



Ўзбекистон
Республикаси
Соғлиқни
сақлаш
вазирлиги



Тошкент
Тиббиёт
Академияси



Korea
University

“ПРОФИЛАКТИК ТИББИЁТ МУАММОЛАРИ”
халқаро иштирок билан
Республика илмий-амалий анжумани материаллари
Тошкент, 3 декабрь 2021 йил

Republican scientific and practical conference
“PROBLEMS OF PREVENTIVE MEDICINE”
with international participation
Tashkent, 3rd December 2021



МУНДАРИЖА

Абатова Н.П., Садуллаева Х.А., Қобилжонова Ш.Р. IMPACTS OF THE ENVIRONMENT ON HUMAN HEALTH	5
Алимова С.Г., Мелиева Г.Б. ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЯ В СФЕРЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЛУЖБ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19	7
Атамуратова Т.Т., Мухиддинова Ф.М. ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ И ПИТАНИЯ НА РАЗВИТИЕ АНЕМИИ У БЕРЕМЕННЫХ В ШУМАНАЙСКОМ РАЙОНЕ РЕСПУБЛИКИ КАРАКАЛПАКСТАН ...	10
Зарединов Д.А., Ли М.В. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВНЕШНЕГО ОБЛУЧЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ Г. ТАШКЕНТА	15
Исламов Ш.Э. Абдуллаев Б.С., Махматмурадова Н.Н., Нормухаматов И.З. МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ НАДПОЧЕЧНИКОВ ПРИ ВВЕДЕНИИ ДИСТИЛЛИРОВАННОЙ ВОДЫ	19
Исламов Ш.Э., Ураков К.Н., Махматмурадова Н.Н., Нормухаматов И.З. МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ НАДПОЧЕЧНИКОВ ПРИ ОДНОКРАТНОМ ВОЗДЕЙСТВИИ ХЛОРАТА МАГНИЯ	27
Каримова Б.Н., Отажонов И.О., Нурматова Н.Ф. CAUSES OF DEVELOPMENT AND CLINICAL-LABORATORY MANIFESTATIONS OF URATE NEPHROPATHY IN CHILDREN	34
Кеулимкосова А, Абдукахарова М, Миргазаева К. А. ҚОРАҚАЛПОҒИСТОН РЕСПУБЛИКАСИДА КОРОНАВИРУС ИНФЕКЦИЯСИГА ҚАРШИ ЭМЛАШ ЖАРАЁНИ	38
Курамбаев Я.Б., Абдукодиров А.Ж., Мамаджанов Н.А., Омонов Т.О., Тангиров А.Л. ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ПЕСТИЦИДОВ НА ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, ОТЛИЧАЮЩИХСЯ СПЕЦИФИКОЙ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА..	42
Куриязова С. М. ТОКСИКОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СТИМУЛЯТОРА РОСТА РАСТЕНИЙ «РАСТЫСОЛА»	49
Курьязова З.Х., Янгиева Н.Р. ПРОФИЛАКТИКА МИОПИИ ПУТЁМ СОЗДАНИЯ ЭЛЕКТРОННОЙ ПРОГРАММЫ	53
Ли М.В. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ДОЗ ОБЛУЧЕНИЯ ПАЦИЕНТОВ И РИСКОВ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ИНТЕРВЕНЦИОННЫХ РАДИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ	56
Манасова И.С., Муродов К.Б. ЧОРВАЧИЛИК ХЎЖАЛИКЛАРИДА ИШ ФАОЛИЯТИНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ	61
Махмудова М.Х., Худайберганов А.С. К АНАЛИЗУ СОДЕРЖАНИЯ ПОВАРЕННОЙ СОЛИ В ХЛЕБОБУЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЯХ УЗБЕКИСТАНА	65
Миршина О.П., Воронина Н.В., Саломова Ф.И. ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА УСЛОВИЙ ВОДОПОЛЬЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИАРАЛЬЯ	70
Наимова З.С., Курбанова Х.А., Маллаева М.Б. КСЕНОБИОТИКЛАРНИНГ БОЛАЛАР ВАЎСМИРЛАР КАРДИОРЕСПИРАТОР ТИЗИМИНИНГ ФУНКЦИОНАЛ ҲОЛАТИГА ТАЪСИРИ	76
Ниязова О.А., Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О. ИЗУЧЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ ВОЗНИКАЮЩИХ ПРИ НЕПРАВИЛЬНОЙ ПОСАДКЕ	79
Неъматова Н.У., Матназарова Г.С., Абдукакхарова М.Ф., Рахмонбердиев М.А.	

завода на бытовые условия, самочувствие и здоровье населения.)The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research (ISSN – 2689-1026) Published: January 22, 2021 | Pages: 76-80 Doi: <https://doi.org/10.37547/TAJMSPR/Volume03Issue01-11> IMPACT FACTOR 2021: 5. 64 OCLC – 1121105510.Американский журнал медицинских наук и фармацевтических исследований. Стр.76-80. Наимова З.С., Курбонова Х.А., Ҳақимова Х.Х.Буляев З.К

5. Influence Of Ecotoxicants From A Chemical Plant On The Dynamics Of Child Morbidity.

The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research. IMPACT FACTOR 2021: 5. 64 OCLC – 1121105510. The USA Journals Volume 03 Issue 03-2021. Published: March 30, 2021 | Pages: 56-59.Наимова З.С., Курбонова Х.А., Ҳақимова Х.Х.Буляев З.К

6. <https://www.undp.org/content/uzbekistan/en/home/presscenter/pressreleases/2017/05/31/Uzbekistan-new-approaches-towards-environment-protection.html>.

7. Environmental protection. International Engineering Journal For Research & Development. Vol.6 Issue 5. 22 oktober2021SJIF: 7.169NaimovaZaynabSattarovna

УДК: 616-056.5-053.5

ИЗУЧЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ ВОЗНИКАЮЩИХ ПРИ НЕПРАВИЛЬНОЙ ПОСАДКЕ

Ниязова О.А., Саломова Ф.И., Ахмадалиева Н.О.

Ташкентская медицинская академия

Аннотация. На основе анализа научных публикаций в работе представлены гигиенические проблемы, связанные с использованием ученической мебели: представлена организация рабочего места, правильной посадки учащихся, указаны вредные воздействия неправильной рабочей позы на состояние здоровья учащихся, возникающее при неправильной организации рабочего места и подбора школьной мебели.

Ключевые слова: здоровье школьников, школьная мебель, правильная посадка учащихся

O‘QUVCHILARNI NOTO‘G‘RI O‘TQAZILGANDA ULARNING SALOMATLIGIDAGI O‘ZGARISHLARNI O‘RGANISH

Annotatsiya. Maqoladailmiy adabiyotlarni tahlil qilish asosida maktab o‘quvchilari mebellaridan foydalanish bilan bog‘liq gigiyenik muammolar keltirilgan: ish joyini to‘g‘ri tashkil qilish, maktab o‘quvchilari to‘g‘ri o‘tqazish, ish joyini noto‘g‘ri tashkil etish va maktab mebellarini tanlash natijasida kelib chiqadigan maktab o‘quvchilari sog‘lig‘iga noto‘g‘ri ish holatining zararli ta‘siri yoritilgan.

Kalit so‘zlar: maktab o‘quvchilari salomatligi, maktab mebeli, o‘quvchilarni to‘g‘ri joylashtirish

STUDYING CHANGES IN THE HEALTH STATE OF SCHOOL CHILDREN ARISING FROM INCORRECT FITTING

Annotation. Based on the analysis of scientific publications, the paper presents hygienic problems associated with the use of student furniture: the organization of the workplace, the correct seating of students is presented, the harmful effects of incorrect working posture on the health of students arising from improper organization of the workplace and the selection of school furniture are indicated.

Keywords: health of schoolchildren, school furniture, proper seating of students

Состояние здоровья школьников во многом определяется условиями их обучения и воспитания [4,5].Общепризнанным фактом за последнее десятилетие является ухудшение здоровья детей, особенно школьного возраста [2,9,4,13]. Как показали исследования среди

основных факторов, определяющих здоровье школьников, 20% составляют факторы школьной среды [14].

В настоящее время проблема создания оптимальных гигиенических условий обучения приобрела особое значение в связи с негативными тенденциями в состоянии здоровья учащихся общеобразовательных школ, а

также в связи с изменениями, которые произошли в школьном образовании за последние годы [3,4]. Статистические данные показателей здоровья учащихся общеобразовательных школ РФ свидетельствуют об увеличении заболеваемости школьников по всем классам болезней. Лидирующее положение у школьников занимают морфофункциональные нарушения костно-мышечной системы, составляя 46,5% [8, 11].

По данным ВОЗ из каждых 100 учеников в школе 50 неизбежно приобретают сколиоз, 30-40 – отклонения в сердечно-сосудистой системе, 20-40 – близорукость, 20-30 – страдают нервно-психическими дисфункциями. Получается, что среди заканчивающих школы детей практически нет здоровых.

Различные нарушения осанки в первую очередь отрицательно сказываются на работе сердца и легких, других жизненно важных органов, а также искажают форму тела и ухудшают обмен веществ.

Нарушения и заболевания костно-мышечной системы детей приводят в дальнейшем к ограничению их жизнедеятельности и социальной недостаточности, ограничение в выборе профессии, противопоказания для службы в армии, негативное влияние на репродуктивное здоровье и существенно снижают качество жизни человека. Исходя из этого, проблема нарушений костно-мышечной системы выходит за рамки только медицинской и приобретает высокую медико-социальную значимость. На формирование опорно-двигательного аппарата ребенка оказывает существенное влияние детская мебель [17, 16]. Одной из важных причин развития школьной патологии может являться продолжительное нахождение учащихся в статичной напряженной позе сидя с низко склоненной головой за мебелью, не соответствующей гигиеническим требованиям и физиологическим особенностям детского организма. Рабочая поза школьника относится к важным гигиеническим факторам.

Одним из важных школьных факторов, влияющих на формирование костно-мышечной системы, вегетативное обеспечение учебной деятельности и поддержание оптимального уровня умственной работоспособности учащихся является организация рабочего места, которая зависит от вида ученической мебели и вариантов ее использования.

Использование такой мебели требует проведения эргономической и гигиенической оценки ее конструктивных особенностей.

Нарушения требований санитарных правил к обеспечению учащихся соответствующей их длине тела ученической мебелью в общеобразовательных учреждениях являются одними из наиболее часто выявляемых при проведении контрольно-надзорных мероприятий специалистами. Среди возможных причин отмечены - отсутствие современных данных о распределении учебных комплектов в начальных классах, низкая информированность педагогов о влиянии мебели на состояние здоровья школьников [12, 13]. Организация рабочего места, учащегося во многом зависит от функциональных размеров ученической мебели, значения которых зафиксированы в соответствующих нормативных документах (ГОСТ и СанПиН). Выделяют 5 групп мебели, которые в зависимости от роста учащегося имеют различную высоту сиденья над полом.

Осанка – это привычное положение тела при стоянии, ходьбе, сидении; формируется в процессе роста, развития и воспитания.

Осанка - это важный показатель здоровья и гармоничного физического развития, поскольку правильная осанка обеспечивает оптимальные условия для функционирования всех органов и систем организма. А тяжелые нарушения осанки, напротив, значительно снижают уровень жизненных сил и степень выносливости человека любого возраста, поэтому рассматриваемая проблема является актуальной. Осанка ребёнка является динамическим стереотипом и в дошкольном возрасте носит неустойчивый характер, легко изменяясь под действием позитивных или негативных факторов. Осанка зависит от состояния нервно-мышечного аппарата и психики человека. Слабость мышечного корсета, неправильные позы, которые ребёнок принимает в положении сидя, стоя, лёжа, при ходьбе, во время игры, во сне; врождённые аномалии развития рёбер, грудной клетки, позвонков, нижних конечностей вызывают развитие нарушений осанки [10].

Нарушения осанки – отклонения позвоночного столба от анатомической нормы в переднезадней или поперечной плоскостях – сопровождаются изменением формы тела, взаиморасположения головы, туловища, таза, рук, ног.

Одной из главных задач физического воспитания в школе должен являться контроль не только за физической подготовленностью учащихся, но и за основами теоретических знаний, умениями самостоятельно пользоваться развивающими, реабилитационными комплексами и упражнениями, а также умением поддерживать правильную рабочую позу.

Учебный процесс связан с большими умственными и физическими нагрузками. Занятие за партой, чертежной доской, стояние за верстаком связаны с определенным, преимущественно статическим положением тела, вызывающим напряжение мышц спины, шеи, живота, верхних и нижних конечностей. В систему управления позой входит ЦНС (соответствующие сегменты

спинного мозга) и периферические рецепторы в мышцах; управление позой осуществляется через мышечный аппарат, благодаря тремору - незначительное дрожание мышц. Позы с небольшим наклоном более выгодны с точки зрения статики и биомеханики - меньшее колебание центра тяжести. При больших наклонах в работу вовлекаются дополнительные двигательные единицы, учащается пульс, снижается амплитуда дыхания, возможны нарушения зрения, возникают застойные явления в кровеносном русле ног и малого таза, происходит сдавливание позвоночных дисков.

Статическое напряжение составляет существенную часть общей школьной нагрузки детей. Оно возникает в результате вынужденного неподвижного положения тела на протяжении большей части урока. Учащиеся проводят за партой 4-6 ч в младших классах и 8-10 ч в старших классах. Вместе с тем, статическая выносливость у детей и подростков невелика, утомление организма развивается относительно быстро, что связано с возрастными особенностями двигательного анализатора. Так, у первоклассников через 5-7 мин, а у второклассников через 9-10 мин сокращенные мышцы переходят из состояния напряжения в состояние расслабления. Внешне это проявляется в изменении позы, двигательном беспокойстве.

Большая статическая нагрузка еще более возрастает, если ученик сидит за мебелью неправильной конструкции или не отвечающей своими размерами длине и пропорциям тела школьника. В этих случаях ученик также не может сохранять правильную рабочую позу, в результате чего нарушается и осанка.

Уменьшение статического напряжения может быть достигнуто благодаря сохранению правильной рабочей позы. Она зависит от соответствующего подбора мебели.

Несоответствие мебели росту детей, изменение соотношений между столом и стулом могут привести к неравномерной нагрузке и одновременному утомлению различных мышечных групп. Возникает мышечная асимметрия, которая является одной из причин различного рода нарушений осанки. Неправильная посадка вызывает более быстрое утомление учащихся, понижение внимания и работоспособности. Она способствует развитию близорукости в результате несоблюдения оптимального расстояния от книги до глаз.

Правильной считается такая посадка учащегося, при которой он сидит прямо с легким наклоном вперед. Тетрадь и книга находятся на расстоянии 25-35 см. Между грудью и столом свободно проходит кисть руки. Спина опирается на спинку стула или скамьи на уровне поясницы. Ноги согнуты в тазобедренном и коленном суставах под прямым или тупым углом и опираются всей ступней о подставку или пол. Обе руки лежат свободно на столе, плечи находятся на одной высоте, параллельно краю стола. При правильной посадке органы грудной

и брюшной полости не стеснены, дыхание свободное. Нагрузка на костно-мышечный аппарат минимальная, зрение не напряжено.

Правильная посадка возможна при соответствии мебели росту и размерам тела ребенка. Высота сиденья должна соответствовать длине голени вместе со стопой с добавлением 1,5-2 см на высоту каблука. Необходимо, чтобы рельеф сиденья соответствовал форме бедра и ягодиц, а само сиденье имело небольшой наклон назад. Глубина сиденья находится в пределах $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ длины бедра, при меньшей глубине сиденья уменьшается площадь опоры. Посадка становится более утомительной и менее устойчивой. При большей глубине краем сиденья сдавливается сосудисто-нервный пучок в подколенной ямке.

Правильная посадка обеспечивается рациональным устройством стола и соотношением между столом и сиденьем. Наклонное положение крышки стола облегчает аккомодационную работу глаз при письме и чтении. При низком столе и высоком стуле ученик вынужден сильно наклоняться вперед и опираться на стол. Это приводит к сдавливанию органов грудной клетки и брюшной полости. Правое плечо опускается, что способствует появлению левостороннего сколиоза. При высоком столе и низком стуле правое плечо поднято, мышцы плечевого пояса напряжены. Это способствует образованию правостороннего сколиоза.

Сколиоз - это искривление позвоночника в боковой плоскости вследствие неравномерного натяжения мышц с левой и правой стороны позвоночника. Очень часто у детей сколиоз сочетается еще и с кифозом. И если сколиоз это искривление в боковой плоскости, то кифоз – в передней. То есть, кроме того, что у ребенка развивается ассиметричная осанка, он еще и сутулится.

Сколиоз относится к весьма распространенным заболеваниям опорно-двигательной системы детского и подросткового возраста. Данные о распространенности сколиоза противоречивы и колеблются в пределах от 1% до 53% [1, 7].

В связи с вышеизложенными данными, организация рабочего места с подбором ученической мебели имеет огромное влияние на состояние здоровья школьников.

В заключение подчеркнем, что для сохранения правильной осанки школьников следует подбирать соответствующую росту детей мебель, проводить правильную посадку учащихся и следить за поддержанием правильной рабочей позы, а для снижения статического напряжения необходимо организовывать физкультурные паузы.

Использованная литература:

1. Абальмасова Е.А., Ходжаев Р.Р. Сколиоз. - Ташкент, 1995. - 200 с.
2. Авертисян Л.Р. Изучение влияния повышенной учебной нагрузки на состояние здоровья учащихся //Л.Р. Авертисян, С.Г. Кочарова //Гигиена и санитария. - 2001. - № 6. - С. 48 - 49.

3. Баранов А.А. Состояние здоровья детей и подростков в современных условиях: Проблемы и пути решения // Рос. педиатр, журн.-1998. -№ 1. -С. 5-8.
4. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Оценка здоровья детей и подростков при профилактических осмотрах (руководства для врачей). М.: Династия, 2004. - 168 с.
5. Баранов А.А., Кучма В.Р., Тутельян В.А., Величковский Б.Т. Новые возможности профилактической медицины в решении проблем здоровья детей и подростков России. М.: Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2006. -118 с.
6. Баранов А.А., Щеплягина Т.А. Физиология роста и развития детей и подростков (теоретические и клинические вопросы). М., 2000. - 584 с.
7. Батршин И. Т. Структура нарушений осанки у школьников // Гений Ортопедии. Нижневартковск, 2010. № 3. С. 60–64.
8. Богомолова Е.С., Кузмичев Ю.Г., Чекалова С.А. Оценка физического развития детей и подростков с использованием стандартов разного территориального уровня // Материалы X Всероссийского съезда гигиенистов и санитарных врачей. М., 2007. - С. 474-478.
9. Калинин Е.И. Характеристика организации учебного процесса в младших классах гимназии // Здоровье и образование ребенка: Тез. док. I Всерос. науч.-практ. конф. Пермь: ГОУ ВПО «ПГМА Минздрава России», 2002. -С. 30-31.
10. Кашин, А.Д. Сколиоз и нарушение осанки / А.Д. Кашин // Минск: НМ Центр, 1998. - 240 с.
11. Кашин А. Д. Сколиоз и нарушения осанки: лечебная культура в системе медицинской реабилитации: учебно-метод. пособие для врачей и инструкторов лечебной физкультуры. Минск, 2000. 240 с.
12. Кузнецова Н.Н., Непомилуева О.П. Зависимость роста функциональных расстройств в период обучения от организации рабочего места школьников/ Образование и воспитание детей и подростков: гигиенические проблемы. -М., 2002. -с. 155-157
13. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. М.: НЦЗД РАМН, 2001. -376 с.
14. Сидоренко Г.И. Роль социально-гигиенических факторов в развитии заболеваний среди населения / Г.И. Сидоренко, Е.Н. Кутепов // Гигиена и санитария. № 1997. - № 1. - С. 3 - 6.
15. Сухарев А.Г. Осанка как показатель состояния здоровья детей/ Диагностика, профилактика и коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков: Материалы всероссийской конференции с международным участием. Москва, 2002. - с. 180-181.
16. Храмов П.И. Современная школьная мебель: гигиенические аспекты/ Материалы Всероссийской конференции с международным участием «Здоровая образовательная среда здоровый ребенок» - Архангельск, 2003 -с. 326-328
17. Храмов П.И., Сотникова Е.Н. Школьная мебель и вариативные подходы к ее использованию/ Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке: Материалы международного конгресса. - Москва, 2004. Часть III - с. 281-282.

УДК 618,3:578,36 -616, 647

**ODAMNING IMMUNITET TANQISLIGI VIRUSI INFEKTSIYASINING
EPIDEMIOLOGIYASI VA PROFILAKTIKASI**

**Ne'matova Nigora Urakovna¹, Matnazarova Gulbaxor Sultanovna², Abdukakharova
Muattarxon Fakhritdinovna³, Raxmonberdiev Muxammadjon Axmadjon o'g'li⁴
Toshkent tibbiyot akademiyasi**

Аннотация: Odam immunitet tanqisligi virusi (OIV) butun dunyoda keng tarqalgan, XXI asr sog'liqni saqlash tizimi va jamiyatining eng dolzarb muammolardan biriga aylangan yuqumli