ствует норме (равновесие нарушается в течение 15с.). У 37% студентов наклон вперед не совпадает с нормой, что свидетельствует о пониженной гибкости позвоночника. У 15 % студентов выявлено несоответствие с нормой по обоим показателям. 14% студентов не имеют каких-либо изменений. У девушек собранные данные показали, что у 27% респондентов поза Ромберга не соответствует норме. У 13% студентов наклон не соответствует норме, что показывает пониженную гибкость позвоночника. 27% студентов показали несоответствие с нормой по обоим показателям. Остальные 33% студентов не выявили никаких изменений по обоим показателям.

Данные спирометрии показали, что в группе юношей у 27% ЖЕЛ ниже ДЖЕЛ (т.е. ЖЕЛ составляет $73\% \pm 0.39\%$ от ДЖЕЛ). Во 2 группе у 40% студентов ЖЕЛ ниже ДЖЕЛ (т. е. ЖЕЛ составляет $75\% \pm 0.83\%$ от ДЖЕЛ). Что указывает на отставание физического развития студентов.

Для уточнения состояния ССС нами был проведен анализ ЭКГ, который показал, что 19 % юношей 1 группы и 12% девушек 2 группы имеют удлинение продолжительности интервала QRS и QT, что может свидетельствовать об уязвимости сердечнососудистой системы респондентов.

Выволы:

- 1) У 73% студентов наблюдается значительная разница в показателях ДБВ и БВ по состоянию антропометрии, что свидетельствует об ускоренных темпах старения:
- 2) Результаты, проведенного исследования, выявили, что показатели БВ студентов зависит от состояния дыхательной системы, а также наличия хронических заболеваний и вредных привычек.
- 3) Результаты, полученные в процессе исследования сердечнососудистой, показали, меньшую скорость (темп) старения у девушек по сравнению с юношами.
- 4) 19% юношей и 12% девушек по данным ЭКГ имеются незначительнее функциональные изменения, что может свидетельствовать о некоторой не тренированности сердечнососудистой у респондентов-юношей более, чем у респондентов-девушек..

Список литературы

- 1. Ахаладзе Н. Г. Биологический возраст человека. Оценка темпа старения, состояния здоровья и жизнеспособности. Киев, $2009.-187~\rm c.$
- 2. Касьянова Л.Э. Признаки ускоренного старения и ранней патологии по данным ЭКГ / Сб. Медицинские проблемы пожилых. М., 1998. 234 с.
- 3. Позднякова Н.М. с соавт. Современные взгляды на возможность оценки биологическиго возраста в клинической практике. Научные обзоры // Фундаментальные исследования. №2. 2011. C. 17-22.
- 4. Роль вуза в формировании врачебных кадров и сохранении их здоровья / В.М. Тимербулатов [и др.] // Медицина труда и промышленная экология. 2005. № 7. С 17-20
- 5. Фролькис В.В., Мурадян Х.К. Экспериментальные пути продления жизни. Л.: Наука, 1988. 248 с.

КОМПЛЕКСНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ З КУРСА КАЗНМУ

Хасенова К.Х., Рослякова Е.М., Бисерова А.Г., Батырбаева Д.Ж., Абраимова А.А.

Казахский национальный медицинский университет им. С.Д. Асфендиярова, Алматы; КДЛ НИИФПМ им. Б.А. Атчабарова, Алматы, e-mail: fizi-57@mail.ru

Актуальность. Состояние здоровья студентов, как и населения в целом - это один из важнейших индикаторов общественного развития, отражение социально-экономического и гигиенического благополучия страны, а так же мощный экономический, трудовой, оборонный и культурный потенциал общества Здоровье студентов наряду с социальной зрелостью является необходимым условием учебы в вузе, а, следовательно, и высокой профессиональной пригодности. Следует отметить, что здоровье студента является результатом сложного взаимодействия различных факторов, из которых именно образ жизни оказывает значительное влияние на то, каким здоровье будет на протяжении всей жизни. Данные литературы свидетельствуют о том, что у студентов в период обучения в вузе наблюдаются нарушения здоровья, страдают функции различных органов и систем. Студенты вузов – это особый социальный слой населения. Большие интеллектуальные нагрузки, резкие изменения привычного образа жизни, формирование межличностных отношений вне семьи, необходимость адаптации к новым условиям труда, проживания и питания позволяет отнести их к группе значительного риска развития заболеваний.

Впервые в КазНМУ им. С.Д. Асфендиярова у конкретных групп студентов было проведено исследование состояния здоровья, комбинированное с использованием, как анкетных данных, так и инструментальных методов исследования и биохимического анализа крови. В основные задачи исследования вошли: анализ состояние здоровья студентов 3 курса; определение влияния показателей образа жизни на состояние здоровья студентов; проведение оценочно-прогностических анализов возможных патологических состояний у студентов медицинского ВУЗа; разработка предложения по оптимизации оказания медико- социальной помощи студентам.

Объектом исследования явились 230 студентов 3 курса факультета общей медицины, обучающихся по интегрированной модульной системе. Проведённое анкетирование выявляло показатели образа жизни и наличие заболеваний. Инструментальные методы: регистрация (ЭКГ) и исследование биохимического анализа.

По результатам анкетирования, биохимического анализа и ЭКГ были выделены 4 группы заболеваний, к которым наиболее подвержены

студенты 3 курса: простудные заболевания 40%, болезни опорно-двигательной системы 30%, болезни выделительной системы 20%, болезни пищеварительной системы 10%. Наиболее высокий процент (40%) студентов по данным анкетирования были подвержены простудным заболеваниям. В этой группе данные биохимического анализа и результаты ЭКГ были в пределах нормы. по данным анкетирования результаты анализа образа жизни выявили следующее: у 54% этих студентов продолжительность сна составляла всего 4-5 часов. У 37% студентов нарушен режим питания, частота приема пищи 1-2 раза в сутки. 19% студентов были более подвержены стрессовым воздействиям, таковыми по их мнению являлись: неудовлетворительные оценки, межличностные конфликты, материальные затруднения, период сессии. Студенты, у которых по данным анкетирования были жалобы на заболевания опорно-двигательной системы (2 группа) во время практического занятия по физиологии крови был проведен биохимический анализ крови. по результатам анализа у 25 студентов в крови наблюдалось повышение уровня СРБ-белка. Результаты анализа ЭКГ показали некоторые изменения, которые проявлялись в удлинение на 0,1с±0,012 интервала QRS у 20% студентов.

У студентов подверженных к заболеваниям выделительной системы (3 группа) было выявлено: у 50% студентов этой группы обнаружена незначительное повышение концентрации креатинина в крови, а у 39% студентов показатели креатинина вызывали тревогу. Студенты этой группы были причислены к группе риска по возможности развития заболеваний выделительной системы. Неутешительным подтверждением явилось то, что студентка данной группы риска была госпитализированна с патологией почек. В этой группе у 5% студентов по данным ЭКГ наблюдалисть небольшие изменения нормативных показателей: удлинение интервала QRS на 0,2c±0,41 и удлинение интервала PQ на 0,1c±0,36. У студентов четвертой группы (10%), которые чаще всего жаловались на наличие признаков болезней пищеварительной системы (4группа) у себя и у родителей. Почти у всех студентов этой группы были выявлены нарушения характера питания, которые проявлялись в первую очередь в нарушении режима питания (1-2раза в сутки) и недостаточности в рационе питания: продуктов белков животного происхождения, а также овощей и фруктов. Питание носит в основном углеводный характер и частого потребления фаст-фудов. Мы можем отнести этих студентов к группе риска, у которых в будущем возможно развитие заболеваний пищеварительной системы.

Таким образом, был проведен анализ состояния здоровья студентов 3 курса по выявлению жалоб на наличие простудных заболеваний,

болезней опорно-двигательной системы, выделительной и пищеварительной систем. Среди заболеваний студентов на 1-м месте находится простудные заболевания, возможными причинами которых являются снижение иммунитета в результате нарушения режима труда и отдыха, нерациональное питание, подверженность к стрессовым воздействиям. Нерациональное питание может быть одной из главных причин расстройства функции желудочно-кишечного тракта. Данные биохимического анализа крови показали незначительное повышение уровня креатинина и СРБ-белка у отдельных студентов второй и третьей групп, которые жаловались на нарушение функций опорно-двигательной и выделительной систем.

Основные рекомендации: повышение резервных возможностей организма и иммунитета, в основе которых лежит соблюдение принципов здорового образа жизни: полноценное питание, закаливание организма, правильное чередование времени труда и отдыха. Студентам, у которых выявлялись нарушения, рекомендуем в обязательном порядке пройти дополнительные исследования у специалистов.

Список литературы

- 1. Александрова, А.В. Молодежь и здоровье: ценностно-установочное взаимодействие / А.В. Александрова // Здоровье человека: социогуманитарные и медико-биологические аспекты. М.: ИЧ РАН, 2003. С. 142-149.
- 2. Бабочкин, Н.И. Становление жизнеспособной молодежи в динамично меняющемся обществе / Н.И. Бабочкин. М.: Социум, 2000:-176 с.
- 3. Байжанова Н.С., Шайхынбекова Р.М., Байболатова Л.М. Анализ факторов и выявление причин предрасположенности к ревматоидному артриту у студентов КазНМУ // Favily health the xxi centery: Materials of the XVIII International Scientific Conference 27 April 4 May 2014 Netanya, Israel c 181.
- 4. Жумакова Т.А., Абишева З.С., Айхожаева М.Т.,Искакова У.Б. Пути улучшения здоровья молодежи // Актуальные проблемы физиологии, биофизики и медицины: Материалы Международной научно-практической конференции. Алматы, 2013. С. 97.
 - 5. Шарман А. Формула здоровь», 2010. C.120.
- 6. Валеология: Учебное пособие. КазНМУ им. Асфенлиярова. 2009.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА

Хасенова К.Х., Рослякова Е.М., Байжанова Н.С. Казахский национальный медицинский университет им. С.Д. Асфендиярова, Алматы, e-mail: fizi-57@mail.ru

Актуальность исследования. В первые годы обучения адаптация к новым социальным условиям вызывает активную мобилизацию организма. Усвоение возросшего объема учебного материала в семестре и в период экзаменационных сессий в сочетании с эмоциональными переживаниями, недостаточные знания, умения и навыки здорового образа жизни, гиподинамия, слабое физическое развитие затрудняют адапта-