

## ФАКТОРЫ РИСКА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В АСПЕКТЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ

О.В.Борисенко, А.В.Лобачева  
Саратов, Россия

Здоровье человека – приоритет социальной политики государства. Главный проект в нашей стране - национальный проект «Здоровье». Состояние здоровья нации и, в первую очередь, детей свидетельствует об эффективности системы здравоохранения. К сожалению, нынешнее состояние здоровья детей оставляет желать лучшего. Отмечается низкая физическая активность, избыточная масса тела на фоне несбалансированного питания; широко распространены вредные привычки и связанная с ними патология. Не уделяется должного внимания системе школьного питания в целом.

**Цель исследования:** изучение связанных со здоровьем клинических и морфо-функциональных показателей, выявление факторов риска заболеваний сердечно-сосудистой системы у детей.

**Результаты.** Нами обследовано 105 школьников в возрасте от 10 до 16 лет; 71 мальчик и 34 девочки, что составило 67,6 % и 32,4 % соответственно. Изучались и оценивались морфо-функциональные показатели физического развития, факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний, уровень двигательных возможностей и отношение подростков к физической культуре и здоровому образу жизни. Жалобы на частые головные боли, раздражительность, быструю утомляемость и плохой сон отмечались в 89,1 % случаев, 56,7 % обследованных детей имели факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, 31,6 % - отягощенную наследственность, 18,2 % - вредные привычки. Наибольший процент обследуемых имеет уровень двигательных возможностей ниже среднего и низкий, соответственно: 41,1 % и 27,2 %. Оздоровительной физкультурой и спортом занимаются всего лишь 9,1 % детей. Функциональные показатели физического развития снижены у 69,4 % школьников.

Проведенное анкетирование позволило выявить положительное отношение школьников к здоровому образу жизни в 82,4 %. Среди основных причин, препятствующих занятиям оздоровительной физкультурой, были указаны: отсутствие условий для занятий – 38,1 %, высокая оплата за занятия – 42,3 %, недостаток времени – 19,6 %.

**Заключение:** Результаты проведенных исследований свидетельствуют о необходимости изучения связанных со здоровьем клинических и морфо-функциональных показателей в комплексной оценке состояния здоровья детей, выявления факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний, а также организацией лечебно-оздоровительных мероприятий. Необходим также комплексный, дифференцированный подход к разработке образовательных программ обучения по формированию знаний и навыков по основным аспектам здорового образа жизни, активное внедрение их в учебно-образовательный процесс.