

ЗАХВОРЮВАНІСТЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СТУДЕНТІВ-АГРАРІЇВ

Дзензелюк Д.О., Канділов І.Ю.

Житомирський національний агроєкологічний університет

Петрук Ю.М.

КВНЗ «Житомирський інститут медсестринства»

Актуальність проблеми. Здоров'я – це вічна життєва цінність і ресурсом, від рівня володіння яким залежить ступінь задоволення практично всіх потреб людини [4]. С.І.Присяжнюк рекомендує розглядати здоров'я, як широке соціально-біологічне поняття, яке включає не тільки нормальну структуру і функцію різних органів та систем, а й рівень розвитку функціональних резервів, діапазон компенсаторно-приспосувальних реакцій,

що й визначає успішну адаптацію організму до різних умов зовнішнього середовища [6]. Така адаптація супроводжується рядом захворювань опорно-рухового апарату [3, с. 6].

Малорухомий спосіб життя також негативно впливає на розвиток захворювання даного напрямку. Сумарний час, який студенти проводять за навчанням в статичному положенні у вищому навчальному закладі значно перевершує

фізіологічно обґрунтований, що веде до погіршення стану здоров'я та порушення постави. У позанавчальний час студентська молодь замість прогулянок, заняття спортом, більшість часу проводять за комп'ютером, що ще більше ускладнює ситуацію з поширенням захворювань опорно-рухового апарату [2].

Проблемам профілактики та лікування захворювань опорно-рухового апарату присвячені праці багатьох вітчизняних та закордонних вчених, у зв'язку з існуванням прямої залежності між станом опорно-рухового апарату та станом здоров'я. Вагомий внесок у вивчення цього питання зробили сучасні вчені, зокрема О. Гринна, О. Кудрявцева, Н. Копит вивчаючи сотні різних чинників, що впливають на здоров'я, Г. Апанасенко, Г. Грибан В. Епіфанов, О. Зінов'єв, Т. Івчатова, О. Микитчик, К. Яримбаш, Т. Бойчук, Л. Войчишин, М. Зубалій тощо, роботи яких спрямовувались на вирішення профілактики та лікування захворювань даного напрямку [1, с. 34].

Таке захворювання опорно-рухового апарату, як остеохондроз стає все поширенішим захворюванням сучасності, яке має тенденцію до омолодження і страждає при цьому молоде покоління. Тому робота науковців, фахівців даного напрямлення стає все актуальнішим, а дослідження захворювання за для попередження та лікування опорно-рухового апарату першочерговою.

Мета дослідження направлена на аналіз та синтез науково-методичних робіт фахівців та науковців спрямованих на вивчення захворювань опорно-рухового апарату студентської молоді. Також дослідити динаміки захворюваності опорно-рухового апарату протягом 2008–2015 років навчання студентів

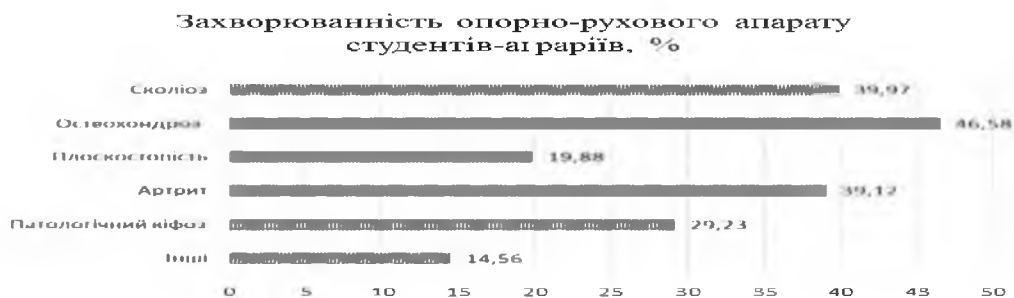
Житомирського національного агроєкологічного університету.

Матеріали та методи. В дослідженні взяли участь понад 965 студентів обох статей восьми факультетів: агрономічного, технологічного, інженерно-технічного, ветеринарної медицини, обліку та фінансів, економіки та менеджменту, лісового господарства, екологічного Житомирського національного агроєкологічного університету.

Збір даних проводився завдяки методам: аналіз, синтез та оцінки показників захворюваності реєстрованих даних в медичних довідках про звільнення від занять з фізичного виховання, та кількості пропущених занять через хворобу, опрацьовувались за даними деканатів факультетів та медичного пункту університету.

Результати та їх обговорення. Одним із найпоширеніших захворювань серед молоді набуває патологія опорно-рухового апарату. Така тенденція викликана багатьма причинами, а саме: малорухомий спосіб життя, велике навантаження навчальної програми, яка змушує молодь левову частину доби проводити біля комп'ютера, або в сидячому положенні на планових заняттях тощо. Більшість негативних факторів впливають на розвиток конкретного захворювання: артрит, сколіоз, остеохондроз, патологічний кіфоз, плоскостопість тощо. За даними дослідження захворювань опорно-рухового апарату на остеохондроз хворіють $46,58 \pm 1,98$ студентів-аграріїв, на сколіоз – $39,97 \pm 1,25$, на артрит – $39,12 \pm 0,97$, на плоскостопість – $19,88 \pm 0,54$, на патологічний кіфоз – $29,23 \pm 0,81$, інші $14,56 \pm 0,22$ (табл. 1).

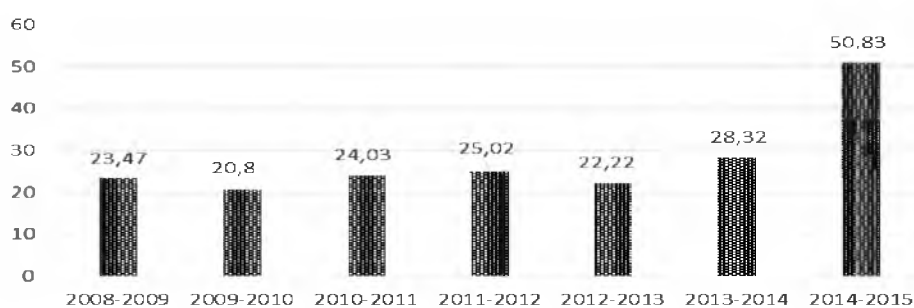
Таблиця 1



Наведені дані в таблиці свідчать про актуальність вирішення, профілактики та лікування опорно-рухового апарату починаючи зі студентських років. Тенденція розвитку захворювання опорно-рухового апарату свідчить результати дослідницької діяльності Ю.С. Лисюк, І.І. Вовченко при вивченні стану здоров'я серед дітей шкільного віку Баранівського району (гімназія №1), Кашперівської та Першотравеньської ЗОШ I–III ступенів. Де захворюваність розподілилась таким чином: серцево-судинної системи – 22,0 %, опорно-рухового апарату – 18,0 %, органів дихання – 15,8 %, очей – 14,5 %, органів травлення – 12,0 %, ендокринної системи – 9,7 %, інших патологій – 8,0 % [5, с. 97–100].

Прогресуюче зростання захворювання опорно-рухового апарату

Динаміка показників захворювань опорно-рухового апарату студентів I курсу протягом 2008-2015 років навчання, %



Таблиця 2

Держава в особі Міністерства охорони здоров'я повинна передбачити та пересвідчитись про виконання в навчальних закладах, наступних цілей і задач, а саме: створенні у навчальному закладі середовища, що сприятливо впливає на здоров'я та формування здорового способу життя студентів; формування знань про здоров'я, про фактори, що сприятливо впливають на здоров'я, про значення здоров'я для успішної навчальної та професійної діяльності; навчання самоконтролю, самооцінки, саморегуляції здоров'я; знання взаємозв'язку компонентів здоров'я, принципів здорового способу життя; уявлення про відповідальність людини за своє здоров'я; знання вікових

від шкільного до студентського віку спостерігається у студентів I року навчання Житомирського національного агроєкологічного університету протягом 2008–2015 навчальних років (табл. 2). Динаміка росту захворювання опорно-рухового апарату в 2008 році складає 23,47 % в 2015 році 50,83 % з варіативністю показників 27,36 % при $t=7,24$, з достовірністю змін $P<0,001$. Незначне покращення показників спостерігається в 2009–2010 та 2012–2013 роках.

В погіршенні стану здоров'я та захворювань опорно-рухового апарату вчасності є провина самих студентів але і відсутність реалізації державних програм навчальними закладами.

особливостей фізичного і психічного розвитку здоров'я; вміння здійснювати самоспостереження за своїм здоров'ям; знання про сприятливий вплив фізичної культури та спорту на здоров'я молоді людини; формування сприятливого ставлення до занять фізичною культурою та спортом [7, с. 167–171]. Виконання вищенаведених задач та цілей сприятиме частковому покращенню стану здоров'я студентської молоді.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Відповідно до результатів даної роботи можна зробити наступні висновки: стан здоров'я учнівської молоді знаходиться на низькому рівні і має негативну динаміку. Тенденція до погіршення здоров'я

спостерігається і у студентів-аграріїв. Рівень мотивації до занять з фізичного виховання та рухової і фізичної активності не відповідає мінімальному рівню, що спричиняє погіршення стану здоров'я та сприяє розвитку захворювань опорно-рухового апарату студентської молоді. Динаміка захворювань опорно-рухового апарату протягом 2008–2015 років становить варіативність – 27,36 % при $t=7,24$ та рівнем достовірних змін $P<0,001$. Одним з шляхів вирішення даної проблеми це підвищення рівня мотивації учнівської

Література.

1. Бовсуновська М.О. Профілактика захворювань хребетного стовпа засобами фізичного виховання / М.О. Бовсуновська, Н.М. Корнійчук, Д.В. Шевчук // Студентська спортивна наука – 2015: зб. наук. пр. І Всеукраїнської студентської наук.-практ. конференції. – Житомир: Вид-во “Рута”, 2015. – С. 34
 2. Грибан В.Г. Валеологія. Навчальний посібник / В.Г. Грибан. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 256 с.
 3. Дзензелюк Д.О. Лікувальна фізична культура при захворюваннях опорно-рухового апарату (остеохондроз) : методичні рекомендації для студентів та викладачів кафедри фізичного виховання / Д.О. Дзензелюк, А.П. Денисовець, О.П. Момот – Ж. : Вид-во ПП “Рута”, 2015. – С. 6
 4. Круцевич Т.Ю. Управління процесом фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич, В.В. Петровський. – К.: Олімпійська література, 2008. – 379 с.
 5. Лисюк Ю.С. Стан здоров'я дітей середнього шкільного віку / Ю.С. Лисюк, І.І. Вовченко // Студентська спортивна наука – 2015: зб. наук. пр. І Всеукраїнської студентської наук.-практ. конференції. – Житомир: Вид-во “Рута”, 2015. – С. 97–100
 6. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання / С.І. Присяжнюк. – К.: ЦУЛ, 2008. – 502 с.
 7. Ситникова М.А. Формування здорового способу життя засобами фізичної культури / М.А. Ситникова, В.І. Айунц // Студентська спортивна наука – 2015: зб. наук. пр. І Всеукраїнської студентської наук.-практ. конференції. – Житомир: Вид-во “Рута”, 2015. – С. 167–171
-

та студентської молоді до регулярних занять фізичними вправами, формування базових знань про стан соматичного здоров'я, умінь та навичок профілактики захворювань опорно-рухового апарату тощо.

Результати даної роботи є етапом подальшого, більш тривалого вивчення даної проблеми. Необхідним для формування більш деталізованого підходу до вирішення проблеми розвитку захворювань опорно-рухового апарату у студентів-аграріїв