

ИЗУЧЕНИЕ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭКСПРЕСС-МЕТОДА ПО Г.Л. АПАНАСЕНКО

Бугаевский К.А.

Институт здоровья, спорта и туризма, Классический частный университет,
г. Запорожье

Состояние здоровья студенческой молодежи в последние годы вызывает тревогу и является объектом пристального внимания и изучения многих специалистов медико-биологической, психологической и социологической направленности [1-6]. Проведенные исследования позволяют выявить у современных юношей и девушек широкий спектр анатомических, антропометрических, морфологических и иных изменений, зачатую комбинированных. Не являются исключением в данном вопросе и студенты-медики. Во время изучения дисциплины «Валеология», нами были проведены исследования уровня состояния здоровья у отечественных и иностранных студентов обоих полов I курса фармацевтического факультета Запорожского государственного медицинского университета. За основу проведения исследования был взят экспресс-метод определения уровня соматического здоровья, предложенный профессором Г.Л. Апанасенко. При проведении исследования для каждого студента был подготовлен индивидуальный лист, в который, по мере проведения требуемых измерений, вносились полученные данные [2-6]. После получения результатов исследования, были проведены их изучение и анализ, с применением метода математической статистики. Общая оценка уровня здоровья определялась, как сумма баллов по показателям.

В основу методики количественной экспресс-оценки уровня физического здоровья положены показатели антропометрии (длина тела, массы тела, динамометрия), а также данные о состоянии сердечно-сосудистой системы. После получения каждого показателя определяется общая сумма баллов, которая оценивается уровнем физического здоровья: 3 балла и меньше — низкий, 4-6 — ниже среднего, 7-11 — средний, 12-15 — выше среднего, 16-18 — высокий уровень здоровья [2-6].

Всего в проводимом исследовании приняло участие 85 украинских и 77 иностранных студентов. Среди украинских студентов юношей было 35 (41,18%), а девушек — 50 (58,82%) человек. Среди иностранных студентов юношей было 54 (70, 13%), девушек — 23 (29,87%).

Все студенты были отнесены к юношескому возрасту, их средний возраст составил $18,4 \pm 0,6$ лет. Для сравнения полученных результатов мы выделили следующие группы — юноши и девушки, отечественные и иностранные студенты.

Исследование проводилось в 2015 году на базе кафедры физической реабилитации, спортивной медицины, физического воспитания и здоровья Запорожского государственного медицинского университета. У юношей полученные результаты отражены в таблице 1:

Таблица 1

Сравнительные данные полученных показателей среди юношей

№	Наименование показателя	Отечественные студенты (n=35)	Иностранные студенты (n=54)
1.	Индекс массы тела, (кг/см ²)	23,5±0,76	20,4±0,3
2.	Жизненный индекс (мл/кг)	54,4±1,7	62,6±3,2

3.	Силовой индекс (%)	70,4±1,0	74,4±1,3
----	--------------------	----------	----------

Полученные данные указывают на то, что отечественные студенты имеют более высокие показатели индекса массы тела (ИМТ), жизненной ёмкости лёгких и, соответственно, значения жизненного индекса. Но юноши иностранцы, несмотря на чуть меньшие показатели ИМТ и ЖЕЛ, имеют более высокие показатели силы кисти (как правой, так левой) и, соответственно, более высокие показатели силового индекса. Полученные показатели у отечественных и иностранных девушек-студенток, отражены в таблице 2:

Таблица 2

Сравнительные данные полученных показателей среди девушек

№	Наименование показателя	Отечественные студентки (n=50)	Иностранные студентки (n=23)
1.	Индекс массы тела, (кг/см ²)	18,79±0,72	18,51±0,54
2.	Жизненный индекс (мл/кг)	50,4±1,1	48,7±1,3
3.	Силовой индекс (%)	45,2±3,2	39,2±1,3

Все данные, полученные после перевода в баллы, для их соотношения уровням здоровья у отечественных студентов, отражены на рис. 1:

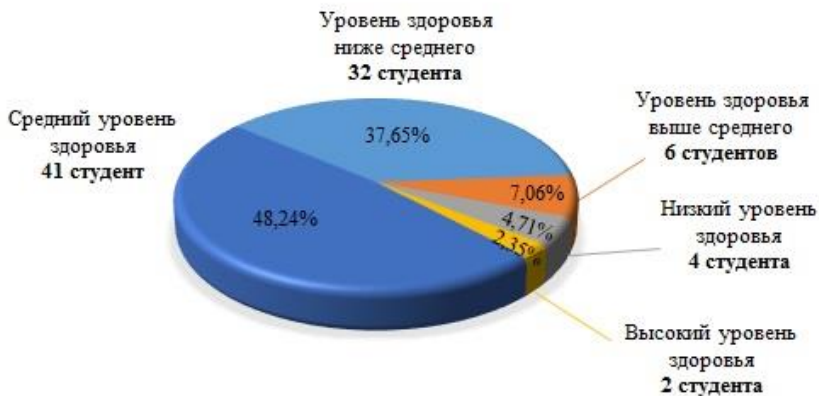


Рис. 1. Показатели уровней здоровья у украинских студентов

Анализируя показатели здоровья всех украинских студентов (n=85), принявших участие в проводимом исследовании следует отметить, что больше половины из общего числа студентов имеют средний (41), выше среднего (6) и высокий (2) уровни здоровья, что составило 49 (57,65%) человек. В то же время, уровень здоровья 36 (42,35%)

украинских студентов, которые имеют его уровень ниже среднего (32) и низкий (4) уровни здоровья, вызывает определённую тревогу, так как указанные студенты находятся в состоянии предболезни и /или болезни. Данные уровня здоровья у иностранных студентов (n=77), отражены на рис. 2:

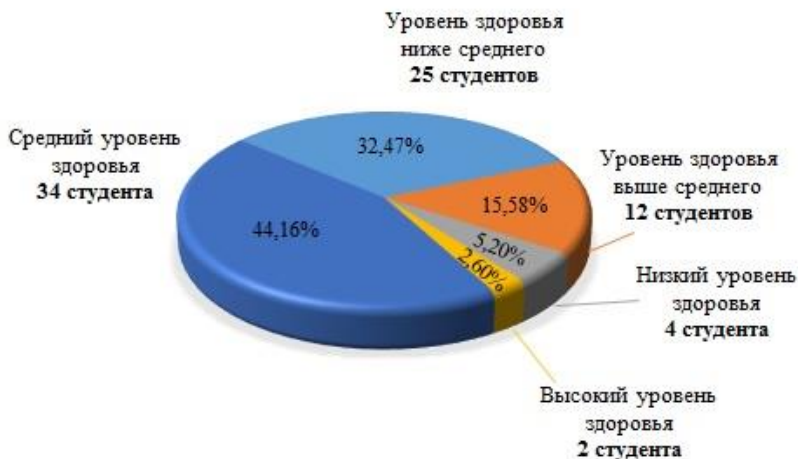


Рис. 2. Показатели уровня здоровья у иностранных студентов

Здесь имеет место следующая тенденция — общее число студентов (n=48) со средним (34), выше среднего (12) и высоким уровнем здоровья (2), составляет суммарно — 48 (62,34%) студентов, что является более высоким показателем, чем у украинских студентов.

Количество иностранных студентов (n=29) с уровнем здоровья ниже среднего (25) и низким (4) составило 37,66%, что также ниже, чем показатель у украинских студентов-медиков. В то же время, общее количество студентов из обеих групп (n=65) или 40,12%, с низким и ниже среднего уровнем здоровья, из общего числа студентов (n=162), является достаточно высоким и требует пристального внимания со стороны врачей студенческой поликлиники и профильных специалистов. Анализируя приведённые данные, можно сделать следующие **выводы**: Вызывает тревогу количество студентов с низким и ниже среднего уровнем здоровья, как отечественных — 36 (42,35%), так и иностранных 29 (37,66%).

Литература

1. Апанасенко Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова. — Ростов н/Д.: Феникс, 2000. — 243 с.
2. Ефремова Т.Г. Оценка состояния здоровья по Г.Л. Апанасенко как метод экспресс-диагностики в процессе физического воспитания / Т.Г. Ефремова, Е. А. Волкова // Воспитание и обучение: теория, методика и практика : материалы III Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 8 мая 2015 г.). — Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. — С. 326–328.
3. Король С.А. Оцінка стану соматичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів I курсу технічних спеціальностей / С.А. Король // Педагогіка,

психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — 2014. — № 11. — С. 23-29.

4. Мартынюк О.В. Оценка уровня здоровья студенческой молодежи по показателям адаптационного потенциала, биологического возраста и по резервам биоэнергетики организма / О.В. Мартынюк, В.Н. Виланский // Физическое воспитание студентов. — 2015. — № 3 — С. 20-28.
5. Михайлюк О. Оценка уровня физического здоровья учащихся / О. Михайлюк, С. Савчук // Физическое воспитание, спорт и культура здоровья в современном обществе: сборник научных трудов. — №. 2. — 2009. — С. 72-75.
6. Сазанова М.Л. Экспресс-диагностика здоровья первокурсников с разным уровнем двигательной активности / М.Л. Сазанова, Н.Л. Демина, Г.А. Попова, А.В. Сазанов // Фундаментальные и прикладные исследования в современном мире. — 2015. — № 11-3. — С. 74-77.

ПРОБЛЕМИ ГЕРОНТОЛОГІЇ В СУЧАСНОМУ СВІТІ

*Бухинська Т.В., Корчан Н.О.
ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава*

Актуальність теми дослідження. Проблема старіння людини завжди була актуальною в усі часи існування людства: на початку його розвитку це питання було не дуже усвідомленим — міфологізованим, у наші часи — це пошук еліксиру вічного життя. Геронтологія — це наука яка вивчає процеси старіння відповідно до біологічних, фізичних і духовних особливостей людини, їх соціальне значення. Старіння населення (тобто збільшення частки осіб пенсійного віку в загальній чисельності населення) нині набуває величезного значення для економіки і соціальної політики багатьох країн. Усе більше людей у всьому світі доживає до похилого і старечого віку. У всіх економічно розвинутих країнах цей процес є характерним демографічним показником. За даними ООН у 1950 році у світі проживало близько 200 млн осіб віком понад 60 років, до 1975 року ця цифра зросла до 350 млн, у 2000 році — до 600 млн; за прогнозами до 2025 року кількість осіб віком понад 60 років перевищать 1 млрд 100 млн, тобто збільшиться порівняно з 1975 роком на 224 %. За цей самий період передбачається, що загальна чисельність населення у світі зросте тільки на 102%.

Демографічна ситуація в Україні не відрізняється від загальносвітової. Особливістю сучасної української демографічної ситуації є висока смертність населення від серцево-судинних і онкологічних захворювань, останнім часом ці захворювання уражують осіб працездатного віку. Держкомстат України оперує такими числами: чисельність померлих у 2002 році від хвороб кровообігу становить 465,3 тис. чоловік, від зловиясних новоутворень — 95,1 тис. чоловік, від захворювань органів дихання — 31,8 тис. чоловік. У країнах ЄС очікувана тривалість життя чоловіків становить 74-77 років, жінок 80-82 роки. В Україні очікувана тривалість життя в 1995-1996 роках становила 67 років, у тому числі 61 рік для чоловіків і 73 роки — для жінок. За останні 8 років тривалість життя населення зменшилась на 3 роки. Щоб зрозуміти причини такої короткої тривалості життя, потрібно зважати на те, що за розрахунками дослідників у різних країнах світу здоров'я населення на 45-55 % залежить від способу життя (харчування, умов праці, матеріально-побутових чинни-