

РОЛЬ МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ.

Мухаммадсолих Ш. 306-группа факультет высшего медсестринского дела

Научный руководитель: Мирдадаева.Д.Д.

ТашПМИ, кафедра Общественного здоровья и управления здравоохранением

Актуальность. В настоящее время профилактика проблем, связанных со здоровьем (вредных привычек, являющихся факторами риска для здоровья), путем повышения эффективности защитных факторов (хорошие отношения с родителями и позитивная атмосфера в школе) и снижение факторов риска (низкая самооценка, конфликты в семье и неблагоприятные отношения со сверстниками) представляют собой важные мероприятия в развитии здоровья и развития детей.

Целью исследования: проанализировать показатели образа жизни школьников, в значительной степени обуславливающих состояния здоровья.

Материалы и методы. Проведен анализ характера образа жизни 29 школьников в возрасте от 7 до 15 лет, которые учились в школах города Ташкента. Для оценки образа жизни была использована регистрационная карта, который состоит из 25 пунктов, учитывающая материально-бытовые условия, режим дня (сон, питание, прогулки, время проводимое за просмотром телепередач и у компьютера), учебные и дополнительные нагрузки, характеристика семьи, физическая активность, занятия спортом, вредные привычки.

Результаты и их обсуждение. При опросе детей из первоклассников, 49% опрошенных не пользовались компьютером. До 1 часа занимались компьютерными играми около 20% учащихся. В 31 % случаях дети проводили возле компьютера более 2 часа в день. При опросе детей так же установилось, что 38% старшеклассников проводили на улице 1-2 часа, примерно 45% указывали более длительное время нахождения на улице. Полученные результаты показали, что имеющиеся хронические заболевания ограничивали физическую активность у 58,62% школьников. При обследовании установилось, что у более чем половины школьников наблюдалась головная боль, боль в спине, подавленность, дискомфорт, которая влияла на психоэмоциональное состояние ребенка, определяя его поведение, влияя на общение со сверстниками и окружающими. Негативный вариант приводил к снижению социальной активности и психоэмоциональному напряжению.

Выводы. 1. Целесообразно ограничивать время проводимое детьми возле телевизора и у компьютера согласно существующим гигиеническим нормативам.

2. В общеобразовательных учреждениях при проведении со стороны школьных медицинских сестер «уроков здоровья», при построении лечебных и профилактических программ необходимо акцентировать внимание о влиянии «образа жизни» на состояние здоровья детей.

Список литературы:

1. Aliev, Makhmudjon, Akmal Rakhmatullaev, and Bilim Terebaev. "Results of Transurethral Correction of Stenotic Developmental Abnormalities of Uterovesical Junction in Children." Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology 14.4 (2020).
2. Aliyev, M. M., et al. "Concomitant anomalies and malformations with anorectal malformation in children." Scientific and practical Journal of Pediatrics 3 (2017): 6-9.