

После проведения нагрузочной пробы в конце 5 мин в течение 10 с. пальпаторным методом подсчитывался пульс. Расчет МПК проводился по специальной номограмме I. Astrand. Найденная с помощью номограммы величина МПК корригировалась путем умножения на «возрастной фактор».

Реакция пульса после проведения нагрузочного теста, разделение испытуемых по оценочным группам и средние значения МПК представлены в таблицах 1, 2.

Таблица 1 — Количество испытуемых в различных категориях, используемых для оценки процентного учащения пульса после проведения степ-теста, чел.

Не выдержали нагрузку полностью	Учащение >100 %	Учащение ≤ 100 %
4	4	15

Таблица 2 — Оценка результатов Гарвардского степ-теста

Оценка	Кол-во испытуемых	Среднее МПК, л/мин
Отлично	6	3,2
Хорошо	6	2,35
Средне	8	2,1
Слабо	1	2,0
Плохо	2	<2,0

Выводы

По результатам Гарвардского степ-теста лишь одна испытуемая имеет оценку «слабо», и две — «плохо». Это говорит о достаточной тренированности и хорошей работоспособности сердца при выполнении физических нагрузок у данной группы студенток. Были подсчитаны средние значения МПК, л/мин. МПК девятнадцати студенток имеют пределы от 3,2 до 2,1 л/мин, что является нормой. Для оценки МПК у четырех студенток, которые не выдержали нагрузку, полностью применялось понятие SL-МПК (симптом лимитированное МПК). У 3 студенток было установлено умеренное, а у одной незначительное снижение МПК. Вышеперечисленные показатели отражают тесную взаимосвязь сердечно-сосудистой и дыхательной систем, которые объединяют общим понятием — кардиореспираторная система.

ЛИТЕРАТУРА

1. Новик, Г. В. Использование нагрузочного теста для определения функционального состояния кардиореспираторной системы / Г. В. Новик, Д. Д. Жевнов, Д. Д. Чумакова // Актуальные проблемы физической культуры студентов медицинских вузов: матер. VI Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Санкт-Петербург, 19 ноября 2020 г. МЗ РФ. ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И. И. Мечникова, Кафедра физической культуры. — СПб., 2021. — С. 286–289 с.
2. Новик, Г. В. Использование гарвардского степ-теста при оценке функциональных способностей системы кровообращения / Г. В. Новик, Д. Д. Жевнов, Д. Д. Чумакова // Актуальные проблемы медицины: матер. Респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Гомель, 12–13 ноября 2020 г. — Гомель: ГомГМУ, 2020. — С. 98–10.
3. Новик, Г. В. Основы теоретического раздела по физической культуре: учеб.-метод. пособие: в 4 ч. / Г. В. Новик, К.К. Бондаренко. — Гомель: ГомГМУ, 2019. — Ч. 2. — 40 с.

УДК [616.98:578.834.1]-057.875(476.2)

КЛИНИЧЕСКИЙ СПЕКТР ПРОЯВЛЕНИЙ COVID-19 ИНФЕКЦИИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ УО «ГомГМУ»

Жогаль А. А., Громыко А. В.

Научные руководители: к.п.н., доцент Г. В. Новик; С. А. Хорошко

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Коронавирусная инфекция COVID-19 — это острая респираторная вирусная инфекция, осложнения которой могут включать вирусную пневмонию, влекущую за собой жизнеугрожающее воспалительное поражение легких или ды-

хательную недостаточность, с риском смертельного исхода заболевания, а также других органов-мишеней к которым тропен вирус, а в частности, эпителий кишечника. Первые случаи заболевания были зарегистрированы 8 декабря 2019 г. в Китае и 27 февраля 2020 г. в Республике Беларусь. Наиболее часто встречаемыми симптомами являются: повышение температуры тела, сухой кашель, потеря обоняния, боль в мышцах, утомляемость.

А также могут наблюдаться такие симптомы, как боль в горле, головная боль, диарея, конъюнктивит, потеря вкусовых ощущений, сыпь на коже или депигментация ногтей на руках и ногах [1, 2, 3].

Цель

Выявить количество студентов УО «Гомельский государственный медицинский университет», перенесших коронавирусную инфекцию COVID-19 за период 01.03.2020 – 01.03.2021 гг. и определить наиболее частые клинические проявления.

Материал и методы исследования

Анализ интернет-источников, онлайн-анкетирование, метод математической обработки полученных результатов.

Результаты исследования и их обсуждение

Нами была разработана анкета, состоящая из 20 вопросов, которая отражает численность студентов, перенесших коронавирусную инфекцию COVID-19, а также основные симптомы и осложнения, проявившиеся у студентов. Онлайн-опрос студенческой молодежи был проведен на базе электронного ресурса <https://forms.gle/bK88SQwztGwrBBLD9>.

В опросе приняло участие 200 студентов ГомГМУ с 1 по 6 курс, 88 % лечебного и 12 % медико-диагностического факультетов: из них 29 (14,5 %) юношей и 171 (85,5 %) девушка. Возраст респондентов составил от 17 до 21 года.

На 1 курсе приняли участие в анкетировании 55 человек (27,5%), на 2 курсе — 68 (34 %) студентов, на 3 курсе — 49 (24,5 %) человек, 18 (9 %) студентов 4 курса, 1 (0,5 %) студент 5 курса и на 6 курсе приняли участие в анкетировании 9 (4,5 %) человек.

В ходе анкетирования мы выяснили, что 33,5 % опрошенных студентов занимаются в основной группе по физической культуре, 30 % — в специальной медицинской группе, 24 % студентов ходят в подготовительную группу, 10 % — полностью освобождены от занятий по физической культуре.

Среди всех опрошенных студентов у 40 % (80 человек) имеются какие-либо хронические заболевания. Самыми распространенными заболеваниями у опрошенных студентов являются: хронический тонзиллит — 27,5 % (22 человека), в равном соотношении бронхиальная астма и хронический гастрит — 13,75 % (11 человек), хронический пиелонефрит — 8,75 % (7 человек), аутоиммунный тиреоидит щитовидной железы — 7,5 % (6 человек). К наименее распространенным заболеваниям у студентов можно отнести: миопию — 6,25 % (5 человек), сахарный диабет — 3,75 % (3 человека), эндемический зуб — 4 % (2 человека), остеохондроз — 4 % (2 человека), хронический бронхит — 4 % (2 человека), хронический гломерулонефрит, токсическая полинейропатия, пролапс митрального клапана, ревматоидный артрит, вазомоторный ринит, хронический отит, вегетососудистая дистония, идиопатическая тромбоцитопеническая пурпура, цистит — в равной степени по 1,25 % (1 человек).

На вопрос «Как вы думаете, переболели ли Вы коронавирусом?» мы получили следующие ответы: у 17,5 % был официально подтвержден вирус, у 37 % были симптомы, но не подтвержденные тестом, 45,5 % студентов чувствовали себя хорошо во время пандемии.

Во время болезни 94 % студентов оставались дома, 4 % были госпитализированы. 53 % респондентов теряли обоняние, в то время как 43 % продолжали

ощущать запахи. Среди студентов, перенесших COVID-19, наблюдалась потеря обоняния на 2–3 дня у 20,2 % (22 человека), на 4–6 дней была потеря обоняния у 21,1 % (23 человек), больше недели у 24,8 % (27 человек), а у 33,9 % (37 человек) не пропадало обоняние.

Ответы на вопрос «Была ли у Вас вирусная пневмония?» представлены на рисунке 1.

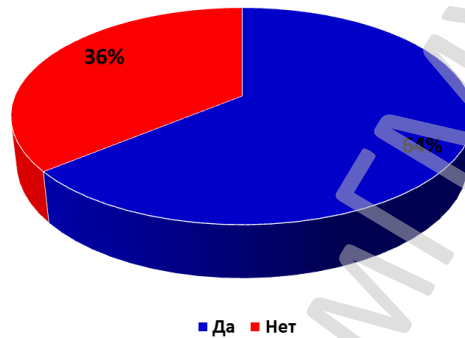


Рисунок 1 — Результаты ответов на вопрос «Перенесли ли вы вирусную пневмонию?»

Ответы на вопрос «После, перенесенного COVID-19, изменилось ли у Вас восприятие запаха?» представлены в таблице 1.

Таблица 1 — Ответы на вопрос «После, перенесенного COVID-19, изменилось ли у Вас восприятие запаха?»

Вариант ответа	Количество человек, %
Не болел	45,5
Нет, ничего не изменилось	38,5
Да, восприятие обоняния изменилось	9
Да, и не восстановилось полностью	7

На вопрос «Были ли у Вас осложнения?» 47,5 % (95 чел.) дали отрицательный ответ, 45,5 % (91 чел.), не болели, и у 7 % (14 чел.) наблюдались осложнения. Осложнения проявлялись нервным тиком, тремором рук у 35,7 % (5 чел.), у 50 % (7 чел.) не восстановилось полностью обоняние, у 14,3 % (2 чел.) был синусит, кишечные расстройства наблюдались у 39,4 % (43 чел.) перенесших коронавирусную инфекцию, и у 60,6 % их не было.

На вопрос «Было ли у Вас повторное заражение?»: 7 % дали ответ «да», 93 % — «нет».

Дыхательную гимнастику во время болезни выполняли 9 % студентов, 50,5 % ее не выполняли.

На вопрос «Соблюдали ли Вы меры личной безопасности (ношение масок, использование дезинфицирующих средств, частое мытье рук) во время начала пандемии?» 91,5 % респондентов ответили «да», 8,5 % — «нет».

В настоящее время 82% студентов соблюдают меры личной безопасности и 18% перестали это делать.

Выводы

По результатам онлайн-опроса было установлено, что большинство студентов имели симптомы коронавирусной инфекции, и лишь у 17,5 % был официально подтвержден диагноз инфекции COVID-19. У 36 % переболевших была вирусная пневмония, что составляет больше чем 1/3 среди участников опроса студентов-медиков. Исходя из полученных данных, был сделан вывод о необходимости более внимательного подхода к данной группе студентов во время за-

нения физической культурой, а также необходимости проведения дыхательной гимнастики, чтобы избежать развития осложнений в легких.

Самым распространенным симптомом является потеря обоняния, который наблюдался у 53 %, и у 24,8 % он продолжался больше недели. У 9 % опрошенных восприятие запахов изменилось, у 7 % обоняние полностью не восстановилось, а у 38,5 % студентов вовсе не наблюдалось никаких изменений.

Большинство студентов 82 % относятся ответственно к профилактическим мерам безопасности, носят защитные маски, обрабатывают руки дезинфицирующими средствами, часто моют руки с мылом.

Исходя из данных анкетирования и учитывая высокий риск повторного заражения COVID-19 инфекции в условиях постоянного тесного контакта и группового обучения студентов-медиков, необходимо усилить соблюдение профилактических мер, что в свою очередь поможет снизить риск массового заражения данной инфекцией среди студентов-медиков. Данные меры позволят не уходить на длительный больничный лист, а эффективно продолжать сложный и многодисциплинарный процесс обучения, который очень важен для студентов медицинского университета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Новая коронавирусная инфекция (Covid-19): клинико-эпидемиологические аспекты / В. В. Никифоров [и др.] // Архив внутренней медицины. — 2020. — Т. 10, № 2. — С. 87–93 с. — DOI: 10.20514/2226-6704-2020-10-2-87-93.
2. Дыхательная реабилитация у больных вирусной пневмонией на фоне новой коронавирусной инфекции / К. В. Лядов [и др.] // Пульмонология. — 2020. — Т. 30, № 50. — С. 569–576.
3. Новая коронавирусная инфекция (Covid-19) и система органов пищеварения / В. Т. Ивашкин [и др.] // Российский журнал гастроэнтерологии, гепатологии, колопроктологии. — 2020. — Т. 30, № 2. — С. 7–13.

УДК 572.511-084:796

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СПЕЦИАЛЬНОГО КОМПЛЕКСА ЛФК

Зиновьева Е. В., Приходько Я. В., Кучер Е. Е.

Научный руководитель: к.п.н., доцент Г. В. Новик

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Профилактика заболеваний у молодежи — одна из важных задач современности. В настоящее время только малая часть студентов является полностью здоровой. Наше исследование направлено на изучение проблематики возрастающего количества студентов 1–4 курсов Гомельского государственного медицинского университета с нарушениями осанки и заболеваниями позвоночника.

Что же такое осанка? На этот вопрос наиболее полно ответил автор толкового словаря русского языка В. И. Даль. Он определил осанку как внешность, манеру держать свою фигуру, стройность и представительность в складе фигуры. Из других определений следует, что осанка — это привычная поза, спокойно, без мышечного напряжения, стоящего (или сидящего) человека. Правильную осанку, как и любую другую хорошую привычку, можно и нужно воспитывать.

Функциональные нарушения осанки часто обусловлены слабостью мускулатуры туловища и плечевого пояса. Однако, для правильной осанки необходимы не только сильные мышцы, но и согласованность произвольного и непроизвольного тонических напряжений различных мышечных групп (сильно, но односторонне развитая мускулатура нередко приводит к различным отклонениям) [1].

Профессиональная деятельность преподавателей физической культуры и спорта направлена на поддержание здоровья учащихся, предупреждение появ-