

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
АСОЦІАЦІЯ ФАХІВЦІВ ІЗ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ  
ТА ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРИ УКРАЇНИ  
КЛІНІЧНИЙ САНАТОРІЙ СЛУЖБИ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ «ОДЕСА»

# **СУЧАСНІ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЇ - 2018**

*ХІХ МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ  
4-5 жовтня 2018 року*

## **Матеріали конференції**

**Одеса 2018**

УДК 613.4 (043.3) + 61:796 (043.2)

Головний редактор: завідувачка кафедрою фізичної реабілітації спортивної медицини, фізичного виховання і валеології д.мед.н., проф. О.Г. Юшковська

Секретаріат: к.мед. н., доцент О.Л. Плакіда  
В.В. Радасва

**С 89** Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології - 2018 // XIX Міжнародна науково-практична конференція. Одеса, 4-5 жовтня 2018 / Матеріали конференції. – Одеса: ПОЛІГРАФ, 2018 – 188 с.  
**ISBN 978-966-2326-55-0**

У збірці містяться матеріали XIX Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2018». Висвітлюються питання наукових досліджень провідних фахівців у галузі спортивної медицини, фізичної реабілітації, валеології, фізичного виховання і практичної охорони здоров'я. Наведено результати використання нових діагностичних та лікувальних технологій у повсякденній роботі, а також досягнення фундаментальних досліджень.

**ISBN 978-966-2326-55-0**

© Одеський національний  
медичний університет, 2018

## ОЦІНКА СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ ШКОЛЯРІВ

Коростильова Г.Ю., Бурдін І.Є

Одеський національний медичний університет

В усьому світі кожного року від ССЗ помирає близько 17,5 млн людей. В Україні, згідно з даними офіційної статистики, від серцево-судинних захворювань кожного року помирає більше 440 тисяч осіб, що складає 66,3% від усіх причин смерті. ССЗ залишаються основною причиною смертності як серед осіб працездатного віку, так і серед дітей. Здоров'я підлітків в будь-якому суспільстві і за будь-яких соціально-економічних і політичних ситуаціях є предметом першочергової ваги, так як воно визначає майбутнє країни, генофонд нації, науковий і економічний потенціал суспільства, є чуйним барометром соціально-економічного розвитку країни.

Актуальність. Однією з провідних причин порушень в роботі серцево-судинної системи - це перевагою і вибір підлітками видів спорту, невідповідних для їх організму. Тому, контролювання показників серцево-судинної системи допоможе вибрати найбільш підходящий стиль життя і запобігти можливим захворюванням надалі.

Мета дослідження визначити стан серцево-судинної системи у школярів та підвищити обізнаність підлітків про фактори ризику.

У ході роботи було обстежено 238 учнів. Для виявлення симптомів серцево-судинних захворювань у учнів 7-11 класів була запропонована анкета «Симптоми серцево-судинних захворювань». Аналіз показників артеріального тиску, частоти серцевих скорочень у учнів 7-11 класів показав: - АТ у 30% школярів знаходиться в межах норми; ЧСС - 83% , вище норми - 17%; рівень стресостійкості ССС: 61% - норма, 39% нижче норми. Виявлено невеликі відхилення показників АТ, СД і ЧСС у підлітків. Виявлено закономірність у дівчат в 12 років артеріальний тиск і частота серцевих скорочень більше, ніж у хлопчиків того ж віку. Результати проведених функціональних проб з оцінки стану ССС, дозволяють зробити висновок про нормальний стан серцево-судинної системи у більшості школярів в навчальний період. 87% учнів показали результати по ортостатичній пробі в межах норми, що в цілому говорить про хорошу тренуваності організму. Тест Руф'є показав, що у 62% учнів хороша працездатність ССС, у 33% незадовільно, у 5% - відмінно. Результати тесту на стійкість до стресів за Айзману, показали, що тільки 61% учнів вміють швидко адаптуватися до постійно змінюваних умов. Школярам, які мають невеликі відхилення в роботі серцево-судинної системи, дані рекомендації: необхідно звертати увагу на правильно організований режим дня, раціональне харчування, збагачене вітамінами, умови навчання або роботи. Будь-яке надмірне фізичне напруження протипоказано. Навчання і звичайну роботу слід продовжувати. Велике значення має застосування лікувальної фізкультури. При значних відхиленнях показників артеріального тиску і частоти серцевих скорочень необхідно звернутися до лікаря.