

УДК 61

МОНИТОРИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ДИНАМИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ

Туманова А.Л.

*Сочинский институт Российского университета дружбы народов, Сочи,
e-mail: tymanova@mail.ru*

В статье приведены результаты исследования показателей здоровья группы студентов, которая проходила курс индивидуальной фитореабилитации и курс офтальмокомплекса «Русский щит». Показана эффективность данных реабилитационных комплексов для восстановления зрительных функций, профилактики и массового предупреждения возникновения заболеваемости.

Ключевые слова: проблема здоровья молодежи, фитореабилитация, мониторинг

MONITORING STUDIES OF THE PERFORMANCE OF THE DYNAMIC HEALTH OF STUDENTS

Tumanova A.L.

Sochi Institute of Peoples Friendship University of Russia, Sochi, e-mail: tymanova@mail.ru

The paper presents the results of a study of health indicators of students who took a course and the course of individual fitoreabilitatsii oftalmokompleksa «Russian Shield». The effectiveness of these rehabilitation facilities for recovery of visual functions, mass prevention and prevention of disease.

Keywords: the problem of youth health, fitorehabilitation, monitoring

В настоящее время, по данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), молодые люди составляют 30% населения земного шара – 1 млрд. 445 млн человек.

Единая точка зрения в отношении классификации возрастов отсутствует, хотя не вызывает сомнения тот факт, что в разных возрастных группах факторы, влияющие на уровень здоровья, оказывают различное воздействие. Каждая возрастная группа отличается «персональными» характеристиками, определяемыми социальной ролью ее представителей. Исходя из общности социальных факторов, к категории молодежи большинство исследователей относит людей в возрасте от 16 до 29 лет.

Анализ научной литературы, посвященной проблеме здоровья молодежи, показывает, что за последние годы она стала еще более актуальной. В работах отмечается, что количество студентов специальной медицинской группы увеличилось с 10 до 20 – 25%, в некоторых вузах достигает 40% и по прогнозам к 2015 году может достигнуть 50% от общего количества студентов. За время обучения в вузе здоровье студентов не улучшается, ряд авторов отмечают его ухудшение. Чрезмерное увеличение веса отмечается у 53% мужчин и 64% женщин. Ко второму курсу количество случаев заболеваний увеличивается на 23%, а к четвертому – на 43%. Четверть студентов переходит в более низкую медицинскую группу.

На базе Сочинского института РУДН кафедры «Физиологии» НИЦ «Экология

и здоровье человека» г. Сочи. В период с февраля 2013 года по март 2013 года была обследована выделенная группа риска в 2012 году из 36 студентов, находящихся на динамическом наблюдении, которая проходила курс индивидуальной фитореабилитации и курс офтальмокомплекса «Русский щит». Исследования выполнялись группой студентов в рамках выполнения дипломных работ под руководством д.мед.н. проф. Тумановой А.Л.. Обследования проводились следующим образом: измерение давления – автоматическим тонометром «beurer», пульса – автоматическим тонометром «beurer», остроты зрения – логарифмическая таблица Головина (с кольцами Ландольта), поля зрения – программный комплекс «Ocular», ГРВ-биоэлектрография, обследование на «Сигма-ирис».

Основной целью исследования являлось изучить результативность прохождения курса фитореабилитации у выделенной ранее группы риска.

Для достижения этой цели, был поставлен ряд конкретных задач:

1. Провести исследование зрительных функций, физиологических и клинических показателей у выделенной ранее группы риска (36 человек), после прохождения курса фитореабилитации и визиотренинга;

2. Провести сравнительный анализ показателей здоровья в выделенной группе риска и дифференцированный анализ в соответствии с выполненными рекомендациями;

3. Изучить результаты исследования до и после прохождения фитореабилитации методом ГРВ_биоэлектрографии;

4. Провести анализ результатов исследования до и после прохождения фитореабилитации АПК «Сигма-Ирис»;

5. Провести обработку и анализ полученных результатов в 2012-2013 гг.

Обработка всех полученных данных осуществляется автоматически программами, результаты исследований представляются в виде круговых (сектораль-

ных) и объемных диаграмм, а также таблиц.

Данные были собраны с группы риска студентов Сочинского института РУДН, исследования прошли 36 человек. При прохождении исследования было выявлено, что:

1 – не выполняли рекомендации – 10 человек;

2 – выполняли, но не полностью – 8 человек;

3 – выполняли полностью все рекомендации – 18 человек.

Артериальное давление (категория), (мм ртутного столба).	Количество человек.		Проценты, %.	
	2012 г.	2013 г.	2012 г.	2013 г.
Пониженное 100/60 и ниже (мм ртутного столба)	9	5	25%	14%
Нормальное От 100/60 до 140/90 (мм ртутного столба)	21	27	58%	75%
Повышенное От 140/90 до 180/110 и более (мм ртутного столба)	6	4	17%	11%

Распределение показателей артериального давления в обследуемой группе по сравнению с 2012 годом

Из всех обследуемых у 5 человек пониженное давление, это на 11% (5 человек) меньше чем в прошлом году. 27 человек из группы артериальное давление в пределах нормы, в то время как в прошлом году 21 человек. У 11% (4 человек) всех обследуемых было выявлено повышенное АД – это меньше на 6% в сравнении с прошлым годом.

Частота пульса – величина, отражающая число колебаний стенок артерии за единицу времени.

Данные за 2012 год

• умеренной частоты (60-90 уд./мин) – 25 человек (70%);

• редкий (pulsus bradis) (менее 60 уд./мин) – 4 человека (11%);

• частый (pulsus tachis) (более 90 уд./мин) – 7 человек (19%).

Данные 2013 года:

1 – умеренной частоты (60-90 уд./мин) – 28 человек (78%);

2 – редкий (pulsus bradis) (менее 60 уд./мин) – 1 человека (3%);

3 – частый (pulsus tachis) (более 90 уд./мин) – 7 человек (19%).

Таблица данных по остроте зрения полученных в 2012 и 2013 гг.

Острота зрения	Количество человек.		Проценты, %.	
	2013 г.	2012 г.	2013 г.	2012 г.
Равна 1.0	21	16	58%	44%
Меньше 1.0	15	20	42%	56%

При обследовании группы студентов в 2012 году у 16 человек острота зрения на оба глаза равна 1.0. после прохождения курса «Русский щит» и фитореабилитации, группа студентов у которых острота зрения равна 1.0 увеличилась на 14% (5 человек).

Анализ проведенный у группы риска (36 человек) с помощью системы «СИГМА – ИРИС». Критерием, прогноза эндэкологического состояния, является тканевое и лимфатическое загрязнение органов и тканей.

Из обследуемых 36 человек в 2012 г. было выявлено, что у 28% (10 человек) идет загрязнение лимфатической системы, у 58% (21 человек) накопление токсинов в подкожно-жировом слое и прилегающих к нему тканей и только у 14% (5 человек) эндэкологическое загрязнение в норме и не требует коррекции. На 2013 г. После выполнения курса фитореабилитации мы получили увеличение в норме до 21 человека.

Частота патологических изменений в проекционных зонах четырех систем организма, выявленных методом иридодиагностики, %, 2013 г:

1 – желудочно-кишечный тракт – 16 человек;

2 – сердечно-сосудистая система – 4 человек;

3 – мочеполовая система – 5 человек;

4 – гепатобилиарная система – 4 человек;

5 – норма – 17 человек.

Частота патологических изменений в проекционных зонах четырех систем организма, выявленных методом иридодиагностики, %, 2012 г:

1 – желудочно-кишечный тракт – 31 человек;

2 – сердечно-сосудистая система – 6 человек;

3 – мочеполовая система – 7 человек;

4 – гепатобилиарная система – 5 человек;

5 – норма – 2 человек.

Чаще всего изменения на радужке отмечались в проекционной зоне желудочно-кишечного тракта (86%), реже в гепатобилиарной зоне (14%), в норме только 2 человека. Это данные за 2012 год. При повторном исследовании, после прохождения курса фитореабилитации, в норме 17 человек (47%), в остальных системах и зонах уменьшение произошло на 1-40%.

Знаки на радужке легкой степени регистрировались нами для полноты анализа и прослеживания возможных динамических изменений в них в процессе диспансерного наблюдения. При оценке иридодиагностических находок в расчет принимались только умеренные и грубые изменения на радужке.

Степень дисфункции органов на основе ГРВ-диагностики 2013 г.

Функциональные нарушения	Число пациентов	Проценты
Норма	12	34%
Гипофункция	8	22%
Гиперфункция	16	44%

Степень дисфункции органов на основе ГРВ-диагностики 2012 г.

Функциональные нарушения	Число пациентов	Проценты
Норма	21	58%
Гипофункция	15	42%
Гиперфункция	0	0%

Выводы

1. В результате проведенной фитореабилитации по степени эндоэкологического загрязнения мы получили следующие результаты: в 2013 г. норма – 58% (21 человек), в 2012 г. – 14% (5 человек);

2. Сравнение динамических показателей методом ГРВ-диагностики, показало уменьшение количества пациентов с различной степенью отклонения и увеличение числа пациентов с показателем нормы (16 человек);

3. В результате прохождения курса фитореабилитации из выявленных отклонений А/Д от нормы в 2012 году у 15 человек (42%), в 2013 году – выявлено у 9 человек (25%), т.е. на 6 человек (17%) меньше;

4. Частота пульса в пределах нормы в 2012 г. у 25 человек, 2013 г. – у 28 человек;

5. Острота зрения и световая чувствительность: отклонения от нормы 2012 год – 20 человек; 2013 год – 15 человек;

6. Дифференцированный анализ по выполнению показал, что наилучших резуль-

татов удалось достичь в группе выполнявшей все рекомендации (18 человек);

7. В результате обследования группы риска выделенной в 2012 году для динамического наблюдения были получены положительные результаты (из группы риска вышло 16 человек);

8. Полученные результаты показали информативность метода ГРВ-биоэлектрографии и АПК «Сигма-ирис» и целесообразность их применения в мониторинговых исследованиях динамики процессов реабилитации;

9. Мониторинговые исследования физиологических показателей здоровья дают возможность выделять группы риска по здоровью, рекомендовать индивидуальные меры по профилактике заболеваемости и существенно влиять на динамические показатели здоровья;

10. Таким образом можно рекомендовать данные реабилитационные комплексы для восстановления зрительных функций, профилактики и массового предупреждения возникновения заболеваемости.