

наблюдались урологом. Эти данные свидетельствуют, что в целом имела место своевременная диагностика ВПР при выявлении пороков почек внутриутробно.

Заключение

1. У детей от 0 до 17 лет наиболее частыми пороками развития являются гидронефроз и пузырно-мочеточниковый рефлюкс.

2. Пренатальная диагностика пороков развития почек способствует своевременной диагностике и реабилитации этих пациентов.

3. При внутриутробной диагностике (УЗИ) по выявляемости врожденные пороки почек распределяются следующим образом: кистозная дисплазия почек, гидронефроз, удвоение, гипо- и аплазия почек.

4. Практически не выявляются внутриутробно ПМР, пиелэктазия, рефлюксирующий мегауретер.

Литература:

1. Игнатова, М.С. Диагностика и лечение нефропатий у детей / М.С. Игнатова, Н.А. Коровина // М.: ГЭОТАР-Медиа, 2007. – 336 с.

Хоха Р.Н., Удот В.А., Кисель В.А., Блажко Е.А.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет», г. Гродно, Республика Беларусь

Актуальность. Здоровый образ жизни – образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья [1, 3].

Цель исследования: изучить вопросы мотивации, уровня знаний подростками о здоровом образе жизни.

Материал и методы. Для изучения данной проблемы проведено анонимное анкетирование 96 детей, находившихся на лечении в учреждении здравоохранения «Гродненская детская

областная клиническая больница». Возраст анкетированных составил от 10 до 17 лет. В опросе приняли участие 42 мальчика и 58 девочек.

Результаты. Индивидуальное здоровье в основном зависит от четырех факторов: биологические факторы (наследственность) – около 20%; окружающая среда (природная, техногенная, социальная) – 20%; служба здоровья – 10%; индивидуальный образ жизни – 50%.

Составными компонентами здоровья считают:

- отказ от курения, употребления наркотиков, употребления алкоголя;

- здоровое питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов;

- движение;

- личная и общественная гигиена: совокупность гигиенических правил, соблюдение и выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья;

- закаливание.

Вредные привычки. В настоящее время табакокурение является сформировавшимся типом поведения молодежи. В Беларуси в возрасте 14–17 лет курящие составляют 34,2%. По результатам комплексного социологического исследования, проведенного в Российской Федерации, среди несовершеннолетних москвичей в возрасте 14–17 лет доля постоянно и периодически употребляющих алкоголь составляет 8%, формируется тенденция к омоложению потребителей наркотиков. За последние годы число несовершеннолетних потребителей наркотиков и сильнодействующих и токсичных веществ, известных органам здравоохранения и правопорядка, увеличилось в 5,3 раза. Лидирующее место среди подростков, известных органам здравоохранения как потребители наркотиков, занимают учащиеся школ, лицеев и гимназий – 35,3%. Опросы, проведенные в среде учащихся, выявили, что среди девушек доля потребляющих наркотики не намного ниже, чем среди юношей, и составляет в среднем 10,2 и 14,9%, соответственно.

Результаты наших предыдущих исследований показали, что

23,5% подростков курят [2]. Мальчики по сравнению с девочками пробуют курить раньше – с 6 лет, с максимумом – в 13–17 лет. Девочки же, наоборот, начинают курить немного позже. Первая проба сигарет у них приходится на возраст 8 лет. Причины, побуждающие подростков курить, весьма разнообразны. Основная масса подростков (39,2%) пробуют курить из простого любопытства. 9,8% опрашиваемых считают, что курение придает им статус взрослого, а 7,8% подростков курят для того, чтобы не отстать от своих друзей, подверженных табакокурению. 5,9% считают, что курение является одним из способов знакомства с противоположным полом, возможностью понравиться. 2/3 подростков ежедневно сталкиваются с проблемой курения. В их семьях курят родители – отцы в 3 раза чаще, в некоторых семьях курят оба родителя.

Среди наших анкетизируемых курящих не выявлено, но 4% (а в предыдущем исследовании 66,7% из курящих) указывают, что курение и употребление спиртных напитков полезно и не приносит вреда здоровью. В последнем случае, по всей вероятности, срабатывает защитная реакция – курящий считает, что для окружающих, возможно, это и вредно, но его здоровью ничего угрожать не может. Большинство детей (96%) убеждены, что отказ от курения способствует здоровому образу жизни. С проблемой наркомании в большей или меньшей степени сталкивались половина детей, 4% указали, что имеют друга наркомана.

Питание. В отношении питания 2/3 опрошенных согласны, что рациональное питание способствует укреплению здоровья.

Движение. Активный отдых является наиболее эффективным в деле восстановления работоспособности, позволяет рационально использовать свободное время. Спортом в свободное от занятий время занимаются всего 35% респондентов, постоянно – 31% из них.

Личная и общественная гигиена. 73% детей считают эту проблему очень важной в укреплении и сохранении здоровья.

Закаливание как составная часть здоровья негативно воспринимается детьми: 65% анкетизируемых отрицательно относятся к закаливанию, а 8% считают его совершенно не нужным.

Заключение. Формирование мотивации к здоровому образу жизни у молодежи сегодня приобретает особое значение. Результаты наших исследований показывают, что из всех опрошенных 69% имеют мотивацию к здоровому образу жизни.

Большинство детей имеют мотивацию к здоровому образу жизни.

Литература:

1. [http://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый образ жизни](http://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый_образ_жизни)
2. Курение и подростки / Р.Н. Хоха [и др.] // Современные проблемы гигиены, радиационной и экологической медицины: сб. научных работ, посвящ. памяти первого зав. каф. общей гигиены и экологии проф. В.М. Нижегородова; гл.ред. В.А. Снежицкий. – Гродно: ГрГМУ, 2012. – С. 292-296.
3. Застенская, И.А. К проблеме табакокурения среди подростков / И.А. Застенская, Ж.Г. Лазарчик, Н.Ф. Фарино // Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи: материалы Всеросс. научно-практ. конф. с междунар. участием, 15-17 мая 2006 г. – Москва, 2006. – С. 54–55.

Хурс О.В.

ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ С НЕДОСТАТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА

Учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет», г. Гродно, Республика Беларусь

Актуальность. Для студентов, как особой производственно-профессиональной группы, характерны специфические условия труда и жизни: повышенный уровень риска заболеваний в связи со значительной психоэмоциональной, умственной нагрузкой и необходимостью адаптации к созданным вновь условиям обучения и проживания [1]. В связи с незавершенностью процессов роста и развития организма студентов, неблагоприятным влиянием факторов внешней среды и нерациональной нагрузкой могут формироваться преморбидные состояния, в ряде случаев переходящие в патологические процессы [3]. Поэтому охрана здоровья, повышение работоспособности студентов высших учреждений образования является составной частью общегосударственной задачи по сохранению и укреплению здоровья населения Республики Беларусь [2].