сто: 1 раз в неделю — у 40 % студентов, один раз в месяц - у 48 %. Свои успехи в жизни студенты оценивают выше среднего в 28 % случаев, как средние - в 60 %. Свои способности расценивают как выше среднего 48 % первокурсников, как средние 44 %. Жизнь очень удачной считают — 12 % студентов, вполне удачной - 20 %, обычной - 50 %. Таким образом, более половины студентов свои успехи в жизни, свои способности, саму жизнь расценивают как среднюю, обычную. Настроение в первой половине дня бодрое у 52 % студентов, среднее - у 36 %.

Отмечены нарушения сна; затрудненное засыпание отмечают 28 % первокурсников, частые просыпания ночью - 32 %, слишком раннее просыпание - 40 %.

Всех обследованных мы разделили на 2 группы. Первую группу составили вспыльчивые первокурсники, вторую — уравновешенные. У студентов первой группы отмечен тип психологических реакций “А” или “ни А ни Б”, тип психологических реакций “Б” встречался лишь у одного представителя.

У вспыльчивых студентов в 2.5 раза чаще встречаются жалобы астено-вегетативного характера (головные боли, боли в сердце и т.д.), а также различные заболевания (ангины, хронический тонзилит, хронический гастрит, простудные заболевания).

Уменьшение психоэмоционального напряжения и следовательно первичная профилактика заболеваний должна стать приоритетным направлением в работе со студентами.В комплексе оздоровительных мероприятий одно из значимых мест принадлежит физической культуре. При чем эта работа ориентирована на конечный, не только медицинский, но и социальный результат.

ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ВЕГЕТАТИВНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ У СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА.

Приходько В. И., Солдатенкова А.И., Пригожева Ю. В.
Белорусская государственная академия физической культуры

Говоря о здоровье населения необходимо учитывать такие социально важные процессы как демографические изменения и тенденции общественного здоровья.

Демографические процессы в РБ приобрели негативные тенденции. Продолжается наметившийся в 1988 году рост смертности населения, одной из основных причин которой продолжают оставаться болезни системы кровообращения. В последние десятилетия отмечается рост заболеваемости, а также заболеваемости студентов. Вызывает тревогу увеличение изме-

Репозиторий БГУФК

нений со стороны сердечно-сосудистой системы по данным ЭКГ исследований. Так, если в конце 70-х годов они выявлялись несколько более чем у 10 % студентов, то в конце 90-х более чем у 40 %..

Нами была поставлена цель выявить среди здоровых студентов лиц с предрасположенностью к артериальной гипертензии АГ и изучить у них особенности вегетативной регуляции.

Обследованы 27 студентов специализации ЛФК, из них 15 девушек и 12 юношей. Для обследования студентов использовался программно-аппаратный комплекс “Гиперпроф”, который по сути является экспертной системой выявления риска развития АГ.

Нами установлено, что 45,5 % студентов имеют предрасположенность к развитию артериальной гипертензии, 54,5 % обследованных не имеют признаков вегететивной дисфункции.

У всех студентов регистрировалась кардиоинтервалограмма (КИГ) в состоянии покоя и ортостаза. По показателям математического анализа КИГ можно судить об уровне вегетативной регуляции организма человека. Необходимо отметить, что для лиц с предрасположенностью к АГ оказалось характерным большее напряжение механизмов адаптации к факторам внешней среды. У студентов с риском развития АГ по сравнению с пациентами без риска развития АГ чаще встречается симпатикотония покоя (30 % и 0 % соответственно), реже ваготония покоя (20 % и 50 % соответственно) и недостаточное обеспечение ортостаза (у 80 % асимпатикотонический тип вегетативной реактивности).

Подытоживая выше изложенное необходимо подчеркнуть, что лица с предрасположенностью к развитию АГ нуждаются в разработке и проведении оздоровительных мероприятий в том числе и средствами физической культуры именно на данном этапе. Профилактика развития заболеваний - одна из важных социальных задач.

Репозиторий ВГУФК