

ФАКТОРИ РИЗИКУ РОЗВИТКУ ДІАБЕТИЧНОЇ СТОПИ: ОСНОВНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ

Новак А.М.

Науковий керівник - PhD за спеціальністю 223 Медсестринство
Новак-Мазера Х.О.

КЗВО «Волинський медичний інститут»

Кафедра медсестринства та екстреної медицини
м. Луцьк, Україна, e-mail: novak-mazera@vmti.volyn.ua

Актуальність. Діабетична стопа – одне з важких ускладнень цукрового діабету, яке може спричинити інвалідність та значно знизити якість життя пацієнтів. За даними Центру громадського здоров'я України, близько 25% хворих на цукровий діабет протягом життя стикаються із цим синдромом. Ключовим аспектом у розробці ефективних заходів профілактики є своєчасне виявлення факторів ризику, таких як нейропатія, ангіопатія, інфекційні ускладнення, механічні травми та порушення обміну речовин. Зокрема, важливими факторами ризику є тривалий перебіг захворювання, паління, підвищений артеріальний тиск і дисліпідемія, які сприяють розвитку судинних порушень та ішемії кінцівок. Запізніле звернення до лікаря та ігнорування рекомендацій щодо догляду за стопами можуть значно підвищити ризик розвитку ускладнень.

Мета. Проаналізувати основні фактори ризику та їх вплив на частоту виникнення синдрому діабетичної стопи.

Матеріал і методи. Дослідження ґрунтувалися на аналізі даних Центру громадського здоров'я України та наукових джерел щодо виникнення СДС, з використанням методів порівняльного аналізу, систематизації та узагальнення.

Результати. Дослідження свідчать, що переважаючими причинами розвитку діабетичної стопи є периферична нейропатія (до 50% випадків), макро- та мікроангіопатія, хронічна гіперглікемія, вторинні інфекції та механічні травми. Значний вплив на частоту розвитку ускладнень має відсутність належного контролю рівня глюкози, носіння незручного взуття, низька обізнаність пацієнтів щодо догляду за стопами та несвоєчасне звернення за медичною допомогою. Також варто зазначити, що хронічна гіперглікемія посилює оксидативний стрес, запальні процеси, судинні й нервові пошкодження. Порушення мікроциркуляції та повільне загоєння рани можуть призвести до інфікування.

Висновки. Своєчасне виявлення факторів ризику відіграє ключову роль у профілактиці розвитку діабетичної стопи. Основні фактори ризику: порушення кровопостачання, нейропатія, гіперглікемія, інфекційні ускладнення та механічні травми. Ефективна профілактика включає контроль рівня глюкози, відмову від шкідливих звичок, лікування судинних патологій та регулярні профілактичні огляди. Важливим є також підвищення обізнаності пацієнтів щодо запобігання цьому ускладненню. Усі вище зазначені фактори сприяють покращенню якості життя пацієнтів із цукровим діабетом.

ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТА СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК СТУДЕНТІВ ФАХОВОГО МЕДИЧНОГО КОЛЕДЖУ

Павлюк В.М.

Науковий керівник: викл. Л.В. Морська
Фаховий медичний коледж

Івано-Франківський національний медичний університет

Кафедра фізичного виховання, спортивної медицини та ерготерапії
м. Івано-Франківськ, Україна, e-mail: vpravliuk48@gmail.com

Актуальність: У сучасному світі дедалі важливішим для студентської молоді стає опанування професійних та соціальних навичок нарівні з розвиненими фізичними здібностями.

Мета роботи: дослідити вподобання студентів щодо рухової активності на заняттях фізичної культури та визначити її ефективність у формуванні рухових здібностей та соціальних навичок.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення наукової літератури, аналіз модулів навчальної програми з фізичної культури, анкетування та аналіз даних тестувань рухових здібностей студентів фахового медичного коледжу.

Результати дослідження: понад 60% відведених годин навчальної програми з дисципліни «Фізична культура» складається зі спортивних та рухливих ігор. Це відповідає інтересам студентів: 76,5% опитаних надають перевагу спортивним та рухливим іграм на заняттях, 12% студентів виділяють частину вільного часу на спортивні та рухливі ігри, зокрема 9% студентів фахового медичного коледжу відвідують заняття груп спортивного вдосконалення з ігрових видів спорту (волейбол, баскетбол, футбол, настільний теніс) на кафедрі фізичного виховання, спортивної медицини та ерготерапії двічі на тиждень. Нами виявлено взаємозв'язок між процесом спортивної гри та формуванням комунікативних вмінь. За суб'єктивною самооцінкою більше 90% респондентів підтвердили покращення соціальних навичок. Також нами зафіксований прогрес показників рухових тестувань студентів, що мали більший руховий досвід в ігрових видах спорту та рухливих іграх, у порівнянні з показниками рухових тестувань студентів, що надавали перевагу іншим видам рухової активності.

Висновок: ігрові види спорту ефективно сприяють розвитку рухових здібностей, зокрема спритності, координації рухів, швидкості та витривалості. Разом з тим, спортивні ігри забезпечують умови для ефективної взаємодії і співпраці, проявів лідерства, навичок ефективної комунікації в команді та емоційної стійкості, що знадобиться студентам в майбутній професійній діяльності і соціальних взаємодіях.

АНАЛІЗ БУДОВИ ХРЕБТА У СТУДЕНТІВ ТА МЕТОДИ КОРЕКЦІЇ СКОЛІОТИЧНИХ ЗМІН

Панасенко І.О.

Науковий керівник – доктор філософії О.Д. Козинець
Черкаська медична академія

Кафедра фізичної терапії та ерготерапії

м. Черкаси, Україна, e-mail: ivankasmela0607@gmail.com

Актуальність. Сучасні студенти проводять багато часу в статичному положенні, сидячи за комп'ютером або партами, що створює надмірне навантаження на хребет. В умовах дистанційного навчання ця проблема стає ще актуальнішою через те, що студенти часто не мають можливості організувати ергономічне робоче місце, а також ведуть малорухливий спосіб життя. Останнє призводить до ослаблення м'язів спини, що підтримують хребет. Сукупність цих факторів підвищує ризик розвитку сколіозу.