

Разработка программы первичной профилактики дегенеративных патологий опорно-двигательного аппарата у учащейся молодежи

НЕДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЕ ДИСПЛАЗИИ СОЕДИНИТЕЛЬНОЙ ТКАНИ; ФЕНЫ; КОЛЕННЫЕ СУСТАВЫ; ТРАВМЫ; СИНДРОМ ГИПЕРМОБИЛЬНОСТИ СУСТАВОВ; ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЙ АППАРАТ; ГОНАРТРОЗ; СТУДЕНТЫ; ЮНОШИ; ДЕВУШКИ

Разработка программы первичной профилактики дегенеративных патологий опорно-двигательного аппарата у учащейся молодежи [Текст]: отчет о НИР (заключит.): / БГПУ; рук. Лось Д.А.; исп. Михайлова П.С., Ковалева П.С. – Мн., 2024. – 52 с., 5 рис., 10 табл., 2 прил. – Библиогр.: С. 45-49 (46 назв.). – № ГР 20240542.

**Объект исследования:** студенты факультета физического воспитания.

**Цель работы:** разработать программу первичной профилактики дегенеративных патологий опорно-двигательного аппарата у учащейся молодежи.

**Результаты исследований:** на основании статистического анализа результатов исследований: установлено, что частота встречаемости НДСТ (с наличием не менее 3-х фенов) составила 80,54; при использовании жестких критериев (6 фенов и более) – 35,57%; проявления НДСТ (по среднему показателю выявленных фенов) во всех трех группах по состоянию коленных суставов существенно выше у девушек по сравнению с юношами ( $p < 0,05$ ), что связано с физиологическими особенностями женского организма; установлено наличие патологической взаимосвязи между степенью выраженности фенотипических проявлений НДСТ и функциональным состоянием КС: у студентов с травмами КС или без травм, но с симптомами их дисфункции выявлено достоверно большее количество фенов НДСТ по сравнению с их сверстниками со «здоровыми коленями»; среди лиц с травмами КС 6 и более фенов НДСТ имеют 58,06% обследованных, в контрольной группе таких студентов 25,81%; наиболее информативным критерием среди локомоторных фенов НДСТ для развития дегенеративно-дистрофических проявлений со стороны КС является гипермобильность суставов (симптомы СГМС имеют 47,65% студентов обоего пола, в 2,5 раза чаще у девушек). У студенток к таким критериям также относится астенический тип телосложения и ИМТ меньше 18,5. Среди органных признаков НДСТ наиболее важным является наличие малых аномалий развития сердца (10,74% обследованных лиц, юношей и девушек поровну), в особенности – пролапса митрального клапана (4,03% респондентов); разработана Программа первичной профилактики дегенеративных патологий опорно-двигательного аппарата у студентов, сочетающих учебу и занятия спортом.

**Область применения:** результаты исследования можно использовать при преподавании учебных дисциплин «Лечебная физическая культура», «Лечебная физическая культура и массаж», «Лечебная физическая культура при заболеваниях и травмах», «Спортивная генетика» и «Спортивная медицина» в качестве научно-обоснованного теоретического и практического базиса учебно-

методического сопровождения тренировочных и коррекционных занятий.