільних меблів тощо [4].

Встановлено, що проживання у мікрорайонах, прилеглих до великих промислових підприємств, підвищує імовірність формування хронічних захворювань у 1,49 рази, а виникнення частих гострих захворювань – у 1,55 рази. Імовірність розвитку порушень функціонального стану організму підвищується у 1,67 рази, а імовірність зниження резистентності – у 1,88 рази [1].

Серед соматичних захворювань дітей і підлітків Кривбасу найбільше поширення мають хвороби дихальних шляхів: 25–

30 % припадає на захворювання носоглотки. Часті гострі респіраторні вірусні інфекції провокують формування хронічної патології верхніх дихальних шляхів. Діти, які страждають на такі захворювання, швидко втомлюються; на уроках розсіяні; у них знижені механізми адаптації до інфекцій; деякі з них мають високий рівень ризику захворіти на ревматизм. Покращити стан здоров'я таких дітей допоможуть такі заходи як загартовування, заняття гігієнічною гімнастикою, дихальні вправи, раціональне харчування.

Серед хронічних захворювань школярів патологія органів травлення зустрічається у 18,5 % випадків (2004 р.), на відміну у 1981-1985 рр. ця патологія реєструвалася у 4-5 % випадків. Однією з причин розвитку цієї патології у школярів є недостатня організація системи харчування в школі. Охоплення максимальної кількості школярів гарячим харчуванням повинно зменшити ризик захворювання органів травлення.

Питома вага порушень опорно-рухового апарату за останні 20 років збільшилася в 2,7 рази, а частота захворювань на сколіоз – в 4 рази. Це обумовлене, головним чином, більшим статичним навантаженням на хребет, порушенням пози за партою, недостатньою освітленістю робочого місця, нераціональним харчуванням. Профілактика сколіозу у школярів в певній мірі залежить від раннього діагностування та систематичного проведення коригуючої гімнастики, виконання гігієнічних вимог до шкільних меблів, освітлення тощо.

Малорухомий спосіб життя учнів в поєднанні з нераціональним харчуванням створює загрозу ожиріння, при якому ризик розвитку гіпертонічної хвороби в 5-6 разів вище, ніж при нормальній масі тіла. Порушення обміну речовин, психоемоційна напруга, обумовлена навчальним процесом, наявність шкідливих звичок є факторами розвитку патологій серцево-судинної системи. Функціональні порушення ЦНС у дошкочоларів за останні 20 років збільшилася в 5 разів, а у школярів – 1,4 рази. Психоемоційне розвантаження, оздоровча фізкультура, пропагандистська робота зменшить дію цих чинників.

Тривала зорова напруга в поєднанні з іншими негативними факторами ризику (негативні емоції, нераціональне харчування, порушення режиму дня і фізіолого-гігієнічних вимог в школі) є основною причиною розвитку короткозорості, частота якої в старших класах складає 20-25 %. У дошкolarів ця патологія за останні 20 років збільшилася в 2,8 рази.

За період навчання дітей у школі збільшується поширеність різних хронічних захворювань. Так, за означений період захворюваність органів травлення (шлунка, печінки) виросла в 4,1 рази, нирок – в 2,3 рази.

В цілому перша група здоров'я виявлена у дошкolarів і школярів в 43,4 % і 35,5 %, друга група – в 46,0 % і 42,9 %, третя група – в 10,3 % і 21,2 %, четверта група – в 0,3 % і 0,5 % випадків відповідно.

Оскільки виявленні негативні тенденції в стані здоров'я дітей і школярів є наслідком впливу комплексу факторів ендогенного і екзогенного походження, основні зусилля мають бути спрямовані, з одного боку, на поліпшення соціально-економічних умов і екологічного оточення, з іншого – на оптимізацію навчально-виховного процесу в сучасній школі, а також на своєчасне проведення профілактичних і оздоровчих заходів серед дитячого населення.

Література

1. Бердник О. В., Серих А. В. Екологічні аспекти оцінки стану здоров'я населення // Довкілля та здоров'я. – 2001. – № 2. – С. 32-33.
2. Грузин И. И., Лысый А. Е. Характеристика факторов окружающей среды и состояние здоровья населения Кривбасса // Довкілля та здоров'я. – 2004. – № 1. – С. 41-42.
3. Лысый А. Е., Артюх В. М., Рыженко С. А. Экология Кривбасса: социально-гигиенические проблемы и перспективы оздоровления: Монография. Кривой Рог, 2002.
4. Морозова В. В., Музирова В. О., Лаврова А. В., Мікулак Н. М. Розв'язання проблем здоров'я підростаючого покоління засобами освіти Дніпропетровщини. // Відкритий урок. – 2003. – № 13-15. – С. 77-80.

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ ЦЕНТРАЛЬНО-ГОРОДСКОГО РАЙОНА Г. КРИВОГО РОГА

Баутина А. А., Ашихмина Н. Н., Голкало Н. С.

Центрально-Городская районная эпидемиологическая станция г. Кривого Рога

На сегодняшний день проблема здоровья населения Украины остается очень острой. Особенную тревогу вызывает состояние здоровья детей и подростков.

По данным Министерства здравоохранения Украины 42 % детей имеют различные хронические заболевания. В первый класс приходят 27 % здоровых детей, а оканчивают школу здоровыми только 6-7 % выпускников.

В настоящее время ухудшение экологических, социально-экономических условий жизни оказывает значительное влияние на состояние здоровья детей.

Исходя из этого, особую актуальность приобретает в настоящее время исследование, касающиеся причин ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения.

Отделением гигиены детей и подростков Центрально-Городской районной санитарно-эпидемиологической станции проведен анализ состояния здоровья школьников Центрально-Городского района г. Кривого Рога за 2001-2005гг. по данным углубленных медицинских осмотров.

Анализ полученных данных свидетельствует о росте числа хронических заболеваний среди школьников. Так, если в 2001г. интенсивный показатель (на 1000 осмотренных) выявленных больных составлял 170,3, то в 2005г. он составил 530. В структуре заболеваемости доминирующее место занимает заболевания опорно-двигательного аппарата. Если в 2001г. интенсивный показатель составлял 33, в 2005г. - 225. Это свидетельствует о том, что за 5 лет количество школьников с заболеваниями опорно-двигательного аппарата увеличилось в 6,8 раз.