

## СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Липанова Л.Л., Насыбуллина Г.М., Ножкина Н.В., Конышева Т.В., Татарева С.В., Малямова Л.Н.

ГОУ ВПО Уральская государственная медицинская академия Росздрава,

Министерство здравоохранения Правительства Свердловской области, Екатеринбург

С целью совершенствования оказания медицинской помощи детям, развития профилактических и образовательных технологий в детских общеобразовательных учреждениях в 2009 году принята Концепция «Совершенствование организации медицинской помощи учащимся общеобразовательных учреждений в Свердловской области». В рамках концепции для отработки методов и технологий медицинского и профилактического сопровождения учащихся определены 13 пилотных площадок (7 – в г. Екатеринбурге и 6 – на территории Свердловской области), которые представлены средними общеобразовательными школами с прикрепленными детскими лечебными учреждениями. В целях изучения текущей ситуации и потребности в профилактической работе был проведен анкетный опрос учащихся общеобразовательных школ, их родителей и учителей. Всего опрошено 5738 школьников 4-11 классов в возрасте от 9 до 17 лет, 7703 родителя и 497 педагогов.

В результате исследования установлено, что считают свое здоровье хорошим 54,6% детей, удовлетворительным – 43,3% и плохим – 2,0% опрошенных школьников. Родители чаще считают здоровье своих детей удовлетворительным (57,6%) и реже – хорошим (40,9%). Около 70% школьников, как по данным опроса родителей, так и учеников, имеют периодические симптомы, характеризующие наличие отклонений в состоянии здоровья, при этом 15% опрошенных школьников отмечают их несколько раз в неделю. Наиболее часто это головная боль (по данным опроса детей – 64,3%, родителей – 38,8%), каждый третий ребенок указывает на повышенную утомляемость, каждый четвертый – на нервозность, трудности с засыпанием.

Считают, что ведут здоровый образ жизни лишь 42,4% респондентов-школьников. Для сохранения своего здоровья опрошенные школьники чаще всего занимаются физкультурой, принимают витамины, соблюдают режим дня (от 33 до 52%), четверть из них своевременно обращаются к врачу, делают профилактические прививки, гораздо реже – правильно питаются, закаливаются (от 11 до 23%). С возрастом среди школьников возрастает медицинская активность – своевременное обращение к врачу, вакцинация, но снижается профилактическая активность – занятия физкультурой, соблюдение режима дня, закаливание, правильное питание и другие. Среди родителей ведущей мерой укрепления здоровья является прием витаминов – 65%, соблюдение режима – 43% и правильное питание – 38%. Ничего не делают для укрепления своего здоровья – 6,2% школьников и 16% – родителей. Считают свои знания и умения достаточными для сохранения и укрепления здоровья в будущем 67,5% детей и 57,9% родителей. Среди источников профилактических знаний дети предпочитают родителей – 85,2%, медработников – 38,3% и учителей – 31,7%, а родители предпочитают получать эти знания от медработников – 75,4%, из средств массовой информации – 40% и научно-популярной литературы – 25%.

У большинства школьников благополучно складываются отношения с друзьями (88,0%), родителями (84,8%), одноклассниками (67,1%) и учителями (63,7%); они легко находят друзей (74%), а в трудных ситуациях имеют поддержку в семье (76,5%) и среди друзей (54,1%). Вместе с тем, около 20% школьников указали, что не всегда находят понимание с окружающими и сами справляются с возник-

шими трудностями. Родители переоценивают благополучие своих детей – они чаще, чем дети расценивают отношения ребенка с окружением как хорошие.

Серьезной проблемой является потребление школьниками психоактивных веществ: алкоголя и табака. Так, знакомы с алкоголем 54,4% опрошенных учащихся 7-х классов и 87% выпускников школ, пробовали курить 29% 7-классников и более половины выпускников. Употребляют алкоголь 1 раз в месяц и чаще 13% 7-классников и 43% 11-классников, курят от 8 до 20% учащихся 7-11 классов. При этом только 7% опрошенных родителей учащихся данного возраста признают, что их ребенок курит.

Более 70% респондентов (70,5% учащихся и 71,5% родителей) указали на то, что в школе проводится работа по предупреждению употребления табака, алкоголя и наркотиков: в виде тематических бесед (72,2%), просмотра видеороликов (18%), агитационных плакатов, газет (17,5%), акций среди молодежи (22,5%). Однако лишь 17,3% учащихся принимают личное участие в такой работе, остальные – в качестве пассивного участника (наблюдателя).

Более 90% учащихся и родителей заинтересованы в улучшении качества медицинской помощи и усилении профилактической работы в школе. Каждый третий учащийся полагает, что такую работу должны осуществлять медработники, каждый четвертый – педагоги, каждый десятый – родители, а 40% считают, что формирование здорового образа жизни школьников – это совместная работа медработников, педагогов, родителей и самих детей. Часть респондентов готова активно работать по профилактике заболеваний в школе: 21,6% школьников хотели бы быть волонтерами, 58,8% родителей готовы лично участвовать в профилактической работе. Ученики считают необходимым в школе наличие психолога и социального работника (79%), кабинетов лечебной физкультуры, массажа, физиотерапии, стоматолога (от 23 до 50%).

По результатам опроса педагогов, более 90% из них освещают какие-либо аспекты профилактики в своей работе. В рейтинге видов работы по формированию здорового образа жизни ведущие места занимают: тематические классные часы (62,4%), просвещение через учебный предмет (51,5%), тематические родительские собрания и внеклассные формы работы (по 46%), подготовка наглядных материалов (20,5%). Из методов работы наиболее распространенными являются лекции и беседы (68,4%), рассказывание историй (47,3%), обсуждения и дебаты (38%). Другие методы работы используют не более 25% педагогов. Положительно оценим, что перечень используемых методов работы достаточно широкий, однако наиболее эффективные (интерактивные, индивидуальные) методы используются довольно редко. Имеют постоянные поручения или должностные обязанности, связанные с работой школы в области профилактики, 31,2% учителей. Лично участвовали в разработке программы или плана мероприятий в области профилактики в своей школе 25,7% опрошенных. Реализуют лично образовательные программы профилактической направленности 34% учителей. Профилактическую работу в своей школе считают эффективной лишь 18,8% опрошенных учителей. Степень своего личного участия в профилактической работе школы оценивают как очень хорошую или хорошую 31,7% педагогов. Готовность к сотрудничеству с медработниками, родителями, детьми у педагогов очень

высокая (97%). Но в школьный совет профилактики готовы войти только 46,4%. Рассматривают себя в качестве реального или потенциального лидера в профилактической работе школы только 12,8% опрошенных.

На курсах повышения квалификации в области профилактики обучались ранее лишь 25,6% педагогов. Только каждый третий педагог считает имеющиеся у него знания и умения достаточными для профилактической работы среди учащихся. Считают, что могут найти с ребенком общий язык и оказать ему эмоциональную поддержку 57,3% опрошенных, посоветовать, куда обратиться за помощью в кризисных ситуациях - 63%. Знакомы с Концепцией совершенствования медицинской помощи учащимся общеобразовательных учреждений в Свердловской области 54,9% опрошенных педагогов, частично знакомы - 1,4%.

Таким образом, по результатам опроса, значительная часть учащихся имеют симптомы наличия отклонений в состоянии здоровья; многие признают, что ведут не совсем здоровый образ жизни, употребляют психоактивные вещества. В значительной степени дети воспроизводят модели образа жизни своих родителей. Большинство родителей

и педагогов осознают важность работы по укреплению здоровья учащихся, формированию у них навыков здорового образа жизни, профилактике употребления психоактивных веществ и принимают или готовы принимать в ней активное участие. Высока потребность школ в профилактической работе, медицинском обеспечении и развитии различных форм оздоровления всех участников образовательного процесса. Отсутствие системного подхода, недостаточное использование активных форм обучения, недостаток знаний педагогов и родителей по вопросам организации профилактической работы в школах во многом определяет, по мнению большинства учителей, ее недостаточную эффективность.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости разработки, апробации и внедрения в общеобразовательных школах современных медико-профилактических и педагогических программ, направленных на формирование здорового образа жизни, профилактику употребления психоактивных веществ, предупреждение развития заболеваний, повышение гигиенической грамотности, профилактической и медицинской активности.

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПИТАНИЯ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ СО СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬЮ

**Мельников В.В., Егорова Н.Н.**

*Стоматологическая клиника Мираж, Благовещенск, Республика Башкортостан, Академия наук Республики Башкортостан, Уфа*

Состояние здоровья (в том числе стоматологического) молодежи давно вызывает опасения общества за будущее страны, так как большая часть молодых людей уже к двадцати годам приобретают массу хронических заболеваний. Так, распространенность кариеса зубов у детей и подростков в разных регионах России колеблется от 60 до 95%, достигая к 35-44 годам 100%. Распространенность воспалительных заболеваний пародонта у детей дошкольного возраста достигает 30-40%, у школьников 12-14 лет - 80% и приближается к 100% у взрослого населения.

Наиболее распространенные стоматологические заболевания - кариес зубов и воспаление тканей пародонта по своей природе являются инфекционными заболеваниями, а, следовательно, на их возникновение существенное влияние могут оказывать нарушения питания и ослабление иммунитета. Недостаточное питание способствует распространению общесоматических и стоматологических болезней. Дефицит незаменимых компонентов питания не только подавляет иммунные реакции организма, но значительно увеличивает патогенность внедряемых в него микробов, и даже тех, которые в нормальных условиях являются сапрофитами.

Специфическим для молодежи, по исследованиям отдельных авторов, является неадекватная оценка своего здоровья и отсутствие личной ответственности за его состояние. Вызывает беспокойство низкий уровень общей и гигиенической культуры, недостатки в организации питания.

Исходя из вышеизложенного, нами проведен анализ влияния фактического питания сельских школьников на распространенность основных стоматологических заболеваний. Проведено традиционное клиническое обследование стоматологического статуса у 160 школьников в

возрасте 12-15 лет, проживающих в сельской местности Республики Башкортостан (Благовещенский район). Обследование проводилось с использованием стандартных индексов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Регистрацию данных осуществляли в «Комбинированной карте ВОЗ для стоматологического исследования и определения нуждемости в лечении».

Изучение структуры фактического питания детей проведено с помощью анкетно-опросным методом с учетом возрастных особенностей по «Методическим рекомендациям по вопросам изучения фактического питания и состояния здоровья населения в связи с характером питания». Оценена взаимосвязь стоматологического статуса и фактического питания детей.

Исследованиями установлено, что большая часть детей (80,83%) неправильно (нерационально) питается, динамика показателей имеет тенденцию к росту по мере уменьшения возраста обследованных (от 67,5% до 91,7%).

Особенностями структуры питания является недостаточный уровень потребления основных групп продуктов питания: мяса и мясопродуктов - на 17,3 %, молока и молочных продуктов - на 41,5 %, яиц - на 22,9 %, овощей и бахчевых - на 64,5 %, фруктов ягод свежих - на 57 %, сухофруктов - на 71,4 %, рыбы и рыбопродуктов - на 69,7 %, масла животного - на 48,2 %, растительного масла - на 35,3 %. Выявлено избыточное потребление: картофеля - на 71,3 %, хлеба и хлебобулочных изделий - на 27,2 %, сахара - на 13,4 %, кондитерских изделий - на 16,2%. В рационе преобладает двухразовое (35%) и одноразовое (19%) питание, а необходимое трехразовое, где присутствует горячая пища, получает только 45%. Более 50% школьников питаются нерегулярно.