

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**Наукове товариство студентів, аспірантів, докторантів і
молодих вчених**

ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ
«НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗДМУ – 2020»

**в рамках І туру «Всеукраїнського конкурсу студентських
наукових робіт з галузей знань і спеціальностей
у 2019 – 2020 н.р.»**

06 – 07 лютого 2020 року

Запоріжжя – 2020

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

Голова оргкомітету:

ректор ЗДМУ, проф. Колесник Ю.М.

Заступники голови:

проректор з наукової роботи, проф. Туманський В.О., голова Студентської ради Турчиненко В.В., проф. Разнатовська О.М., голова Наукового товариства студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених, д.біол.н. Павлов С.В.

Члени оргкомітету:

заступник голови Студентської ради Подлужний М.С., голова навчально-наукового сектору Студентської ради Москалюк А.С., заступники голови навчально-наукового сектору Будагов Р.І., Скоба В.С.

Секретар: Брезицька К.П.

РОЗРОБКА КОМПЛЕКСНИХ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ СТУДЕНТОК З НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ ТІЛА НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Савчук А.О.

3 медичний факультет, 3 курс

На сучасному етапі розвитку людства однією з глобальних проблем є велика кількість осіб, які мають надлишкову вагу та різні ступені ожиріння. У наш час «ожиріння» - це хронічне поліетіологічне захворювання, що пов'язане з низкою генетичних та неврологічних факторів, зміною функції ендокринної системи, обміну речовин, стилю життя і харчовими звичками особи та характеризується підвищенням запасів жиру.

Особливу тривогу викликає зростання поширеності надлишкової ваги і ожиріння серед студентів, що є загрозою поширення супутніх тяжких захворювань та інвалідизації пацієнтів молодого віку.

Тому постає питання пошуку найбільш ефективних, інноваційних методів фізичної терапії для зниження маси тіла у осіб з надлишковою вагою. Використання сучасних електронних пристроїв на основі комп'ютерних технологій: фітнес-трекерів «Xiaomi Mi Smart Band 4 Global» у комплексних програмах фізичної терапії при корекції фізичних станів, які пов'язані з надлишковою масою тіла й ожирінням, значною мірою, дозволить оптимізувати спрямований процес відновного лікування.

В результаті використання фітнес-трекерів ми можемо чітко фіксувати показники фізичного стану (ЧСС, АТ) та рухової активності (добові показники локомоцій, добові показники пройденої дистанції, добові показники енергетичних витрат), що дозволяє істотно покращити процеси контролю за поточним фізичним станом студенток з надлишковою масою тіла й ожирінням I ступеню; використовувати ці показники при плануванні фізичних навантажень у процесі поточного й оперативного контролю за практичним виконанням фізичних або терапевтичних вправ; у процесі розвитку та підтримання загальної витривалості та фізичної працездатності.

Ми можемо констатувати, що у студенток з надлишковою масою тіла й ожирінням I ступеню: добові показники кількості локомоцій та пройденої дистанції не відповідають мінімальним нормам, що рекомендовані ВООЗ для цієї вікової категорії дівчат. Слід зазначити, що добові показники енергетичних витрат студенток відповідають мінімальним рекомендованим значенням (студентки з ожирінням I ступеню – 1868 ккал; студентки з надлишковою масою тіла – 1939 ккал; мінімальне нормативне значення, що рекомендоване ВООЗ – 1800 ккал).