

УДК 616-056.8-053.5(23.03)

**ВЛИЯНИЕ НЕГАТИВНЫХ ФАКТОРОВ И ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК НА СОСТОЯНИЕ
ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ВЫСОКОГОРЬЯ**

**THE IMPACT OF NEGATIVE FACTORS AND BAD HABITS ON
THE HEALTH OF SCHOOL-AGE CHILDREN IN THE HIGHLANDS**

©Шалабаева Б. С.

канд. мед. наук, Национальный центр охраны материнства и детства
г. Бишкек, Кыргызская Республика, tolebek@inbox.ru

©Shalabaeva.B.

Ph.D., National Center for Maternity and Childhood Protection
Bishkek, Kyrgyz Republic, tolebek@inbox.ru

©Джетыбаева А. Б.

канд. мед. наук, Национальный центр охраны материнства и детства
г. Бишкек, Кыргызская Республика

©Djetibaeva. A.

Ph.D., National Center for Maternity and Childhood Protection
Bishkek, Kyrgyz Republic

©Кожоназарова Г. К.

канд. мед. наук, Национальный центр охраны материнства и детства
г. Бишкек, Кыргызская Республика

©Kojonazarova G.

Ph.D., National Center for Maternity and Childhood Protection
Bishkek, Kyrgyz Republic

©Болотбекова А. Ж.

канд. мед. наук, Кыргызская государственная медицинская академия
г. Бишкек, Кыргызская Республика, bolotbekova75@mail.ru

©Bolotbekova. A.

Ph.D., I. K. Akhunbaev Kyrgyz State Medical Academy
Bishkek, Kyrgyz Republic, bolotbekova75@mail.ru

©Мусуркулова Б. А.

канд. мед. наук, Кыргызская государственная медицинская академия
г. Бишкек, Кыргызская Республика, musurkulova_b@mail.ru

©Musurkulova.B.

Ph.D., I. K. Akhunbaev Kyrgyz State Medical Academy
Bishkek, Kyrgyz Republic, musurkulova_b@mail.ru

Аннотация. Проведено анкетирование и анализ состояния здоровья детей школьного возраста по данным профилактического осмотра в г. Нарын. По результатам исследования получены частота проявления негативных форм поведения (учебные нагрузки в школе и дома, физическая активность, «работающий ребенок», курение, употребление алкоголя, наркотических веществ, сексуальное поведение) среди учащихся школ. Оценено состояние здоровья школьников 8-11 классов.

Abstract. Questionnaires and analysis of the health state of 199 school-age children were conducted according to the data of a preventive examination in Naryn. According to the results of the study, negative behaviors were identified (loads on school and home, physical activity, "working child", smoking, alcohol, drugs, sexual behavior) among schoolchildren. The health state of schoolchildren among grades 8-11 is assessed.

Ключевые слова: школьники, подростки, здоровье, вредные привычки.

Keywords: schoolchildren, adolescents, health, bad habits.

Известно, что на формирование здоровья у школьников оказывают влияние такие факторы риска, как поведенческие (курение, нерациональное питание, чрезмерное потребление алкоголя, низкая физическая активность) и медико-биологические (частые простудные заболевания, вегетативные нарушения и т.д.), которые в свою очередь вносят свой вклад, приводя к отрицательным социальным последствиям [1-3].

Целью исследования явилось изучение влияния факторов риска на формирование здоровья детей школьного возраста в условиях высокогорья.

Материалы и методы исследования

В исследовании принимали участие дети школьного возраста г.Нарын.

Всего под наблюдением находилось 199 учащихся, из них 49,2% мальчиков и 50,8% девочек. Для удобства проведения анализа школьников поделили на следующие возрастные группы:

- первая группа (младшие классы) - 1-4 классы;
- вторая группа (средние классы) - 5-7 класс;
- третья группа (старшие классы) - 8-11 класс.

Методом анкетирования и профилактического осмотра проводилось изучение распространенности вредных привычек, школьных и домашних нагрузок и наличие заболеваний у школьников. По специально составленному вопроснику проводился скрининг-опрос школьников 5-11-х классов, а также родителей учеников младших классов (1-4-е класс). Ниже приведена Таблица 1 с указанием допустимых нагрузок, как в школе, так и дома.

Таблица 1.

Допустимые школьные и домашние нагрузки у детей школьного возраста (источник Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы САНПИН 2.4.2.1178-0)

<i>Класс</i>	<i>Уроки в часах</i>	<i>Дом.задание в часах</i>	<i>ТВ ч/день</i>	<i>ПК ч/день</i>
1-4 классы	2,5-4	До 1-1,5	2,5	20-40 мин
5-7 классы	5-6	2-2,5	3	До 1,5
8-11 классы	5-6	До 3,5	4	

Статистическая обработка материала проводилась в статистической программе SPSS.

Результаты и их обсуждения

Результаты проведенного исследования позволили выявить отношение школьников к собственному здоровью: 2,5% опрошенных оценивали свое здоровье очень хорошим, 60,8% – хорошим, 5,5% – удовлетворительным. Дали плохую оценку своему здоровью 2,0% детей и 29,2% - не ответили.

Среди детей младшего и среднего возраста проводился опрос, «важно ли быть здоровым» ответили 92,1% и «что для этого надо делать?» представлены в Таблице 2.

Таблица 2.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА

№	Вопросы опроса	1-4 класс (76)		5-7 класс (38)		Всего 114	
		Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
1	Правильно питаться	67	88,2	36	94,7	103	90,3
2	Заниматься спортом	48	63,2	30	78,9	78	68,4
3	Обращаться к врачу, если заболел	15	19,7	5	13,2	20	17,5
4	Не курить	16	21,1	2	5,3	18	15,8
5	Не пить алкогольные напитки	7	9,2	8	21,1	15	13,2

Как видно из Таблицы 2, школьники понимают важность правильного питания, занятий спортом, но только каждый 6-7 школьник понимает негативное влияние на здоровье вредных привычек, как курить и пить. Если заболел, то считают необходимым обратиться к врачу 17,5% детей.

Проводился анализ учебных нагрузок, занятия спортом, досуг учащихся. Среди детей младших классов прослеживалась «высокая» учебная нагрузка, как в школе (68,4%), тогда как среди учащихся 5-7-х и 8-11-х классов в школе превалировала «нормальная» учебная нагрузка и соответствовала 86,8% и 91,8%, а дома «низкая» - 89,5% и 91,8%

Большое влияние на ограничение двигательной активности (гипокинезия) оказывает работа или времяпровождения за компьютером и просмотр телевизионных передач. На диаграмме показано (Рисунок 1.), что ежедневно у телевизора свой досуг проводят более 3-4 часов практически все учащиеся, особенно учащиеся 5-11 классов 81,6% и 70,6%.

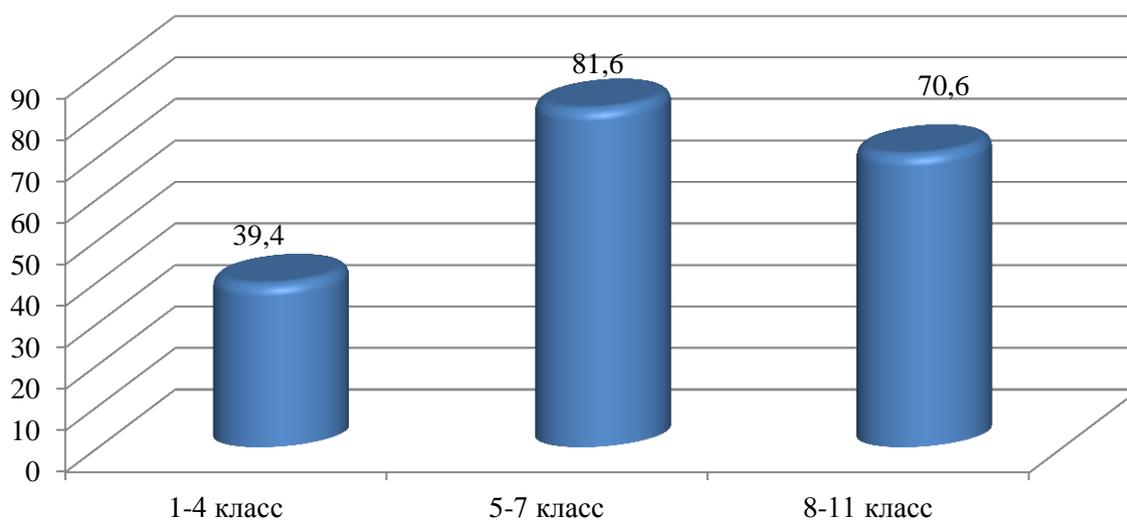


Рисунок 1. Ежедневный просмотр телевизора

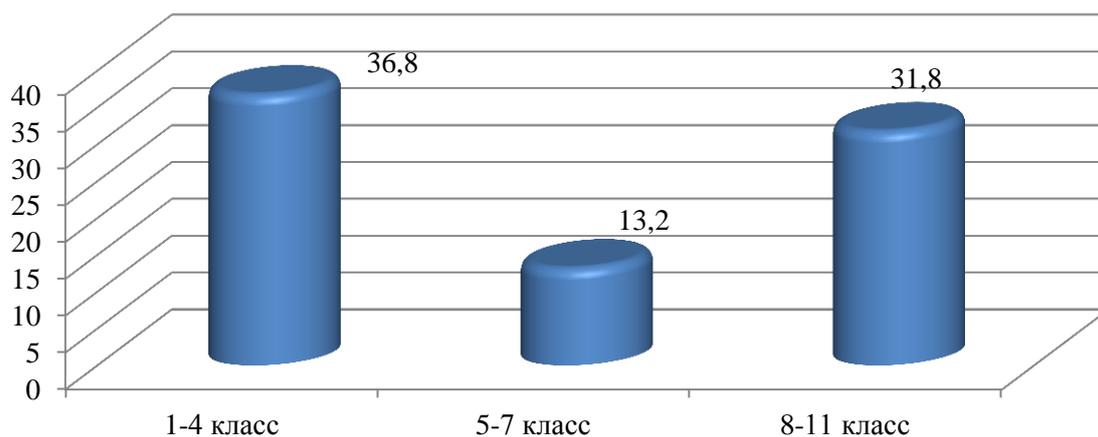


Рисунок 2. Ежедневное использование компьютера и интернета школьниками

Компьютером пользуются все опрошенные учащиеся, причем учащиеся младших классов сидят больше за компьютером, мобильным интернетом (Рисунок 2).

Продолжительность просмотра телевизионных передач и работы за компьютером оказывают большое влияние на ограничение двигательной активности школьников. Такое длительное пребывание за компьютером приводит к переутомлению, нарушению осанки, ухудшению зрения. При этом надо отметить, что учащиеся средних классов 97,4% и старших классов 100% регулярно занимались физической культурой – уроки физкультуры или спортивные секции. Среди школьников 8-11 классов спортивную секцию посещали каждый 3-й ученик.

Как видно из Рисунка 3, дети г. Нарын предпочитают свободное время проводить с друзьями, особенно учащиеся младших классов. Также отдают предпочтение чтению книг, газет, журналов, чего не скажешь о детях других регионов страны [3].

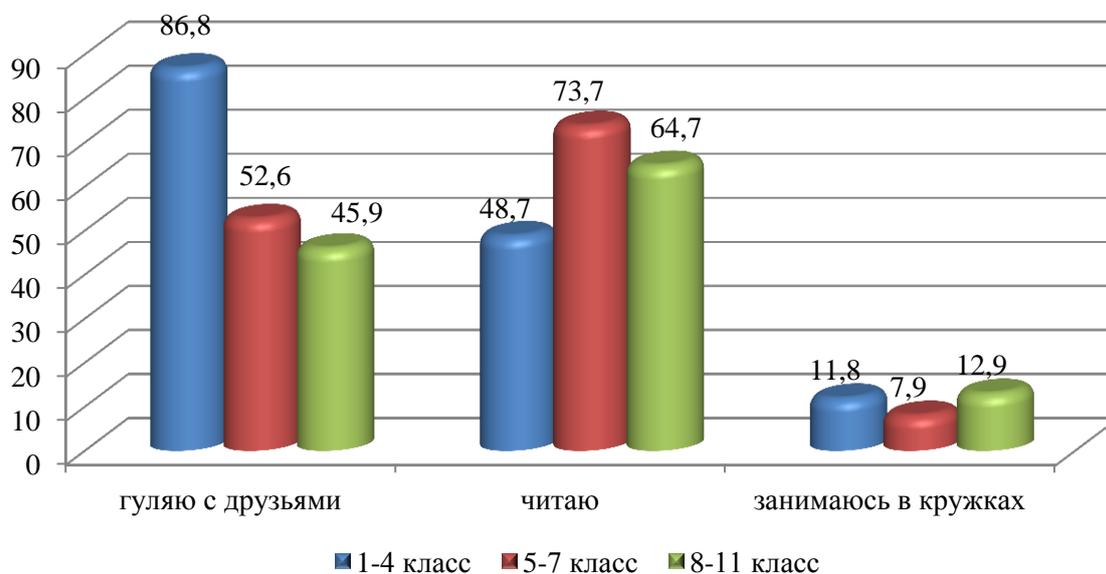


Рисунок 3. Свободное время проведение

Вредные привычки, как курение, употребление алкоголя, наркотики представляют собой опасное явление в детском возрасте, т.к. именно в школьный период формируется здоровье ребенка. По результатам анкетирования, в возрасте 14-17 лет с различной частотой и регулярностью курят 9,4%. Опыт знакомства с алкоголем подтвердили 1,2% подростков. Попробовали наркотики, хотя бы однажды 9%, среди которых 13,2% дети из младших классов, 5,3% - 5-7 классы и 7,1% - старшие классы. Не очень радующая статистика.

Учащимся 5-11 классов был задан вопрос «Обязателен ли брак для вступления в сексуальные отношения». Каждый пятый (21,1%) ученик 5-7 классов ответили «Да», в 8-11 классе уже только 2,6% учащихся. Среди старшеклассников 94,4% ответили, что они безразличны к аборту. И в тоже время каждый старшеклассник (100%) отметил о важности сохранения своего репродуктивного здоровья. Практически все (92,9%) ученики 8-11 классов согласились, что полная информация о сексуальном здоровье - гарантия от типичных ошибок. Из распространенных ИППП 94,4% старшеклассников знают, что такое СПИД и 5,6% - что такое сифилис.

«Работающий ребенок» является индикатором неблагополучия страны и опасным явлением для здоровья детей. Результаты опроса показали, что на каникулах работали среди учащихся 1-4-х классов 15,8%, 5-7 классов – 71,1% и 8-11 классов – 100% детей.

Таким образом, 60,8% школьников считают свое здоровье хорошим. Учащиеся понимают важность правильного питания, занятий спортом, но только каждый 6-7 школьник понимает негативное влияние на здоровье вредных привычек, таких как курить и пить. Хотя только 17,5% детей считают необходимым обратиться к врачу, если заболеешь. Регулярно занимались физической культурой – уроки физкультуры или спортивные секции учащиеся средних классов 97,4% и старших классов 100%. Среди школьников 8-11 классов, спортивную секцию посещали каждый 3-й ученик. Дети г.Нарын в свободное время предпочитают гулять с друзьями, особенно учащиеся младших классов. Отдают предпочтение чтению книг, газет, журналов.

Школьники в возрасте 14-17 лет с различной частотой и регулярностью курят 9,4%, опыт знакомства с алкоголем подтвердили 1,2% подростков, попробовали наркотики, хотя бы однажды 9%. На вопрос «Обязателен ли брак для вступления в сексуальные отношения» в 8-11 классе ответили 2,6% учащихся. И в тоже время каждый старшеклассник (100%) отметил важность сохранения своего репродуктивного здоровья. Практически все (92,9%) ученики 8-11 классов согласились, что полная информация о сексуальном здоровье - гарантия от типичных ошибок. Из распространенных ИППП 94,4% старшеклассников знают только, что такое СПИД.

Проводился медицинский профилактический осмотр всех детей школьного возраста. Но оценка состояния здоровья проводилась среди старшеклассников (Таблица 3).

Почти у каждого третьего старшеклассника отмечается кариозное нарушение зубной эмали (28,2%). Затем по частоте встречаемости имеет место нарушения зрения у 23,5% детей. У каждого пятого старшеклассника имеются различные проявления изменений со стороны кожных покровов. У 12,9% детей предъявляют жалобы со стороны органов пищеварительного тракта.

Таким образом, у старшеклассников имеет место заболевания кариозное нарушение зубной эмали (28,2%), нарушения зрения у 23,5% детей, различные проявления изменений со стороны кожных покровов (21,2%), у 12,9% детей предъявляют жалобы со стороны органов пищеварительного тракта.

Таблица 3.

СТРУКТУРА ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ 8-11 КЛАССОВ

Заболевания	Абс.	%
Изменения со стороны кожи	18	21,2
Изменения со стороны лимфатической системы	1	1,2
Ревматизм, ревматоидный артрит, ВСД, заболевания сердца	4	4,7
Кариес	24	28,2
Болезни желудочно-кишечного тракта	11	12,9
Ухудшение остроты зрения	20	23,5
Заболевания нервной системы	7	8,2
Нарушение слуха	3	3,5

Были выявлены следующие факторы, оказывающие негативное влияние на здоровье детей школьного возраста:

– Среди детей младших классов прослеживалась «высокая» учебная нагрузка в школе (68,4%);

– Ежедневно у телевизора свой досуг проводят более 3-4 часов учащиеся 5-11 классов 81,6% и 70,6%;

– Учащиеся младших классов сидят больше за компьютером, мобильным интернетом 36,8% против 13,2% - 5-7 классы, 31,8% - старшеклассники;

– В возрасте 14-17 лет курят 9,4%, опыт знакомства с алкоголем у 1,2% подростков, хотя бы однажды попробовали наркотики 9%, среди которых 13,2% дети из младших классов, 5,3% - 5-7 классы и 7,1% - старшие классы;

– Отмечается угроза сохранению репродуктивного здоровья подростков;

– На каникулах работали среди учащихся 1-4-х классов 15,8%, 5-7 классов – 71,1% и 8-11 классов – 100% детей.

У старшеклассников имеет место заболевание кариозное нарушение зубной эмали (28,2%), нарушения зрения у 23,5% детей, различные проявления изменений со стороны кожных покровов (21,2%), у 12,9% детей предъявляют жалобы со стороны органов пищеварительного тракта.

Список литературы:

1. Александров А. А., Котова М. Б., Звездина И. В., Иванова Е. И., Ваганов А. Д. Особенности питания, поведения и знания о здоровом образе жизни школьников г. Мурманска // Педиатрия. 2014. Т. 93. №6. С. 176-179.

2. Лебедькова С. Е., Евстифеева Г. Ю. Политика и стратегия профилактических программ хронических неинфекционных заболеваний у школьников // Педиатрия. 2011. Т. 90. №1. С. 112-116.

3. Шалабаева Б. С., Кабылова Э. Т., Маймерова Г. Ш. Влияние учебного процесса на состояние пищеварительного тракта у школьников // Здоровье матери и ребенка. 2014. Т. 6. №1. С. 37-40.

References:

1. Aleksandrov, A. A., Kotova, M. B., Zvezdina, I. V., Ivanova, E. I., & Vaganov, A. D. (2014). Features of nutrition, behavior and knowledge about the healthy lifestyle of schoolchildren in Murmansk. *Pediatrics*, 93, (6), 176-179. (in Russian)
2. Lebedkova, S. E., & Evstifeeva, G. Yu. (2011). The policy and strategy of preventive programs of chronic non-infectious diseases in schoolchildren. *Pediatrics*, 90, (1), 112-116. (in Russian)
3. Shalabaeva, B. S., Kabylova, E. T., Maimerova, G. Sh. (2014). The influence of the educational process on the state of the digestive tract in schoolchildren. *Zdorovie materi i rebenka*, 6, (1), 37-40. (in Russian)

*Работа поступила
в редакцию 22.10.2017 г.*

*Принята к публикации
26.10.2017 г.*

Ссылка для цитирования:

Шалабаева Б. С., Джетыбаева А. Б., Кожоназарова Г. К., Болотбекова А. Ж. Мусуркулова Б. А. Влияние негативных факторов и вредных привычек на состояние здоровья детей школьного возраста в условиях высокогорья // Бюллетень науки и практики. Электрон. журн. 2017. №11 (24). С. 194-200. Режим доступа: <http://www.bulletennauki.com/shalabaeva> (дата обращения 15.11.2017).

Cite as (APA):

Shalabaeva, B., Djetibaeva, A., Kojonazarova, G., Bolotbekova, A., & Musurkulova, B. (2017). The impact of negative factors and bad habits on the health of school-age children in the Highlands. *Bulletin of Science and Practice*, (11), 194-200