

141 715362

(039)

Министерство образования Республики Беларусь

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЫ»

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИИ

Материалы
V международной
научно-практической конференции
(Гродно, 21 – 23 октября 2009 г.)

Гродно, 2009

Тальчук А.А., Лаптиева Л.Н., Крикало И.Н.

ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ НА МЕТЕОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Во всем мире большое внимание уделяется вопросам адаптации организма к метеофакторам. Влиянию этих факторов в наибольшей степени подвержены студенты - выходцы из неблагоприятных территорий. В основе оздоровления и снижения выраженности метеочувствительности молодежи лежит здоровый образ жизни.

К важнейшим направлениям экологии человека относится исследование состояния здоровья популяции данного поколения, его социальной и природной среды с целью установления путей повышения уровня здоровья. Состояние здоровья молодежи можно считать индикатором здоровья общества в целом, и в частности, показателем состояния окружающей среды. Изменения в организме человека под влиянием загрязнения среды различны по проявлению и глубине. Разнообразны и методы выявления этих изменений. Наиболее часто для характеристики состояния здоровья используют заболеваемость населения. Данный показатель является важнейшим критерием здоровья. Эксперты ВОЗ, исследовавшие соотношение различных факторов, определяющих здоровье современного человека, пришли к выводу, что оно зависит от состояния окружающей среды (20%), генетических факторов (20%), медицинского обеспечения (8%), условий и образа жизни человека (52%) [1]. Следует отметить, что это усредненные показатели. величина каждого из них зависит от возраста, пола и индивидуально-типологических особенностей человека. Неблагоприятный образ жизни, плохие социально-гигиенические условия, экологические факторы риска выступают как факторы-модификаторы, снижающие активность генов, в первую очередь в неделящихся клетках, что приводит к прогрессирующему снижению защитных механизмов организма человека и к развитию болезни. Это является основанием для понимания, что болезни современного человека – это прежде всего болезни его образа жизни.

В настоящее время вопросам профилактики, диагностики и лечения метаболических реакций человека уделяется большое внимание и, в частности, вопросам адаптации организма к метеофакторам. Поскольку на организм оказывают влияние не отдельные взятые метеорологические элементы, а совокупность их, то нами проводилось изучение влияния комплекса погодных факторов на состояние здоровья. На наш взгляд, данному методическому подходу соответствуют публикуемые данные об астрогеофизическом прогнозе неблагоприятных дней, а также динамика данных об электромагнитном поле Земли. Для оценки степени метеореакций нами использован применяемый во врачебной практике чисто субъективный подход, основанный на клинических проявлениях. Особое внимание обращалось на зависимость ухудшения самочувствия, появление жалоб в связи со сменой основных метеорологических характеристик (атмосферное давление, температура, влажность), синоптических (прохождение атмосферных фронтов), гелиофизических данных (магнитные бури, солнечная активность). В исследовании приняли участие студенты Минского государственного педагогического университета им. М. Танка и Мозырского государственного педагогического университета им. И.П. Шамякина.

Анализ полученных данных показал, что 29% исследуемых студентов оказались метеочувствительными. Среди них 80% имели выраженную хроническую патологию и различные функциональные отклонения. Большинство студентов указало, что ухудшение самочувствия, снижение настроения и работоспособности наблюдалось в день выраженного изменения погодных и синоптических процессов, накануне или за 1-2 дня до этого. Причем, усиление патологических реакций имело место не на всех пиковых точках интенсивности энергетических внешних воздействий в течение месяца, а только на отдельных датах. Данные проявления метеочувствительности следует рассматривать как легкую ступень, характеризующуюся проявлением субъективных жалоб.

Наиболее подверженными влиянию внешних воздействий оказались студенты – выходцы из неблагоприятных территорий с психо-эмоциональными нарушениями, бронхолегочными заболеваниями, вегето-сосудистой дистонией. Это, возможно, связано с тем, что во время магнитных возмущений замедляется капиллярный кровоток и усиливается имеющаяся гипоксия. Следует отметить, что обследованные больные студенты с патологической пораженностью в три раза чаще болели в подростковом возрасте так называемыми «простудными болезнями», чем здоровые студенты. На диспансерном учете до

поступления в ВУЗ состояло около 50% студентов в категории «больные» и с патологической пораженностью.

На наш взгляд, здоровый образ жизни на уровне популяции является эффективным способом первичной профилактики заболеваний. В то же время гетерогенность протекания препатологии и самой патологии требует введения категории «рациональный образ жизни», парадигма которого должна строиться на основании медико-генетического паспорта. Рациональный образ жизни оказывает непосредственное влияние на эндоэкологию индивидуума, от которого зависит, болен человек или здоров. Он является строго индивидуализированным, корректирующим, позволяет целенаправленно осуществлять первичную профилактику, а в ряде случаев может выступать эффективной составляющей части медикаментозного лечения. Выборочные исследования показали, что студенты, имеющие проблемы со здоровьем, психологически готовы внести изменения в свой образ жизни. Поэтому коррекция образа жизни данных студентов может оказаться наиболее эффективным мероприятием по их оздоровлению и снижению выраженности метеочувствительности.

Список литературы

1. World Health Organization. Concern for Europes tomorrow: Summari. Copenhagen. WHO Regional Office for Europe 1994.

In the all world large attention gives to questions of adaptation of organism to factors of meteorology. The students from unfavorable territory in the largest degree expose of influence of this factors. In the basis of improving from a health point of view and of reduced of pronounced of meteorology perceptibility of young people lays the health way of life.

Тальчук А.А., кандидат медицинских наук, доцент Российского государственного социального университета, Минск, Беларусь

Ляптиева Л.Н., кандидат педагогических наук, доцент МГПУ им. И.П.Шамякина, Мозырь, Беларусь

Крикало И.Н., старший преподаватель кафедры природопользования и охраны природы МГПУ им. И.П.Шамякина, Мозырь, Беларусь.