

АНАЛИЗ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА У СТУДЕНТОВ ПЕДИАТРИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

Саросек В.Г.

Гродненский государственный медицинский университет

Актуальность. По определению экспертов Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), здоровый образ жизни – образ жизни человека, куда относятся: рациональное питание, физическая активность, личная гигиена, режим дня, отказ от вредных привычек.

Всем известно, что на наше физическое развитие оказывают влияние множество как внешних так и внутренних факторов окружающей среды: это экологическая обстановка места проживания, наличие или отсутствие острых или хронических болезней, материально-бытовые условия, национальные особенности уклада и стиля жизни, состояние питания человека.

На протяжении многих лет, начиная с 19 века, разрабатывалось много формул и теорий вычисления оптимального веса тела. И сейчас в средствах массовой информации можно встретить разные варианты подсчета идеальной массы, в которых учитываются следующие параметры: рост, пол, возраст, тип телосложения.

Индекс массы тела перешел из медицинских терминов в повседневную жизнь людей, которые стремятся похудеть. Создан был этот параметр для первичной диагностики состояния пациента, а именно степени ожирения и риска сопутствующих заболеваний.

Индекс массы тела (ИМТ) – величина, позволяющая оценить степень соответствия массы человека и его роста и тем самым, косвенно оценить, является ли масса недостаточной, нормальной или избыточной. Оценка физического развития в любом возрасте производится путем сравнения антропометрических данных со средними региональными величинами для соответствующего возраста и пола.

Данная тема актуальна в связи с тем, что у современного общества культура питания сведена к минимуму, а физическая активность и вовсе практически к нулю. Подобная привычка, к сожалению, становится постоянной и в будущем может привести к переяданию, а в дальнейшем к наличию избыточного веса и вытекающих отсюда последствий.

Индекс массы тела разработан бельгийским социологом и

статистом Адольфом Кетеле (Adolpht Ouetelet) в 1869 году. Индекс предназначен для того, чтобы контролировать влияния питания на вес тела человека. Этот индекс лучше, чем многие другие методы, отражает запасы жира в теле человека, и кроме того, для него установлены нижний и верхний пределы, принимаемые за допустимые.

Цель исследования - анализ ИМТ у студентов педиатрического факультета общей группе физического воспитания, с отсутствием сопутствующих заболеваний.

Материалы и методы исследования. В исследовании приняли участие 62 студента (49 девушек и 13 парней.). При определении индекса массы тела все участники были разделены на группы согласно возрасту и курсу обучения: 17-18, 18-19, 20-21 и 22-23 года. Для вычисления ИМТ нужно разделить вес (кг) на рост, выраженный в метрах в квадрате. Формула выглядит следующим образом: Индекс Кетле = $\text{Вес(кг)} / \text{Рост(м)}^2$.

Результаты и их обсуждение. В ходе полученных данных. нами были получены следующие результаты, которые отражены в таблицах 1, 2.

Таблица 1. Анализ индекса массы тела у девушек I-IV курса педиатрического факультета

	I курс	II курс	III курс	IV курс
норма	70%	56,25%	46,25%	62,5%
недостаточной массой тела (дефицит)	12,5%	18,75%	23,75%	20%
выраженный дефицит массы тела		1,25%		
избыток массы тела (предожирение)			3,75%	2,5%
ожирение I степени			1,25%	

Таблица 2. – Анализ индекса массы тела у юношей I-IV курса педиатрического факультета

	I курс	II курс	III курс	IV курс
норма	15%	21,25%	30%	7,5%
недостаточной массой тела (дефицит)				1,25%
выраженный дефицит массы тела				
избыток массы тела (предожирение)	2,5%	2,5%	5%	5%
ожирение I степени				1,25%

Выводы. Таким образом, в ходе работы, было установлено, что у обследованных респондентов наблюдается изменение индекса

массы тела за частую не в сторону ее увеличения, а на оборот – недостатка. Скорее всего это связано как с учебной нагрузкой в университете, так и с погоней как девушек, так и юношей за красотой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Зайцев, Г.К. Валеология. Культура здоровья / Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев. – Самара : Издательский дом «БАХРАХ - М», 2003. – 272 с.
2. Шабров, А. В. Современные аспекты фундаментальных и прикладных проблем питания / А. В. Шабров [и др.] // Мед. акад. журн. – 2007. – Т. 7, № 4. – С. 125–130.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЖИВАНИЯ СТУДЕНТОВ ГРГМУ В ОБЩЕЖИТИЯХ

Саросек В.Г.

Гродненский государственный медицинский университет

Актуальность. Требования, которые предъявляются к современному специалисту - профессиональная и социальная компетентность, активная жизненная позиция, твёрдость нравственных убеждений, способность отстаивать свои принципы. В этой связи важнейшей задачей высшего образования является формирование духовности будущих специалистов. Главная роль в решении данной задачи отводится правильному использованию всего комплекса воздействий на студентов в учебном процессе и внеучебной работе. Особое значение в обеспечении комплексности и неразрывности учебно-воспитательной работы имеют общежития.

Общежитие - специально построенные или переоборудованные жилые дома для проживания рабочих, служащих, студентов, учащихся, а также других граждан в период работы или учебы. Проблемы студенческих общежитий являются сегодня проблемой номер один для большинства крупных государственных вузов. Большое количество бытовых проблем, которые связаны со старением материально-технической базы, а также серьезные различия в культурном и социальном уровне проживающих создают массу проблем. В конечном итоге все это отражается в низком уровне успеваемости студентов, ухудшении их состояния здоровья и серьезном снижении работоспособности в рамках учебного процесса. Условия жизни в общежитии, связанные с организацией коммуникативного и материально-бытового пространства, помогают