

Оценка адаптационных возможностей студентов медицинского вуза

Научный руководитель – Бабкина Людмила Александровна

Годунова Е.И.¹, Королев Е.В.²

1 - Курский государственный медицинский университет, Курск, Россия, *E-mail: godunova.2001@mail.ru*; 2 - Курский государственный медицинский университет, Курск, Россия, *E-mail: kafedra.biologii.kgtu@yandex.ru*

Адаптация человека представляет собой сложный процесс, обусловленный взаимодействием экологических и социальных факторов среды обитания. Начало обучения в вузе сопряжено с изменением образа жизни и общественного окружения, организацией учебного процесса [2]. Помимо этого, первокурсники, как правило, не имеют навыков рациональной организации учебы и отдыха. Все эти факторы могут вызвать напряжение регуляторных систем и привести к снижению уровня функционирования организма. Функциональные резервы организма отражают степень напряжения регуляторных систем для сохранения гомеостаза. Ведущей системой в поддержании гомеостаза является сердечно-сосудистая система, показатели работы которой рассматривают как индикатор адаптационных возможностей целостного организма [3]. Работа посвящена анализу адаптационных возможностей студентов, которые оценивали в соответствии с индексом функциональных изменений сердечно-сосудистой системы [1].

В исследовании приняли участие студенты 1 курса медицинских специальностей (n=30). Соотношение юношей и девушек составило 40% и 60% соответственно. В октябре у 96,67% студентов наблюдалась удовлетворительная адаптация, у 3,33% выявлено напряжение адаптационных механизмов. В ноябре и декабре у 6,67% студентов установлено напряжение регуляторных систем. При этом, мобилизация функциональных резервов выявлена у юношей. Индекс функциональных изменений организма студентов в октябре составил 1,78 и соответствует удовлетворительной адаптации. В ноябре и декабре отмечается достоверное увеличение показателя по сравнению с октябрём (2,03 и 2,12 соответственно) и отражает активацию механизмов адаптации при достаточных функциональных возможностях организма. Повышение использования резервов организма в ноябре и декабре может быть связано с возрастанием объема поступающей информации, спецификой организации учебного процесса и развитием утомления. Так, в ноябре по большинству изучаемых дисциплин проводились коллоквиумы. Полученные результаты могут быть использованы для разработки профилактических мероприятий охраны здоровья студентов и оптимизации учебного процесса.

Источники и литература

- 1) Баевский Р. М., Берсенева А. П. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний. М., 1997. 236 с.
- 2) Изотова А.С. Анализ трудностей адаптации студентов к процессу обучения в вузе // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2009. №5-1. С. 79-83
- 3) Оценка уровня здоровья при исследовании практически здоровых людей. М., 2009. 100 с.