

МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ СЕЛЬСКИХ ДЕВУШЕК-ПОДРОСТКОВ

**Романова Ю.А., студентка 2 курса факультета ветеринарной медицины
и биотехнологии**

**Научный руководитель – Макаров А.А., доцент
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ**

***Ключевые слова:** медико-социальные аспекты, здоровый образ жизни, факторы.*

В статье исследованы медико-социальные аспекты здоровья сельских девушек-подростков. Определены основные составляющие здорового образа жизни.

Ухудшение состояния здоровья учащейся молодежи приобрело в последние десятилетия стойкий характер и не имеет тенденции к улучшению [1, 2, 3, 4]. В связи с этим очевиден интерес общества и государства к здоровью подрастающей популяции, определяющей в ближайшие и отдаленные годы трудовой потенциал, воспроизводство и здоровье будущих поколений [5, 6, 7].

Повышение качества здоровья возможно только при реализации мероприятий, основанных на детальном изучении всех составляющих здоровья, а также факторов, его формирующих [8].

Проведенное нами исследование показано, что 37% сельских девушек-подростков имеют морфофункциональные отклонения, 48% – хронические соматические заболевания, 11 % – гинекологические заболевания.

Известно, что максимальный вклад в развитие отклонений здоровья человека вносит его образ жизни, неблагоприятными факторами которого являются вредные привычки, нерациональное питание, высокая учебная нагрузка, вредные и тяжелые условия труда, нервноэмоциональные нагрузки, плохие материально-бытовые условия, конфликты в семье и т. д.

По данным нашего исследования, около 24% девушек живут в неполных семьях, более чем у 75% всех опрошенных возникают конфликтные

ситуации в семье. Более трети девушек-подростков имеет недостаточную (менее 8 часов) продолжительность ночного сна.

Одной из основных составляющих здорового образа жизни является проблема оптимального питания. По нашим данным, режим питания девушек нерационален: 74% из них питаются нерегулярно, горячую пищу употребляют 1, реже 2 раза в день. В рационе питания преобладают хлебобулочные изделия, молоко и каши, часто отсутствуют продукты животного происхождения (мясо, мясо-продукты, рыба), что приводит к снижению уровня потребления полноценных белков, необходимых для развития растущего организма.

Подавляющее большинство (72,5%) не занимаются в спортивных секциях. В то же время отмечается рост распространенности вредных привычек: 57% девушек хотя и редко, но все же употребляют спиртные напитки, 17% – курят.

Как следствие такого образа жизни, 90% опрошенных девушек устают в конце дня, причем более 40% из них жалуются на среднюю и сильную степень усталости.

Таким образом, сохранение здоровья подрастающего поколения выходит за рамки сугубо медицинской проблемы. Успешное ее решение возможно лишь при выявлении и профилактике всех факторов риска, и в первую очередь из числа медико-социальных.

Библиографический список:

1. Макаров, А.А. Физкультурное образование студентов специального учебного отделения Ульяновской области / А.А. Макаров, Е.В. Макарова // Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии – Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании. – Ульяновск, 11-13 октября 2011 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2011. – С. 192-196.

2. Макаров, А.А. Физическая культура студентов с отклонениями в состоянии здоровья / А.А. Макаров, Е.В. Макарова // Материалы международного научно-практического форума – Оздоровление нации средствами физической культуры и спорта. – Самара, 31 декабря 2013 г. –

Самара: Самарский государственный социально-педагогический университет, 2013. – С. 179-181.

3. Макарова, Е.В. Особенности методики адаптивной физической культуры при близорукости у студентов / Макарова Е.В., Макаров А.А. // Материалы Международной научно-практической конференции – Проблемы и перспективы подготовки компетентных специалистов к профессиональной деятельности средствами физической культуры и спорта. – Иркутск, 17-18 апреля 2014 г. – Иркутск: Иркутский государственный аграрный университет им. А.А. Ежевского, – 2014. – С. 106-109.

4. Макарова, Е.В. Использование средств физической культуры на практических занятиях со студентами с нарушениями состояния здоровья / Е. В. Макарова // Материалы VI международной научно-практической конференции – Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения. – Ульяновск, 05-06 февраля 2015 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2015. – С. 206-207.

5. Sakhieva R.G., Semenova L.V., Muskhanova I.V., Yakhyaeva A.K., Iskhakova R.R., Makarova E.V., Shafigullina L.S. Academic mobility of high school students: concept, principles, structural components and stages of implementation. *Journal of Sustainable Development*. 2015. T. 8. № 3. С. 256-262.

6. Makarova E.V., Kryukova N.I., Sizova Z.M., Grinenko A.V., Erofeeva M.A., Bukalerova L.A. Divergence of supreme values of Russian world and western civilization social and philosophical analysis. *European Journal of Science and Theology*. 2019. T. 15. № 3. С. 97-107.

7. Erdyneeva K.G., Shvetsov M.Y., Igumnova E.A., Gorlachev V.P., Pavlov I.V., Kozachkova, O.V., Schepkina N.K., Makarova E.V. The structure and content of senior pupils research position formation: case of analytical chemistry. *Eurasian Journal of Analytical Chemistry*. 2016. T. 11. № 1. С. 1-9.

8. Макарова, Е.В. Физкультурно-спортивная деятельность студентов / Е.В. Макарова, А.А. Макаров // Материалы международной научно-практической конференции – Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. – Чебоксары, 20 мая 2019 г. – Чебоксары: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия, 2019. – С. 28-32.

MEDICAL AND SOCIAL HEALTH ASPECTS OF RURAL ADOLESCENT GIRLS

Romanova Yu.A.

Key words: *medical and social aspects, healthy lifestyle, factors.*

The article examines the medical and social aspects of the health of rural adolescent girls. The main components of a healthy lifestyle have been identified.