

УДК 796.011.3:613.25

Глуценко Н.В.

## ОСОБЛИВОСТІ РОЗПОДІЛУ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП ЗА СТУПЕНЕМ ОЖИРІННЯ З ПЕРШОГО ПО ТРЕТІЙ КУРС НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

*Теоретично досліджено проблему стрімкого прогресування хвороби ожиріння серед студентів СМГ у ВНЗ. Досліджено, параметри що характеризують ступінь ожиріння у досліджуваного контингенту. Визначено, особливості динаміки розподілу студентів СМГ за ступенем ожиріння упродовж трьох курсів навчання. Доведено, прогресування хвороби у досліджуваної вибірки упродовж всього періоду експериментального дослідження від 41 до 51 %.*

**Ключові слова.** СМГ, ожиріння, хвороба, ступінь захворювання.

**Постановка проблеми.** Ожиріння на сьогоднішній день розглядається як найбільш поширене метаболічне захворювання причому не тільки серед дорослого населення, а й серед дітей та підлітків. ВООЗ уже проголосила ожиріння глобальною епідемією, яка становить одну з найбільших проблем здоров'я. На даний час ситуація з ожирінням є безпрецедентною і належним чином недооціненою внаслідок швидкого зростання його розповсюдженості [5, 7, 12].

Проблема виникнення та розвитку хвороби ожиріння у студентів на думку науковців, практиків, даних літературних джерел [1, 3, 5, 9, 14] полягає насамперед у розумінні причин його виникнення та вибору найефективніших засобів та форм у боротьбі з прогресуванням процесу накопичення зайвої ваги. У цьому разі фізична культура є методом усунення цього захворювання та профілактики його виникнення в умовах навчання у ВНЗ, основним фактором відновлення та зміцнення здоров'я в період становлення та остаточного формування організму.

Зазначене вище, дає підставу констатувати теоретичну й практичну значущість дослідження, яка зумовлена з одного боку, гостротою проблеми ожиріння у студентів ВНЗ, а з другого – необхідністю впровадження оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів, хворих на ожиріння.

Результати численних спостережень, проведених протягом останніх років, та узагальнення методичної літератури з роботи в спеціальних медичних групах зі студентами, хворими на ожиріння [1-13], дає змогу зробити висновок про те, що діюча сьогодні в Україні реальна система їх фізичного виховання – малоефективна. Нині, існує об'єктивна суперечність між рівнем соціальних вимог і ефективністю фізичного виховання цих студентів під час перебування у ВНЗ. Зважаючи на позитивну динаміку кількості студентів, хворих на ожиріння, виникає необхідність перегляду поглядів на чинні засоби, форми та методи фізичного виховання цих студентів під час навчання у ВНЗ, що й обумовило вибір теми та напрямку дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Експериментальне дослідження виконано згідно теми 3.8: "Теоретико-методологічні основи системи масового контролю і оцінки рівня розвитку і фізичної підготовленості різних груп населення" (номер держреєстрації 0111U000192) Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій**

Аналіз останніх досліджень і публікацій [1, 3, 5, 13] показує помітне поширення надлишкової ваги і ожиріння серед студентів ВНЗ, що є загрозою розвитку супутніх захворювань та наступної інвалідації студентів. До 25 % студентів спеціальних медичних груп мають проблеми із надмірною вагою [5–12]. Ожиріння у студентів визнано однією з медико-соціальних проблем, що відіграє значну роль в формуванні патології юнацького організму, знижує репродуктивний потенціал, негативно впливає на загальний стан, працездатність та якість життя студентів [10]. Тому особливої значущості набуває питання ретельного та всебічного вивчення цього явища серед молоді, визначення ефективних шляхів і засобів боротьби з ним. Отже, обрана тема дослідження має актуальне значення. Ожиріння – хронічне, етіологічно-гетерогенне захворювання обміну речовин, що характеризується надлишковим розвитком жирової тканини, розвивається при тривалому порушенні енергетичного балансу та прогресує при природному протіканні [11]. Сучасна медична наука довела, що зайва вага – це не лише естетична поразка огрядної людини стрункій, але і причина ендокринних, серцево-судинних захворювань, хвороб опорно-рухового апарата та інших систем організму. При ожирінні всі органи працюють з додатковим навантаженням, що призводить до їх дистрофічного переродження [8].

Фактори розвитку ожиріння різноманітні і можуть діяти як спільно, так і окремо. Висока частка осіб з оглядкою серед студентів ВНЗ пов'язана насамперед з особливостями студентського способу життя: незбалансоване харчування, низька фізична активність, високі навчальні навантаження, часті стресові ситуації, шкідливі звички. Що б не було першопричиною ожиріння у кожному окремому випадку, безпосередньою причиною є енергетичний дисбаланс, а зменшення ваги можна досягти лише за рахунок зменшення енергонадходження або збільшення витрат, чи шляхом поєднання того і іншого. Статистика розповсюдження захворювання ожиріння серед студентів ВНЗ нині має досить негативну динаміку. Сучасні умови навчання у ВНЗ, пов'язані з високим рівнем інтелектуального та емоційного навантаження, водночас супроводжуються недостатньою руховою активністю, що сприяє прогресуванню наявного захворювання та погіршенню стану їх здоров'я.

Науково-методична література [2, 6, 9-11, 13] про особливості роботи зі спеціальними медичними групами вищих навчальних закладів свідчить, що до теперішнього часу є дуже мало науково обґрунтованих рекомендацій фізичного виховання студентів, хворих на ожиріння. Існують лише окремі розробки з питання фізичного виховання цих студентів, проте вони є неадаптовані до використання в умовах обмеженого часу занять у ВНЗ. Враховуючи вищезазначене, виникає необхідність пошуку методології фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп, хворих на ожиріння, спрямованої на покращання їхнього стану здоров'я.

**Мета дослідження** – визначити особливості розподілу студентів хворих на ожиріння за ступенем захворюваності, упродовж трьох курсів навчання.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, порівняння та зіставлення. Констатувальний експеримент, суть якого полягала у визначенні ступеня ожиріння серед студентів СМГ упродовж трьох курсів навчання. Для цього використовувалися загальноприйняті показники, такі як: Індекс маси тіла (ІМТ) і визначення жирового компоненту маси тіла, що здійснювалося на основі визначення товщини жирових складок, яка є показником наявності надлишкового жиру в організмі. Методи математичної статистики.

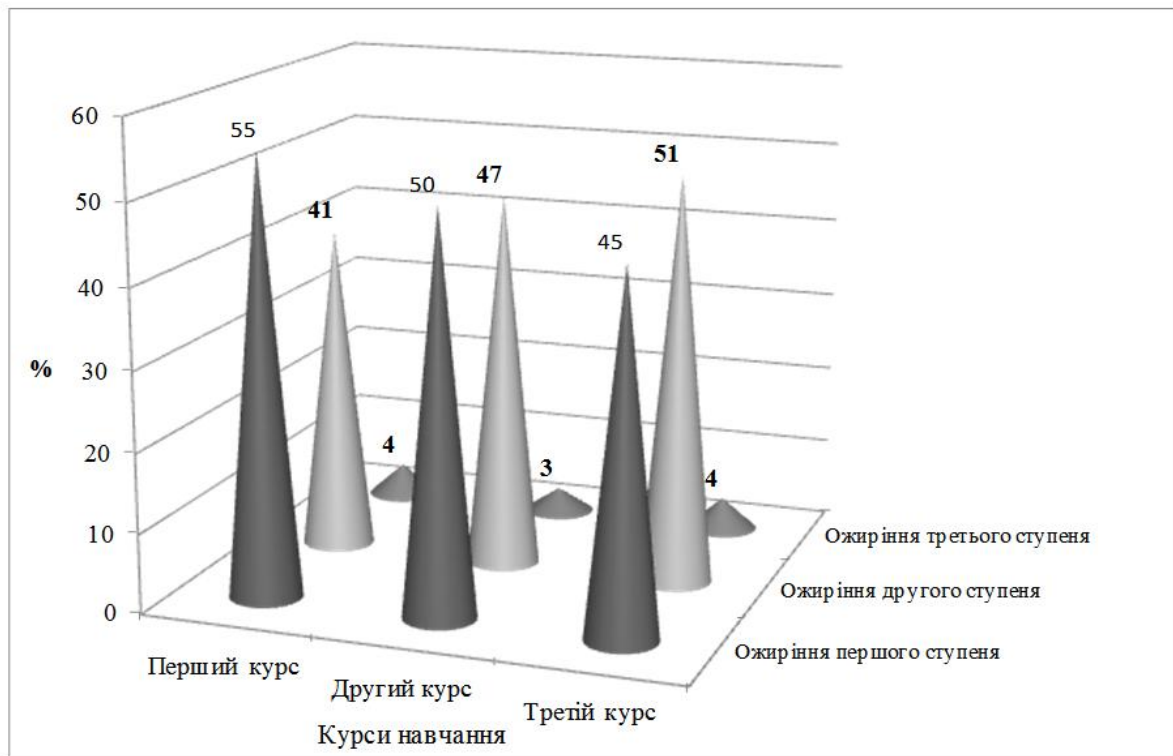
**Організація дослідження.** У дослідженні приймали участь студенти НУ ім. Івана Франка в кількості 90 осіб, які за станом здоров'я були скеровані для занять фізичною культурою у спеціальне медичне відділення з діагнозом ожиріння. Експеримент тривав три роки з 2011 по 2014 н.р.

#### **Результати дослідження.**

В результаті аналізу отриманих показників встановлено, що на першому курсі навчання кількість хворих на ожиріння першого ступеня становить – 55% % від загальної кількості хворих (рис. 1). Таким чином, половина всіх студентів досліджуваної вибірки має легку форму ожиріння, що при умові правильного підходу до цієї проблеми легко піддається корекції. Кількість студентів з ожирінням другого ступеня, на цьому ж курсі навчання відповідає 41% % від загальної кількості досліджуваного контингенту. Результати констатувального експерименту засвідчили, що кількість хворих на ожиріння третього ступеня становить 4% від загальної кількості досліджуваних. Узагальнюючи вищезазначені результати констатуємо, що на першому курсі навчання кількість студентів у яких виявлено ожиріння першого та другого ступенів відрізняється між собою на 14% на користь перших. Проте, варто зазначити, що вже при нескладних формах ожиріння в організмі спостерігається функціональні зміни кардіо-респіраторної системи, а при складних формах вони набувають стійкого характеру. Тому навіть нескладна форма ожиріння відіграє значну роль в формуванні патологічних станів [5, 6].

Результати експерименту доводять, що на другому курсі навчання кількість хворих на ожиріння першого ступеня складає – 50% (рис. 1), і свідчить про зменшення питомої ваги досліджуваного контингенту з цим ступенем ожиріння порівняно з попереднім курсом навчання. Водночас, простежується динаміка до збільшення кількості студентів, хворих на ожиріння другого ступеня. По закінченні другого курсу їх кількість становила 47% від всього числа досліджуваних. Проведене дослідження показало, що кількість студентів хворих на ожиріння третього ступеня на другому курсі навчання є незначною – 3%. Отримані результати підтверджують численні наукові дані фахівців галузі [5, 6, 9, 11] щодо прогресування ожиріння серед студентів ВНЗ, особливо на початкових курсах навчання.

Переходячи до розгляду результатів розподілу студентів за важкістю захворювання на третьому курсі, варто зазначити той факт, що ситуація у динаміці досліджуваних параметрів залишається аналогічною з попередніми курсами (рис. 1). Констатуємо зменшення відсоткової частки студентів хворих на ожиріння першого ступеня і збільшення кількості студентів з ожирінням другого ступеня. Практично незмінним залишається показник, що характеризує кількість досліджуваних з третім ступенем ожиріння (4%). Отже, на третьому курсі кількість студентів, хворих на ожиріння II ступеня збільшилась на 10%, і водночас зменшилась на 10% частка студентів з I ступенем ожиріння (рис. 1).



**Рис. 1. Розподіл студентів спеціальних медичних груп за ступенем захворюваності упродовж навчання у ВНЗ (n=90; %)**

Резюмуючи отримані результати констатувального експерименту та враховуючи негативний вплив хвороби ожиріння на стан здоров'я юнацького організму, який знаходиться у кінцевій стадії свого формування, констатуємо високу ймовірність виникнення супутніх захворювань та ускладнень, що загрожують інвалідністю в майбутньому. Аналіз отриманих даних експерименту щодо проблематики захворювання ожиріння серед студентської молоді засвідчує, що це захворювання постійно прогресує. Як наслідок, це зумовлює цілий комплекс патологічних змін в органах та системах організму студентів.

#### **Висновки**

1. Підсумковим синтезом проведеного конструктивного аналізу наявних документальних матеріалів та узагальнення практичного досвіду встановлено, що наявна сучасна система фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп перебуває в кризовому стані і не може вирішити питання та задовольнити потреби, що повстають перед нею. Зважаючи на позитивну динаміку кількості студентів, хворих на ожиріння, виникає необхідність перегляду поглядів на чинні засоби, форми та методи фізичного виховання цих студентів під час навчання у ВНЗ.

2. Доведено наявність значного прогресування хвороби у досліджуваного контингенту упродовж всього періоду експериментального дослідження (від 41 до 51 %), що визначає об'єктивну необхідність адекватного підходу до вирішення проблеми зростання кількості студентів, хворих на ожиріння, упродовж всього періоду навчання у ВНЗ.

**Перспективи подальших розвідок у даному напрямі.** Полягають у обґрунтуванні та розробці експериментальної програми фізичного виховання для студентів СМГ які навчаються за освітнім напрямом "Банківська справа" Інституту економіки та фінансів.

#### **Використані джерела**

1. Бароненко В. А. Здоров'я і фізична культура студента / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – М. : Альфа, 2009. – 335 с.
2. Блавт О. З. Програма диференціації рухового режиму студентів спеціальних медичних груп залежно від характеру і тяжкості захворювання // О. З. Блавт. – Видавництво "Львівська політехніка", 2011. – 64 с.
3. Булич Е. Г. Фізичне виховання в спеціальних медичних групах / Е. Г. Булич. – М. : Вища школа, 1996. – 255 с.

4. Васін Ю. Г. Фізичні вправи – основа профілактики ожиріння у дітей / Ю. Г. Васін. – К. : Здоров'я, 1999. – 99 с.
5. Гуртова Т. В. Інформативні показники фізкультурно-спортивної активності студентів спеціальних медичних груп ВНЗ / Т. В. Гуртова, С. П. Незгода // Науковий потенціал 2013 : зб. наук. пр. IX Міжнародної наук.-практ. конф – К., 2013. – С. 48-49.
6. Гуртова Т. В. Систематизація змісту лімітуючих чинників у фізичному вихованні студентів спеціальних медичних груп, хворих на ожиріння / Т. В. Гуртова, Т. Є. Одинець // Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення : матеріали I Всеукраїнської наук.-практ. конф. – Харків, 2015. – С. 47-50.
7. Магльований А. В. Основи фізичної реабілітації: навч. пос. / А. В. Магльований, В. М. Мухін, Г. М. Магльована. – Львів: ВМС, 2006. – 148 с.
8. Мошков В. Н. Лікувальна фізкультура в клініці внутрішніх хвороб / В. Н. Мошков. – М.: Медицина, 1999. – 356 с.
9. Євсєєв Ю. І. Фізична культура / Ю. І. Євсєєв. – Ростов-на-Дону "Фенікс", 2008. – 380 с.
10. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання / С. І. Присяжнюк. – Київ: Центр учбової літератури, 2008. – 502 с.
11. Порада А. М. Основи фізичної реабілітації / А. М. Порада, О. В. Солодовник, Н. Є. Прокопчук. – К. : Медицина, 2008. – 246 с.
12. Скомороха О. Сучасні погляди на ожиріння та підходи до його лікування / О. Скомороха, Н. Владимірова. // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2010 – № 4. – С. 54-56.
13. Товченко Л. О. Фізичне виховання студентів в спеціальних медичних групах / Л. О. Товченко. – К. : ДП "Інформаційно-аналітичне агентство", 2010. – 379 с.
14. Franclin B. A. Losing Weight Through Exercise / B. A. Franklin, M. Rubenfire // Amer. J. Med. – 1990. – Vol. 244.

*Glushchenko N.*

#### FEATURES SPECIAL MEDICAL STUDENTS DISTRIBUTION GROUP BY DEGREE OF OBESITY FIRST THROUGH THIRD COURSE IN UNIVERSITIES

*Found that to date there is little scientifically based recommendations on physical training of students suffering from obesity. The existence of left other designs on the physical education of students, but they are not adapted for use in a limited time classes at the university. Theoretically investigated the problem of rapid progression of obesity among students in universities SMG. The study was attended by students of the University of Ivan Franko in the number of 90 persons for health were directed to physical culture in special medical department with a diagnosis of obesity. The experiment lasted three years from 2011 to 2014 academic year Investigated parameters characterizing the degree of obesity in the studied contingent. Determined peculiarities of the distribution of students in the degree of obesity SMG for three courses. Proved progression in the study sample during the entire period of the pilot study of 41 to 51%.*

**Key words:** SMG, obesity, illness, disease stage.

*Стаття надійшла до редакції 15.09.2015 р.*