

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПРОБ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ

Поставлена задача - изучить состояние здоровья и сопоставить с уровнем функционального состояния сердечно-сосудистой системы и на этой основе определить лечебно-оздоровительные мероприятия, направленные на укрепление здоровья и повышение физической работоспособности студентов. Проведено комплексное обследование 286 студентов в начале и в конце учебного года. Уточнен диагноз, дана оценка функциональных возможностей, определена медицинская группа, составлены индивидуальные планы оздоровительных мероприятий, даны рекомендации по режиму труда и отдыха, питанию и занятиям физическими тренировками с оздоровительными целями. Проведены степэргометрия и проба Руфье, дана их оценка и результаты сопоставлены с функциональными возможностями по врачебно-контрольной карте. По результатам функциональных проб с дозированной физической нагрузкой определяли уровень физической работоспособности – РУУС₁₇₀ и МПК, оценивались, адаптационные возможности к нагрузкам. Исследования показали, что в 86% отмечен низкий уровень физической работоспособности и системы энергообеспечения организма. Эти показатели отличались у студентов основной медицинской группы, что свидетельствует о взаимосвязи между состоянием сердечно-сосудистой системы и уровнем функциональных возможностей, использована комплексная система лечебно-оздоровительных и профилактических мероприятий, направленная на мобилизацию резервных возможностей кардиореспираторной системы, на развитие выносливости и укрепление здоровья студентов. При повторном обследовании в 72% отмечено повышение физической работоспособности. Функциональные пробы с физическими нагрузками отражают функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и являются хорошим показателем эффективности реабилитационных мероприятий у студентов специального медицинского отделения.