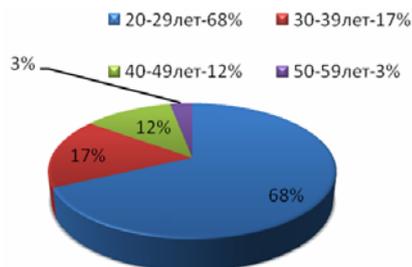
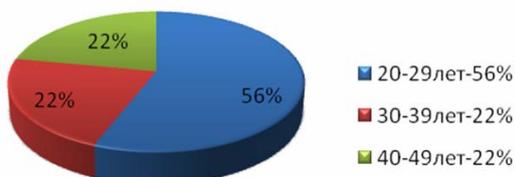


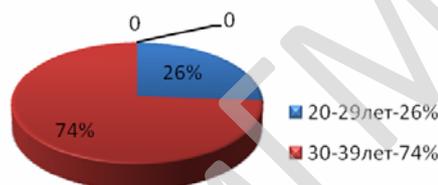
**Рисунок 1 —** Процентное соотношение возрастных категорий хронического цервицита



**Рисунок 2 —** Процентное соотношение возрастных категорий псевдоэрозий



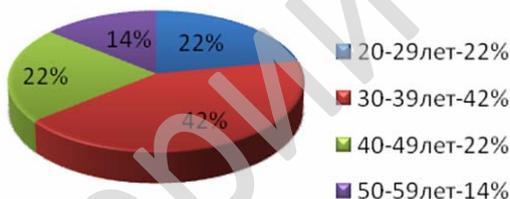
**Рисунок 3 —** Процентное соотношение возрастных категорий ВПЧ-инфекций



**Рисунок 4 —** Процентное соотношение возрастных категорий эктропион

На рисунке 3 выявлено, что преобладающей возрастной категорией в поражении шейки матки ВПЧ-инфекций является 20–29 лет.

В случае эктропиона (рисунок 4) заболевание приходится на более поздний период жизни женщины, а именно 30–39 лет, что объясняется высоким процентом материнства в этом возрасте.



**Рисунок 5 —** Процентное соотношение возрастных категорий дисплазии

На рисунке 5 преобладающий возраст в поражении дисплазии является 30–39 лет.

### **Выводы**

В ходе исследования выяснилось, что преобладающим возрастом выявления развития предраковых заболеваний является 20–29 лет.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Новик, В. И. Эпидемиология рака шейки матки. Факторы риска скрининг «Практическая онкология» / В. И.Новик. — СПб.,2002. — Т. 3. — С. 3–5.

УДК 796:616.1

## **ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ РАЗВИТИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

**Бражная Л. А.**

**Научный руководитель: преподаватель С. А. Ломако**

**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный медицинский университет»**

**г. Гомель, Республика Беларусь**

### **Введение**

Сердечно-сосудистые заболевания остаются главной причиной смертности в развитых странах. Они являются причиной каждой третьей смерти в мире, что составляет 17 млн смертных случаев в год. По прогнозам ВОЗ, к 2020 г. количество смертных случаев от сердечно-сосудистых заболеваний в мире достигнет 25 млн [1].

Одни из них являются болезнями преимущественно сердца, другие — главным образом артерий (атеросклероз) или вен, третьи поражают сердечно-сосудистые системы в целом (гипертоническая болезнь) [2].

Из группы социально-культурных факторов наибольшее значение имеют: курение, злоупотребление алкоголем, избыточный вес, артериальная гипертензия, сахарный диабет, низкая физическая активность, абдоминальное ожирение. Из нарушений биохимических и физиологических регуляторных механизмов важное значение имеют: гиперхолестеринемия, гипертриглицеродемия, ряд форм гиперлипопротеинемии, нарушенная толерантность к углеводам, артериальная гипертензия и др. [3].

### **Цель**

Определить благоприятное влияние средств и методов физической культуры на предупреждение развития сердечно-сосудистых заболеваний.

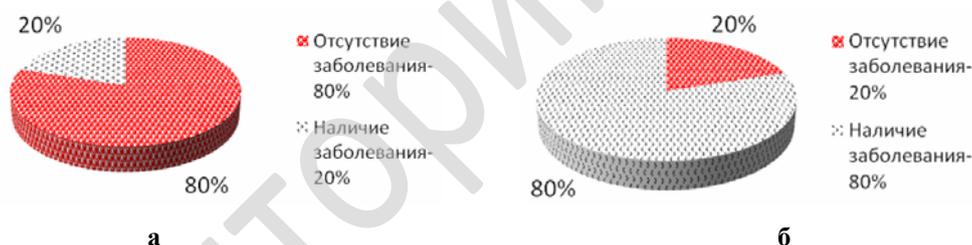
### **Материалы и методы исследований**

Анализ научно-методической литературы, метод опроса.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

При выполнении работы нами было обследовано 40 человек, которые систематически посещают спортивные клубы и занимаются физкультурой. В ходе исследования парней и девушек, нами были заданы следующие вопросы: «Стабилизировалось ли АД?», «Нормализовался ли ваш вес?», «Уменьшилось злоупотребление алкоголем и курением», «Увеличилась ваша физическая активность?», «Улучшились ли показатели крови, в частности глюкозы?», «Улучшилось самочувствие?», «Появилась эмоциональная разгруженность?», в ходе которого нами было выявлено устранение как минимум семи факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний (курение, злоупотребление алкоголем, избыточный вес, артериальная гипертензия, сахарный диабет, низкая физическая активность, абдоминальное ожирение). На основе опроса сделана диаграмма.

Результаты опроса представлены на рисунке 1.



**Рисунок 1 — Результаты опроса занимающихся (а) и не занимающихся (б) физической культурой**

Результаты проделанной работы были таковыми: 80 % людей, участвовавших в опросе и занимающихся физической культурой, менее подвержены отрицательному воздействию факторов, способствующих заболеванию сердечно-сосудистой системы. У людей не занимающихся физической культурой, риск появления болезней сердечно-сосудистой системы возрастает до 80 %.

### **Выводы**

Оценив результаты, мы можем сказать, что уровень влияния занятием физической культурой и спортом положительно сказывается на предупреждении развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Так же стоит отметить, что физическая культура человека неразрывно связана с его общей культурой, поскольку присущие физически культурной личности свойства формируются и развиваются на основе тех же психофизических (природных) задатков и психофизических процессов, что и нравственная, эстетическая и другие виды культур человека.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Белозеров, Ю. М. Болезни сердечно-сосудистой системы / Ю. М. Белозеров. — М., 1997. — С. 26.
2. Дубровский, В. И. Лечебная физическая культура / В. И. Дубровский. — М., Владос, 1999. — С. 478.
3. Минкин, Р. Б. Болезни сердечно-сосудистой системы / Р. Б. Минкин. — СПб.: Акация, 1994. — С. 33–34.