

Интеграция образовательной и лечебно-профилактической деятельности в процессе сохранения репродуктивного здоровья студенток вуза

С. В. Савченко

*Башкирский государственный университет, Стерлитамакский филиал
Россия, Республика Башкортостан, 453103 г. Стерлитамак, проспект Ленина, 49.*

Email: aleks479@mail.ru

В современной системе образования наиболее актуальной проблемой по праву является здоровьесберегающее обучение и воспитание учащейся молодежи. Особое значение приобретает исследование проблемы сохранения репродуктивного здоровья студенческой молодежи. Решение данной проблемы предполагает интеграцию образовательной и лечебно-профилактической деятельности в восстановительном процессе здоровья. Определена и внедрена в практику система средств с целью формирования и укрепления здоровья, в том числе репродуктивного, улучшение информационных технологий в сфере половой грамотности, вопросах сохранения репродуктивного здоровья.

Ключевые слова: репродуктивное здоровье, интеграция, студенты, методы физического воспитания, профилактика репродуктивных отклонений.

В современных условиях научно-технического прогресса, социально-экономических преобразований, реформы высшей школы остро поставлен вопрос сохранения здоровья студенческой молодежи.

Снижение уровня здоровья населения России за последние 10–15 лет и увеличение заболеваемости на 31%; позволяет констатировать факт роста количества студентов с отклонениями в состоянии здоровья [5]. Особого внимания заслуживает репродуктивное здоровье, как основной демографический показатель национального благополучия страны. Так, по данным И. А. Мельничук, «тенденция ухудшения здоровья молодежи, в частности репродуктивного, в последние годы приняла устойчивый характер» [1].

Однако в последние 3–4 года отмечается положительная динамика демографических показателей населения России и Республики Башкортостан.

На фоне оптимистичных данных, за последний год в России отмечается отрицательный естественный прирост населения, что обусловило необходимость продолжения государственной политики по охране репродуктивного здоровья населения, как фактора национальной безопасности страны [4]. В то же время последние годы исследователи переходного периода отмечают, что значительно повышается роль своевремен-

ного доступа к современным здравоохранительным технологиям, образовательного уровня населения [3].

Проводимая в течение ряда лет опытно-экспериментальная работа на базе Стерлитамакского филиала БашГУ (СФ БашГУ) позволила теоретически обосновать и реализовать на практике методику, интегрирующую образовательную и лечебно-профилактическую деятельность в вопросе сохранения репродуктивного здоровья и профилактики отклонений репродуктивной системы студенток ВУЗа.

Решение общегосударственной проблемы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья средствами и методами лишь одной медицины малоэффективно. Наиболее актуально интегрировать образовательную и лечебно-профилактическую деятельность в единую систему, которая поможет реализовать наряду с образовательными задачами и задачи сохранения репродуктивного здоровья студенток.

Интеграция предусматривает ряд мер, направленных на укрепление здоровья студенток, реабилитацию и профилактику гинекологических заболеваний в условиях ВУЗа.

В рамках реализации образовательной и лечебно-профилактической деятельности в сохранении репродуктивного здоровья девушек-студенток была разработана и внедрена в учебный процесс методика комплексного использования средств физической культуры и оздоровления в профилактике, реабилитации репродуктивных отклонений. Разработанная методика предусматривает:

1. Использование основных средств и методов оздоровления специфического характера, приемлемых в ВУЗе, проводимые наряду с гинекологическим лечением.
2. Выявление и исключение из учебной программы упражнений и видов спорта, оказывающих негативное и провоцирующее влияние на состояние репродуктивного здоровья.
3. Создание комплексов физических упражнений, адаптированных к специфике заболевания по дозировке, содержанию
4. Совместное применение физических упражнений и оздоровительных, коррекционных средств в учебном процессе.
5. Комплексный контроль за функциональным состоянием и физической подготовленностью занимающихся,
6. Мониторинг репродуктивного здоровья.

Профилактические медицинские осмотры студенток, проводимые центром планирования семьи, выявили рост репродуктивных нарушений с 47% до 64% за период обучения в ВУЗе. Анонимное анкетирование показало низкий уровень знаний в сфере половой грамотности, в области сохранения репродуктивного здоровья. Анализ репродуктивного здоровья студенток ВУЗа выявил заболевания половой сферы различной

этиологии у 52.2% обследуемых. Разработанная и внедренная программа комплексного контроля показала низкий уровень физической, функциональной подготовленности студенток на начальном этапе исследования.

Реализуя предложенную методику были созданы определенные гигиенические условия проведения занятий. Определены средства и методы оздоровления специфического характера. Разработаны рекомендации по рациональному питанию, закаливанию, сегментарному и точечному массажу. В ходе исследования применялись физические упражнения, адаптированные к специфике заболевания по дозировке, направленности, содержанию. Ограничены упражнения и элементы видов спорта, оказывающие провоцирующее влияние на репродуктивное здоровье. Причем при подборе средств оздоровительной культуры мы руководствовались общепринятыми в практике лечебной физической культуры [1], физической реабилитации критериями их применения [6].

Исследуя эффективность предложенной нами методики, был зафиксирован рост показателей физической подготовленности в экспериментальных группах по параметрам, отражающим качество выносливости, силовых способностей и гибкости на заключительном этапе эксперимента. Организационно-методические особенности исследования отразились на функциональном состоянии студенток. Улучшение показателей внешнего дыхания характеризует устойчивую адаптацию кардиореспираторной системы к различным режимам мышечной работы, мобильному переключению на различные виды энергообеспечения

Комплексный контроль за состоянием здоровья исследуемых позволил нам всесторонне оценить эффективность предлагаемой методики, опираясь на многопараметрические методы исследования всех функций и систем организма для более полного отражения изменений, происходящих в организме в результате педагогического воздействия.

Анализ функционального состояния и показателей лабораторно-клинических исследований студенток в завершающей стадии эксперимента выявил положительную тенденцию к улучшению исследуемых параметров. Отмечается улучшение морфофункционального состояния по показателям чистоты сердечных сокращений, частоты дыхания, показателям работоспособности, объемным размерам грудной клетки и улучшении физической подготовленности в среднем на 16%.

Одним из показателей эффективности применения данной методики в учебном процессе являлись:

1. показатель частоты случаев заболеваний;
2. общая продолжительность нетрудоспособности (заболеваний);
3. процент выздоровления в исследуемых группах.

На начальном этапе исследования общая продолжительность заболеваний была довольно высокой. Применение в режиме дня студенток средств закаливания, рационального питания, массажа способствовало повышению иммунитета, сопротивляемости организма к воздействию патогенных факторов и, как следствие, снижение заболеваемости на 17.8%.

Отметим и тот факт, что общая продолжительность отдельного заболевания снижается, а показатель процента выздоровления студенток с репродуктивными нарушениями, по данным гинекологического обследования, проведенного специалистами женской консультации и центра планирования семьи, значительно выше, чем в группах, занимающихся по традиционной методике (на 25%), что доказывает высокую эффективность разработанной нами методики оздоровления студенток с репродуктивными нарушениями в условиях ВУЗа.

Обобщая материалы проведенных исследований, сделаем следующие выводы.

1. В результате интеграции образовательной и лечебно-профилактической деятельности создана система мониторинга, обеспечивающая комплексный контроль за состоянием репродуктивного здоровья студенток.
2. Опытным путем определено оптимальное соотношение видов учебной деятельности и средств лечебно-профилактического характера в режиме дня студента.
3. Внедрение предложенной методики становится возможным при условии интеграции средств, методов педагогической и врачебной теории и практики в системе высшего образования.

Проведенные исследования выявили, что реализация интегративного подхода обеспечивает как высокое качество образовательного процесса, так и укрепление здоровья, профилактику репродуктивных отклонений у студенток в условиях высшей школы.

Литература

1. Лечебная физическая культура: учебник для студентов высших учебных заведений / С. Н. Попов., Н. М. Валеев., Т. С. Гарасеева и др.; под ред. Н. С. Попова. М.: изд. центр «Академия», 2004. 416с.
2. Мельничук И. А. Педагогический аспект проблемы репродуктивного здоровья молодежи //Социально-педагогическая работа. 2004. №2.С.89–93.
3. Репродуктивное здоровье россиянок //Народонаселение. 2002.№2.С.27–42.
4. Стародубов В. И. Государственный доклад о состоянии здоровья населения Российской Федерации в 1998г. //Здравоохранение Российской Федерации. 1999. №2. С.7–27.
5. Тищенко Е. Л. Фактор алкоголя и генитальный герпес среди студентов московских вузов //Ребенок и север: Проблемы формирования здоровья и адаптации детей и молодежи в

среде обитания: Тез. докл. на XXXIX междунар. науч.-практ. конф. Мурманск. 2001. С. 154–155.

6. Физическая реабилитация: учебник для студентов высших учебных заведений/ под ред. проф. С. Н. Попова. Изд. 5-е. Ростов н/Д: Феникс, 2008. 602с.

Integration of teaching and therapeutic-preventive activity in the process of keeping reproductive health of students

S. V. Savchenko

Bashkir State University, Sterlitamak Branch

49 Lenin Street, 453103 Sterlitamak, Republic of Bashkortostan, Russia.

Email: aleks479@mail.ru

In the modern system of education the most topical problem is to study the problems of keeping reproductive health of students. It requires complex, integrated approaches including combined and purposeful impact of ways and methods of teaching, rehabilitation, prevention and therapy. There was defined and introduced into practice a system of means intended to realize tasks of forming and keeping health together with those of educational character, including reproduction and improvement of informational technologies in the sphere of sexual competence.

Keywords: reproductive health, integration, students, methods of physical education, prevention of reproductive disorders.