

ӘӨЖ 613.96 – 057.874

## ҚАЗІРГІ УАҚЫТТАҒЫ МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНСАУЛЫҚ ЖАҒДАЙЫ

**Г. К. Амантаева<sup>1</sup>, А. Б. Досымханова<sup>1</sup>,  
М. Б. Бейсенгазина<sup>2</sup>, Н. Ж. Чайжунусова<sup>2</sup>**

Семей қаласы, Мемлекеттік медицина университеті

<sup>1</sup> «Медико-профилактикалық іс» мамандығы бойынша 2-ші жыл магистранты;

<sup>2</sup> Тағамтану және гигиеналық пәндер кафедрасы

Бұл мақалада оқушылардың денсаулық жағдайы динамикасының жағымсыз тенденциясы және өскелең ұрпақ денсаулығын сақтау және қалыптастырудағы білім беру жүйесінің рөлі жөніндегі мәліметтерге талдау жасалған.

**Негізгі сөздер:** денсаулық жағдайы, оқушылар, аурушандық, санитарлық-эпидемиологиялық қолайлылық.

## HEALTH STATUS OF THE MODERN PUPILS

**G. Amantayeva<sup>1</sup>, A. Dosymkhanova<sup>1</sup>,  
M. Beysengazina<sup>2</sup>, N. C. Chayzhunussova**

Semey state medical university, <sup>1</sup> Магистрант 2-го года обучения по специальности «Медико-профилактическое дело»,

<sup>2</sup> Department of nutrition and hygienic disciplines

This article contains an analysis of the role of the negative tendencies in the dynamics of the pupils' health status and the school education system in creating and maintaining the health of the younger generation.

**Keywords:** health condition, purple, diseases, sanitary and epidemiological welfare.

## СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ

**Г. К. Амантаева<sup>1</sup>, А. Б. Досымханова<sup>1</sup>,  
М. Б. Бейсенгазина<sup>2</sup>, Н. Ж. Чайжунусова<sup>2</sup>**

Государственный медицинский университет г. Семей

<sup>1</sup> Магистрант 2-го года обучения по специальности «Медико-профилактическое дело»; <sup>2</sup> Кафедра питания и гигиенических дисциплин

В данной статье отражен анализ роли негативных тенденций динамики состояния здоровья школьников и системы образования в формировании и сохранении здоровья подрастающего поколения.

**Ключевые слова:** состояние здоровья, школьники, заболеваемость, санитарно-эпидемиологическое благополучие.

### Библиографическая ссылка:

Амантаева Г. К., Досымханова А.Б., Бейсенгазина М.Б., Чайжунусова Н.Ж. Состояние здоровья современных школьников. // Наука и Здоровоохранение. 2015. № 1. С. 55-59.

Amantayeva G., Dosymkhanova A., Beysengazina M., Chayzhunussova N. C. Health status of the modern pupils. *Nauka i Zdravoohranenie* [Science & Healthcare]. 2015, 1, pp. 55-59.

Амантаева Г. К., Досымханова А.Б., Бейсенгазина М.Б., Чайжунусова Н.Ж. Қазіргі уақыттағы мектеп оқушыларының денсаулық жағдайы // Ғылым және Денсаулық сақтау. 2015. № 1. Б. 55-59.

Өскелең ұрпақтың денсаулығы – қазіргі жағдайға әсерін тигізетін және болашаққа болжау жасауға мүмкіндік беретін, қоғам және мемлекет қолайлылығының маңызды индикаторы. Ғылыми әдебиеттерде денсаулықтың көптеген анықтамалары келтірілген. ДДҰ анықтамасы бойынша "денсаулық – бұл, тек аурудың болмауы ғана емес, толық физикалық, психикалық, әлеуметтік және рухани қолайлылық".

Соңғы жылдары халықтың, әсіресе білім алушы жастардың денсаулық жағдайының жағымсыз динамикасы байқалуда [5]. Кейбір демографиялық көрсеткіштердің тұрақтануына қарамастан, білім беру мекемелерінде білім алып жатқан балалар мен жасөспірімдер денсаулығы нашарлануының айқын басымдылығы анықталуда.

Жасөспірімдік шақтағы балалардың денсаулық жағдайындағы айқын кері ығысулар қазіргі уақытта маңызды медициналық-әлеуметтік салдарға әкеп соғуда – репродуктивті денсаулықтың нашарлауы, кәсіби білім алу мүмкіндігінің, жұмысқа тұрудың шектелуі, әскери міндетті өтеуге жарамды жасөспірімдер санының азаюы, осы аталғандар демографиялық жағдайға, мемлекеттің еңбек және әскери потенциалына кері әсерін тигізбей қоймады [2].

Заманауи оқушылардың денсаулық жағдайының деңгейіне жағымсыз факторлар кешені әсерін тигізеді. Біз оларға бірінші кезекте мыналарды жатқызамыз: жеткіліксіз және құнарсыз тамақтану, экологиялық және әлеуметтік жағдайдың нашарлауы, тұрақты стресс, балаларға білім берудегі бағдарламалардың гигиеналық нормативтерге сәйкессіздігі, зиянды әдеттердің таралуы.

Мектептік жас – кез-келген тұлғаның дамуындағы біршама күрделі сатылардың бірі. Бұл жаста жүйке-психикалық және гормоналды өзгерістер, қарқынды жыныстық жетілу және психосоматикалық денсаулықтағы әртүрлі мәселелер пайда болады.

Соңғы бес жылда оқушылар арасындағы жалпы аурушаңдық 22% өсті, атап айтқанда анемия – 2,5 есеге, ас қорыту ағзаларының аурулары – 2 есеге, тыныс алу ағзаларының аурулары – 1,5 есеге, эндокринді аурулар және тамақтанудағы бұзылыстар 1,4 есеге, жүйке жүйесінің аурулары 1,5 есеге, жарақаттар және уланулар 1,2 есеге. Жедел респираторлы-вирустық инфекциялар есебінен тыныс алу ағзаларының аурулары,

асқазан-ішек жолдарының аурулары және тірек-қимыл аппаратының аурулары алғашқы орындарда тұр [7].

Көптеген авторлардың ғылыми зерттеулерінің нәтижесі соңғы жылдардағы дені сау оқушылар санының төмендеуін дәлелдеп отыр, балалар мен жасөспірімдердің физикалық дамуының айқын төмендеу үрдісі байқалуда, мектеп оқушыларының арасында дене салмағының жеткіліксіздігі және биологиялық жасының артта қалуы жиілей бастады [6].

Қазақстандық авторлардың мәліметтеріне сүйенсек, әсіресе 14 жасқа дейінгі қыздар арасында антропометрлік көрсеткіштер бойынша жылдық бой қосу қарқынының баяулауы анықталған, негізінен норма бойынша ол жылына 4 см болса, біздің жағдайымызда 1 см құраған [6].

Мектепте оқу кезінде созылмалы аурушаңдық деңгейінің 76% жоғарылауы салдарынан оқушылардың денсаулық жағдайының нашарлауы пайда болады, жоғарғы сатыларда үш және одан да көп созылмалы аурулары бар балалардың салмақтық үлесі 3,4 есеге өседі [12].

Өкінішке орай, статистика көрсеткендей Қазақстанда соңғы он жылда балалар мен жасөспірімдер денсаулығының тұрақты нашарлау үрдісі байқалады. Жасөспірімдердің 50%-дан астамы созылмалы аурушаңдықтан зардап шегуде, ал қыздар арасындағы аурушаңдық көрсеткіші ер балаларға қарағанда 10-15%-ға жоғары. Мектепте білім алу барысында көрудің нашарлауы 5 есеге, ас қорыту ағзалары және тірек-қимыл аппаратының аурулары – 3 есеге, жүрек-қан тамыр жүйесіндегі бұзылыстар және психикалық нашарлаулар шамамен 2 есеге жоғарылайды. Мектеп бітірушілердің тек 5% ғана толығымен дені сау болады. Соңғы 5 жылда дұрыс тамақтанбау салдарынан туындаған аурулардың жиілігі өскен. Қазақстан Республикасының статистика бойынша агенттігінің мәліметтері бойынша жасөспірімдер арасында анемия 2,3 есеге өскен, бұл көрсеткіш ересектермен салыстырғанда 2 есеге жоғары.

Әртүрлі авторлардың мәліметтері бойынша тек 10-15% оқушы дені сау деп есептелінеді, шамамен 50% оқушыларда аздаған морфологиялық және функционалды ауытқушылықтар және 35-40%-да - созылмалы аурушаңдық бар. Медициналық

қараулар мәліметтеріне сүйенсек, мектепте білім алу барысында балалардың денсаулық жағдайы 4 - 5 есеге нашарлайды. Мектепті аяқтаған әрбір үшінші түлекте жақыннан көргіштік, тұлғаның бұзылуы, әрбір төртіншісінде - жүрек - қантамыр жүйесінің патологиясы анықталады. Осыдан шығатын қорытынды, мектеп сауықтырушы рөлді атқарғанның орнына, аурушандықтың дамуына алып келетін қосымша қауіп факторына айналғандай [5, 10].

Заманауи оқу үрдісі барысындағы психоэмоционалдық жүктеменің жоғарылауы оқушы организміне жоғары талап қояды. Заманауи талап бойынша қарқынды және ұзақтығы бойынша ұзын-сонар ақпараттық жүктеме гиподинамияға әкеліп, айқын жүйке-эмоционалды күштеме мен жағымсыз экологиялық жағдай әсерінен баланың психофизиологиялық қызметі төмендей отырып оқушы организміне кері әсерлерін тигізеді, бұл жағдайлар әсіресе оқу барысында гимназиялық сыныптарда көрінеді. Балалар мен жасөспірімдер аурушандығы құрылымында білім беру ортасының факторлары салдарынан туындайтын кейбір психопатологиялық жағдайларды бөліп қарастыруға болады [1, 8, 9].

Заманауи мектеп оқушыларын салауаттандыру бойынша шаралар кешенін қарастыру қажеттілігі оқу жүктемесінің әсерінен болатын оқушы организмінің психикалық функциясын бағалау мәселесінің өзектілігі болып табылады. Себебі, барлық функциональді жүйелер мен реттеу механизмдері ұзақ жүктеме түсу түрінде қызмет етеді. Зерттеулер көрсеткендей, қазіргі кезде мектептегі бірінші сыныптың өзінде әрбір үшінші баланың денсаулық жағдайында қиындықтар анықталады. Ал жасөспірімдерде бұдан да біршама үрейлі көрсеткіштер тіркеледі – олардың үштен екісінде денсаулық жағдайында ауытқулар бар [11].

Білім берудің қарқындылығы және жоғары оқу жүктемесі оқушыларда созылмалы шамадан тыс қажудың дамуына, жүйке-психикалық, вегето-тамырлық бұзылыстардың және нейроциркуляторлық дистонияның қалыптасуына алып келеді [3, 13].

Ғылыми зерттеулерде көрсетілген мәліметтерге сүйенсек, білім беру үрдісі қарқынды жүретін мекемелерде (гимназиялар, лицейлер, авторлық мектептер) апталық

жүктеменің фактілі көлемі (білім беру мекемесіне және үй тапсырмасын орындауға кеткен уақыт) оқушының «жұмыс күнінің» ұзаруына әкеледі: бастапқы сынып оқушылары үшін тәулігіне 10-12 сағат, ал жоғары сынып оқушылары үшін 15-16 сағат. Оқушылар уақыт жеткіліксіздігін түнгі ұйқы әсерінен және қозғалыс белсенділігімен толықтырады (оқушылардың 75% гиподинамия жағдайында болады).

Күн және апта соңында оқушылардың 40-55%-да айқын қажу қарқынды оқу үрдісінің нәтижесі болып табылады, ал бұл кезде жалпы білім беру мектептеріндегі мұндай балалардың үлесі 20–30%-ды құрайды; 60–63% оқушыларда артериалды қысымның өзгеруі тіркеледі (негізінен гипертония типі бойынша), 78–85% - невроз тәрізді реакция байқалады. Білім алушының әлеуметтік-психологиялық дезадаптациясы әрбір мекеме үшін әртүрлі: лицейлерде дезадаптация тиімсіз оқу әрекеті түрінде басым болады, гимназияларда - тиімсіз оқу әрекеті және эмоционалды қолайсыздық, жеке меншік (авторлық) мектептерде - мәселе оқушылардың әлеуметтік қатынасында [5].

Балалар мен жасөспірімдердің денсаулық жағдайының нашарлауына әкелетін факторлар кешеніне мектептегі оқу жағдайына қойылатын гигиеналық талаптардың сақталмауы да жатады, атап айтқанда сынып бөлмелерінің тығыздығы, жағымсыз микроклимат жағдайы, компьютерлермен бөлмені жабдықтау кезіндегі қауіпсіздік талаптарының бұзылуы [4].

Жоғарыда аталған мәліметтерге байланысты өткен ұрпақ пен қазіргі өскелең ұрпақтың денсаулық жағдайына салыстырмалы гигиеналық бағалау жүргізу қажеттігі туындап отыр.

### **Әдебиеттер тізімі:**

1. Баранов А. А., Кучма В. Р., Сухарева Л. М. Состояние здоровья современных детей и подростков и роль медико-социальных факторов в его формировании // Вестник РАМН. 2009. №5. С. 6–11.

2. Доклад о положении детей в Республике Казахстан. Город Астана, 2011 год. Режим доступа: <http://www.adilet.gov.kz/ru/node/33114>. (дата обращения: 10.10.2014).

3. Зорина И. Г. Особенности психофизиологического статуса школьников, обучающихся

в учебных заведениях разных типов // Гигиена и санитария. 2008. №3. С. 75–77.

4. Макарова Л. П., Буйнов Л. Г., Пазыркина М. В. Сохранение здоровья школьников как педагогическая проблема // Современные проблемы науки и образования. 2012. №4. С. 242.

5. Макарова Л. П., Корчагина Г. А. Особенности состояния здоровья современных школьников // Вестник Герценовского университета. 2007. №8. С. 47–48.

6. Мергеннова Г. А. О некоторых аспектах малоподвижного образа жизни подростков // Здоровье и болезнь. 2005. №10 (47). С. 8–10.

7. Нукетаева Д. Ж. Развитие нации – через сохранение и укрепление здоровья школьников Казахстана // Материалы международного форума специалистов формирования здорового образа жизни «Здоровое будущее здоровой нации», Алматы, 26 ноября, 2010. С. 12.

8. Окнин В. Ю. Проблемы утомления, стресса и хронической усталости // Рос. мед. журн. 2004. 12. №5. С. 46–49.

9. Онищенко Г. Г. Обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия детского населения России // Гигиена и санитария. 2008. № 2. С. 72–78.

10. Плахов Н. Н. Безопасность жизнедеятельности: психолого-педагогические основания здоровья // Известия Российского государственного университета им. А. И. Герцена. 2012. №145. С. 90–96.

11. Послание Президента Федеральному Собранию 2010 г. Режим доступа: [http://www.kremlin.ru/transcripts/9637/work\\_](http://www.kremlin.ru/transcripts/9637/work_) (дата обращения: 10.10.2014).

12. Сидашева Г. Т., Кабулова Р. А. Проблемы питания и физической активности // Практическое здравоохранение. 2010. №3. С. 208–209.

13. Сухарева Л. М., Рапопорт И. К., Бережков Л. Ф., Ямпольская Ю. А., Звездина И. В. Особенности заболеваемости московских школьников за последние 50 лет // Гигиена и санитария. 2009. №2. С. 21–26.

14. Leung, W. K. Dental caries and periodontal status of 12 year old school children in rural Qinghai, China / W. K. Leung, C. H. Chu // Int. Dent. J. 2003. Apr; 53 (2):73 - 738;

15. Tomkinson, G. R. Secular trends in physical performance of Australian children. Evidence from the Talent Search program / G. R. Tomkinson, T. S. Olds, J. Gulbin // J. Sports Med. Phys. Fitness. 2003. Mar; 43 (1) 90 - 98.

#### References:

1. Baranov A. A., Kuchma V. R., Sukhareva L. M. Sostoyanie zdorovya sovremennykh detei i podrostkov i rol medico-sotsialnykh factorov v ego formirovani, *Vestnik RAMN*. [Health condition of modern children and adolescents and role medical-social factors in its formation]. *RAMS Bulletin*. 2009, 5, pp. 6–11.

2. Doklad o polozhenii detey Respubliki Kazakhstan. Gorod Astana. 2011 g. [Report on the situation of children RK]. 2011 g. Regimen of access: <http://www.adilet.gov.kz/ru/node/33114>. (accessed 10.10.2014).

3. Zorina I. G. Osobennosti psihofiziologicheskogo statusa shkolnikov, obuchayuschikhsya v uchebnykh zavedeniyakh raznykh tipov, *Gigiena i sanitariya*. [Features of psycho and physiological status of pupil studying in various educational institution]. [Hygiene and sanitation]. 2008, 3. pp. 75–77.

4. Makarova L. P., Buinov L. G., Pazyrkina M. B. Sokhranenie zdorov'ya shkolnikov kak pedagogicheskaya problema, *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*. Pupil's health saving as pedagogical problem. [Modern problem of science and education]. 2012, 4. p. 242.

5. Makarova L. P., Korchagina G. A. Osobennosti sostoyania zdorov'ya sovremennykh shkolnikov, *Vestnik Gertsenovskogo universiteta* [Features of health condition of modern pupils.] [Gercen university's Bulletin]. 2007, 8, pp. 47–48.

6. Mergenova G. A. O nekotorykh aspektakh malopodvizhnogo obraza zhizni podrostkov, *Zdorov'ye i bolezni*. On certain aspects of sedentary lifestyles teenagers. [Health and disease]. 2005, 10 pp. 8–10.

7. Nuketaeva D. Zh. Razvitie natsii cherez sokhranenie i ukreplenie zdorov'ya shkolnikov Kazakhstana. *Materialy mezhdunarodnogo foruma spetsialistov formirovaniya zdorovogo obraza zhizni. «Zdorovoe budushchee zdorovoi natsii»*, *Almaty*, 26 Noyabrya 2010. [Nation development through saving and strengthening health of Kazakhstan's pupils]. [Materials of international forum's specialist formulation health life style "Healthy future of healthy nation", *Almaty*, 26 November 2010]. *Almaty*, 2011. №1. p. 12.

8. Oknin B. U. Problemy utomleniya, stressa i khronicheskoy ustalosti, *Ros. med. zhurn*. [Problem of exhaustion stress and chronic fatigue. Russian medical mag.]. 2004, 12, 5. pp. 46–49.

9. Onishchenco G. G. Obespechenie sanitarno-epidemiologicheskogo blagopoluchiya detskogo naseleniya Rossii, *Gigiena i sanitariya*. [Provision of sanitary and epidemiological child welfare of Russia]. [Hygiene and sanitation]. 2008, 2. pp. 72–78.

10. Plakhov N. N. Bezopasnost' zhiznedeyatel'nosti: "Psikhologo-pedagogicheskie osnovaniya zdoroviya", *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo universiteta im. A. I. Gercena* [Safety of vital activity: psychological and pedagogical bases of health]. [News of the Russian state university Gercen]. 2012, 145, pp. 90-96.

11. Poslanie Prezidenta Federal'nomu Sobraniyu 2010. [Epistle of Prezident for Federal assembly]. Regimen of access <http://www.kremlin.ru/transcripts/9637/work>. (accessed 10.10.2014).

12. Sidasheva G. T., Kabulova R. A. Problemy pitaniya i fizicheskoy aktivnosti, *Practicheskoe*

*zdravoohraneniye*. Problems of food and physical activities. [Practical public health]. 2010, 3. pp. 208-209.

13. Suhareva L. M., Rapoport I. K., Berezhkov L. F., Yampolskaya Yu. A., Zvezdina I. V. Osobennosti zaboлеваemosti moskovskih shkolnikov za poslednie 50 let, *Gigiena i sanitariya*. Features of morbidity Moscow pupils in last 50 years. [Hygiene and sanitation]. 2009, 2. pp. 21-26.

13. Leung, W. K. Dental caries and periodontal status of 12 year old school children in rural Qinghai, China / W. K. Leung, C. H. Chu // *Int. Dent. J.* 2003. Apr; 53 (2):73 - 738;

14. Tomkinson, G. R. Secular trends in physical performance of Australian children. Evidence from the Talent Search program // G. R. Tomkinson, T. S. Olds, J. Gulbin *J. Sports Med. Phys. Fitness*. 2003. Mar; 43 (1) 90 - 98.

#### **Контактная информация:**

*Амантаева Гаухар Кайсановна* – магистрант 2-го года обучения по специальности «Медикопрофилактическое дело» Государственного медицинского университета города Семей.

**Почтовый адрес:** 071400, Восточно-Казахстанская область, г. Семей, ул. Контейнерная, д.25, кв.50.

**Телефон:** 87013408438

**E-mail:** gauhar2101@mail.ru