

України: проблеми та перспективи. Матеріали III Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції. – Полтава, 2011

4. Присяжнюк С.І. Проблема фізичного виховання учнівської молоді України / С.І. Присяжнюк // Основи здоров'я та фізична культура. – 2006. – № 10. – С.6-7

ВПЛИВ ПАСИВНОГО ПАЛІННЯ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ ТА ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМ ПІДЛІТКІВ

Т.О. ЗАЙЧЕНКО, Т.П. ЗАЙЦЕВА

*Криворізький медичний коледж,
Кривий Ріг, Україна*

В останнє десятиліття відмічається швидкий ріст загальних захворювань серед дітей і підлітків, що визначає необхідність виявлення несприятливих чинників. Однією з причин, які впливають на здоров'я людини являється тютюнопаління. У світі склалась катастрофічна ситуація, пов'язана з високим рівнем споживання тютюну, особливе занепокоєння викликають загрожуючі темпи розповсюдження такої звички серед підлітків.

Більшості відомо: паління шкідливо для життя. Проте мільйони людей продовжують димити. Одні палять, тому що їм подобається ризикувати, інші роблять це від нудьги або, бажають справити враження на оточуючих. Багато палять просто так. Вплив тютюнового диму на різні системи організму вивчено загалом у дорослих курців. Але негативні наслідки можна відмітити і серед підлітків.

Метою експерименту є: вивчення впливу пасивного паління на функціональний стан серцево-судинної і дихальної систем у підлітків, порівняти показники, запропоновані у літературі, із результатами власних дослідів.

Відповідно до мети були визначені наступні завдання: провести аналіз спеціальної та медичної літератури; розглянути методи дослідження, які будуть використані в експерименті; провести обстеження функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем підлітків; проаналізувати та інтерпретувати отримані результати; розробити практичні рекомендації учасникам і їх батькам.

Мало хто коли-небудь замилювався над тим, що вдихає з тютюновим димом. Про хімічний склад сигарет і тютюнового диму, чомусь ніде не пишуть, ні на упакованні, ні в рекламах; про це мало розповідають по телевізору. Основним для тютюнових виробів елементом, через який їх вживають, є нікотин. Це наркотик і сильна отрута. Він легко проникає в кров, накопичується в життєво важливих органах, призводячи до порушення їхніх функцій. Ще одна складова – смола – все те, що міститься в тютюновому димі, за винятком газів, нікотину й води. Особливу небезпеку становлять канцерогени які мають різну хімічну природу. Це бензол, кадмій, миш'як, нікель, хром. Чадний газ небезпечний своєю здатністю з'єднуватися із форменими елементами крові, що перешкоджає транспортуванню кисню та негативно позначається на функціонуванні всього організму. Також містяться особливо небезпечні речовини як ціаністий водень або синильна

кислота; оксиди азоту; вільні радикали; 76 металів; радіоактивні компоненти полоній-210, калій-40, радій-228 і торій-228. Ми намагалися подати найважливіші складові сигарет і тютюнового диму [1].

У подальшому зробили спробу визначити, що називають пасивним або вимушеним палінням та які це має наслідки. Вченими доведено, що підлітки, батьки яких палять, більше схильні до захворювань органів дихання. Ризик розвитку раку легень у дітей залежить від паління батьків. Під дією тютюнового диму відмічається підвищений артеріальний тиск та серцебиття. В організмі порушується вітамінний обмін, особливо вітаміну С, який не лише захищає від серцевих захворювань, але й попереджає зміни ДНК клітин. Затримка росту, порушення слуху, зниження зору – наслідки пасивного паління.

Відтак, оскільки ми досліджували вплив на організм підлітків саме пасивного паління перед нами постала проблема визначення показників функціонального стану у людей які є активними курцями та спричиняють появу негативних чинників для студентів. Експеримент проводився з поміж студентів медичного коледжу та їх батьків. Задля проведення дослідження та забезпечення його достовірності ми спирались на наукові медичні методи отримання інформації щодо фізіологічного стану життєво-важливих систем, а саме тест Руф'є, кількісна експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я у чоловіків та жінок за Г. Апанасенко, вимірювання артеріального тиску, вимірювання пульсу, визначення частоти дихальних рухів, визначення частоти дихання в стані спокою, під час фізичного навантаження, спірометрія [1]. Загалом брали участь 234 чоловік (студенти коледжу та їх батьки).

На початку експерименту ми запропонували студентам коледжу відповісти на питання анкети. З опитаних студентів 54% - активні курці та 46% пасивні, тобто палять батьки або друзі. У 5% опитаних палять обидва батьки. Більшість почали палити за порадою друзів або щоб набути статусу стильної людини. На пропозицію кинути палити відповіли, що можуть кинути у будь-який час, проте не мають бажання.

Задля отримання достовірних результатів ми визначали вихідні дані показників пульсу, тиску та життєвої ємкості легень. У подальшому визначали показники з-поміж підлітків батьки яких палять чи не палять. Отриманні результати показали, що у групі студентів де батьки не палять частота серцевих скорочень наближена до норми. Проте у студентів батьки яких палять, показники не відповідають віковим нормам. Найбільші відхилення спостерігається у хлопців І-ІІ курсів (нижче норми). Можна простежити наскільки відрізняються мінімальні та максимальні показники частоти серцевих скорочень у групах студентів батьки яких палять. Особливо високі, максимальні значення – 116 скорочень за хвилину у підлітків із сімей курців, тоді як у сім'ях де батьки не палять цей показник склав 84 скорочень за хвилину.

Подальше дослідження було спрямоване на визначення стану дихальної системи. Частота дихальних рухів у студентів батьки яких не палять відповідає віковим показникам або має незначні відхилення. Різниця між мінімальними та максимальними показниками складає 6 рухів у дівчат та 3 – у хлопців. В групах де батьки палять ця різниця значно більша: у дівчат і хлопців складає приблизно

14 рухів. Середні показники також відрізняються від вікової норми у межах двох – чотирьох рухів. Відомо, що співвідношення частоти серцевих скорочень та дихальних рухів знаходяться у межах 4:1. Ці показники зберігаються в обох групах та свідчать про те, що зміни в одній системі зумовлюють зміни в іншій. Та на обидві системи пасивне паління спричиняє негативний вплив.

Також приділили увагу визначенню артеріального тиску. З поміж трьох показників – частоти серцевих скорочень, частоти дихальних рухів та артеріального тиску, останній у більшій мірі відповідає віковим показникам. Отже, він менше підлягає впливу пасивного паління. Проте якщо аналізувати показники систолічного та діастолічного тиску, то систолічний тиск у всіх групах відповідає нормі, а діастолічний вищий за нормальні показники. Цей тиск ще називають нирковим. Показники вище норми можуть свідчити про порушення роботи нирок, які є фільтрами організму та страждають від впливу шкідливих речовин, що входять до складу тютюнового диму.

Отже, об'єктивних доказів шкідливості тютюнового диму достатньо. Результати досліджень свідчать про те, що тютюновий дим – це серйозна загроза здоров'ю підлітків небезпечна ускладненнями захворювань, підвищенням ризику розвитку бронхіальної астми, хронічними захворюваннями легень, бронхітів та інших порушень дихальної системи вже у дорослому віці. Виходячи з цього, слід докласти максимум зусиль аби зменшити негативний вплив на організм підлітків та надати їм шанс зростати в більш частому довіллі. В ході дослідження ми переконались, що пасивне паління спричинює негативний вплив на серцево-судинну та дихальну системи в однаковому ступені у хлопців та дівчат, незалежно від віку. Відтак, пріоритету набувають профілактичні заходи та пропаганда здорового способу життя.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. <http://www.medinfo/ru>

СОЦИОКУЛЬТУРНОЕ СОСТОЯНИЕ ОБЩЕСТВА

В.Л. ДОБРОВА, Я.А. ОДЕНЕЦ

*Одесский национальный университет имени И.И. Мечникова,
Одесса, Украина*

Цель работы: проанализировать влияние СМИ и рекламы на личность, на укрепление нравственных и культурных ценностей, и восстановление культуры здоровья.

Задача исследования: выяснить какую роль СМИ и реклама играют в современном обществе в плане его формирования и функционирования.

За окном XXI век-время новшеств, инноваций, а исходя из этого и тотального прогресса человечества во всех научно-технических областях. С каждым днем мы движемся по заданному направлению, приближаясь к конечной координате, к цели, которая, как кажется, должна стать своеобразным «пиком», вершиной «пирамиды», которую строил человек на протяжении всего своего