

* * *

ФАКТОРНАЯ ПРОФИЛАКТИКА В СИСТЕМЕ ШКОЛЬНОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Храмцов П.И., Антонова Е.В.

Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия

Ключевые слова: школьные факторы риска; профилактические технологии; школьная медицина

Актуальность. Устойчивые тенденции ухудшения состояния здоровья детей на всех этапах школьного онтогенеза обуславливают поиск научно обоснованных профилактических технологий для снижения рисков развития школьно-обусловленных заболеваний.

Цель: определить приоритетные направления факторной профилактики в системе школьного здравоохранения для формирования здоровья обучающихся.

Материалы и методы. В исследовании использованы теоретические (экспертиза и анализ информации) и экспериментальные (наблюдение, тестирование) методы исследования.

Результаты. На основе экспертно-аналитического исследования установлены негативные эффекты длительного положения сидя в процессе образовательной деятельности и во время пассивного досуга с активным использованием различных гаджетов. К ним относятся: 1) относительно длительное фиксированное положение головы и, как следствие, снижение активности вестибулярной системы, которая обеспечивает сенсорную интеграцию в процессе восприятия учебной информации, определяя успешность обучения; 2) повышенная зрительная нагрузка в режиме фиксированного ближнего видения, приводящая к нарушению зрения; 3) нарушение физиологических изгибов позво-

ночника за счёт сглаживания шейного и поясничного лордозов и кифозирования туловища; 4) закрепощение мышц, особенно грудных мышц, негативно влияющее на функции внешнего дыхания; 5) ослабление мышц голени и стопы, приводящее к формированию плоскостопия.

В качестве примера представлены данные анализа значений жизненного индекса у 265 младших школьников, выполнивших тест на оценку закрепощения грудных мышц в полном объёме ($48,65 \pm 0,76$ мл/кг) и не выполнивших его ($45,83 \pm 0,83$ мл/кг; $p = 0,014$).

Для профилактики установленных негативных эффектов в современной системе образования внедряются инновационные проекты («Активные школы», «Динамический урок», «Активная рекреация», «Динамический режим обучения сидя–стоя»).

Заключение. Факторная профилактика направлена на оценку эффективности и контроль здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций, интеграцию превентивных технологий в учебный процесс.

* * *