

напряжения вызывает особые реакции в центральной нервной системе, приводя к возникновению неврозов. Воздействие социально-экономических факторов может привести к социальному стрессу. При появлении данного стресса у населения происходит снижение мотивации к трудовой деятельности. Следует отметить, что изменения, возникающие в организме под влиянием социального стресса, не ограничиваются чрезмерной нейрогормональной реакцией и вызываемыми ею патологическими процессами, а касаются всех функциональных систем организма. Быстрый темп жизни заставляет больше внимание уделять экономическому благосостоянию, а не психологическому и физическому здоровью [2].

Таким образом, здоровье населения зависит от экологических, биологических, социально-экономических и других факторов. Для сохранения и укрепления здоровья населения необходимо проводить ряд мер по улучшению состояния окружающей среды, повышать уровень экономического развития страны, для того, чтобы улучшить показатели здоровья населения.

Библиографический список

1. *Абаев, Ю.К.* Экология человека и здоровье детей: социально-философские аспекты // Медицинские новости. 2008. № 12. С. 8-16.
2. *Анганова, Е.В.* Окружающая среда и здоровье человека / Е.В. Анганова, Л.А. Степаненко, О.В. Колбасеева, М.Ф. Савченков // Сибирский медицинский журнал (Иркутск). 2015. № 1. С. 122-125.
3. *Смагулов, Н.К.* Роль факторов окружающей среды в формировании уровня здоровья населения / Н.К. Смагулов, Г.Н. Ажиметова // Международный журнал экспериментального образования. 2013. № 11. С. 57-60.

Литвинова У.Д., Бараковских К.Н.

*Российский государственный
профессионально-педагогический университет,*

ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье рассматривается проблема отношения к своему здоровью среди подростков в современном мире. Говорится о причинах отклонений в состоянии здоровья школьников и зависимости этих отклонений от стадии полового созревания. Приводится статистика наиболее часто встречающихся болезней среди подростков.

Ключевые слова: оценка, здоровье, болезни, подростки, половая зрелость.

В современном мире остро стоит вопрос о здоровье подрастающего поколения. Медицина предлагает различные методы и меры профилактики различных заболеваний, которые являются актуальными на сегодняшний день.

К наиболее часто встречающимся заболеваниям подростков России сегодня можно отнести:

1. Болезни органов дыхания, это связано с тем, что сейчас легкодоступными стали разного рода электронные испарители, сигареты и прочее.
2. Болезни костно-мышечной системы, на развитии которых сказывается малоподвижный образ жизни, нежелание двигаться и заниматься спортом.
3. Болезни, связанные с желудочно-кишечным трактом, обуславливаются тем, что сейчас появилось очень много так называемой «быстрой» пищи, различные фаст-фуды и т.п.
4. Болезни системы кровообращения, чаще всего причиной возникновения которых является неправильный образ жизни, комплексно включающий выше названные причины.

5. Болезни нервной системы, которые возникают на фоне переходного возраста, пребывании в стрессе, связанном с учебой.

В результате при наличии отклонений в состоянии здоровья, должно осуществляться распределение детей по группам здоровья, которые следует учитывать в организации лечебных и профилактических мероприятий. Также необходимо понимать, как здоровье подростков может меняться в зависимости от стадии их половой зрелости.

Нами было проведено комплексное изучение параметров здоровья подростков, которые включают в себя:

1. Физическое развитие.
2. Половое развитие.
3. Резистентность.
4. Функциональное состояние органов и систем.
5. Заболеваемость по данным медицинской документации и профилактического медицинского осмотра.

Среди общеобразовательных школ было обследовано 1500 подростков в возрасте от 10 до 18 лет, среди которых, больше половины были девушки (59%). Изучение критериев здоровья, в том числе полового развития, проводилось традиционно.

В зависимости от стадии половой зрелости все подростки были подразделены на 3 группы:

- I группа – 10-12 летние школьники (300 человек) с I и II стадиями половой зрелости;
- II группа – 13-15 летние школьники (700 человек) с III и IV стадиями полового созревания;
- III группа – 16-18 летние школьники (500 подростков) с V стадией половой зрелости.

Полученные результаты исследования показали, что распределение нозологий в структуре заболеваний имеют следующий характер, и

практически не зависят от стадии половой зрелости. В расчете на 1000 детей:

1. Болезни костно-мышечной системы – 545 человек.
2. Болезни органов кровообращения – 352 человека.
3. Болезни глаз – 334 человека.
4. Болезни эндокринной системы – 195 человек.
5. Болезни органов пищеварения – 150 человек.
5. Болезни органов дыхания – 150 человек.
6. Болезни нервной системы - 127 человек.

Другие патологии составляют в общей структуре менее 10,0%: к ним относятся болезни мочеполовой системы, крови, дерматологические болезни, и прочие отклонения.

Данные результаты несколько отличаются от данных официальной статистики, однако, нарушения со стороны костно-мышечной системы подростков занимают лидирующие позиции в области медицины.

Распространенность болезней, в зависимости от стадий половой зрелости, не показала существенных различий, за исключением подростков I группы, среди которых преобладали заболевания: системы кровообращения (52,0%), эндокринной системы (27,2%) и неврологические нарушения (17,5%).

Полученные результаты помогли сформировать группы здоровья подростков, также с учетом их стадии половой зрелости. Установлено, что менее 1,0% подростков являются здоровыми.

Данный факт объясняется низкой эффективностью профилактической работы среди учащихся, а также действиями морфофункциональных факторов: длина и масса тела, окружность головы и грудной клетки.

Функциональные отклонения здоровья среди школьников II группы отмечались у 42% подростков, причины их достаточно обширны:

1. Отсутствие формирования навыков здорового образа жизни.
2. Генеалогические факторы.
3. Экологическое неблагополучие.

Большую долю среди обследованных составили подростки с хроническими заболеваниями (III группа здоровья), которые фиксировали, в среднем, практически, у каждого второго подростка - 55,6%.

Наиболее часто встречающиеся хронические заболевания у юношей:

1. Ожирение.
2. Плоскостопие.
3. Язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки.
4. Гипертония.
5. Бронхиальная астма.

Девушки чаще страдают от недостатка массы тела, неврозов и близорукости.

Планирование и разработка лечебно-профилактических мероприятий должны выстраиваться и опираться на результаты изучения критериев здоровья с учетом стадии половой зрелости, с особым вниманием к здоровью подростков, вступающих в пубертатный период.

На основе данного исследования, можно сделать несколько выводов.

Первое: большинство подростков не считают здоровье главной ценностью; здоровье занимает лишь 5 место, впереди стоит любовь, внешний вид и материальное благополучие.

Второе: подростки редко занимаются спортом, и, как правило, только для того, чтобы поддерживать хорошую физическую форму.

Третье: подростки считают, что состояние здоровья в большей степени зависит от качества медицинского обслуживания.

Четвертое: подростки, как правило, любят заниматься самолечением, слушать советы, смотреть что-то в интернете или использовать знакомую схему лечения в случаях плохого состояния здоровья.

Пятое: плохое состояние здоровья не вызывает у подростков негативные эмоции, общий фон настроения остается одинаковым в сравнении с другими ситуациями.

Библиографический список:

1. Баранов, А.А. Состояние здоровья детей Российской Федерации / А.А. Баранов // Педиатрия, 2012. №3.С. 9-14.
2. Баранов, А.А. Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Н.А. Скоблина. Москва: Издатель Научный центр здоровья детей РАМН, 2008. 216 с.
3. Баранов, А.А, Альбицкий, В.Ю, Антонова, В.И. Современные подходы в изучении заболеваемости детского населения России / Российский педиатрический журнал, 2008. №5. С. 4-7.

Лобанова А. А., Комлева С.В.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА

Аннотация. Физическая культура и спорт – важный компонент социальной адаптации детей и юношества. Социальная адаптация является гарантом физического здоровья, так как оно зависит и от общего психологического состояния. Физическая культура активно