

# Здоровье + спорт = счастье!

10 марта в санатории-профилактории ИГЭУ прошло заседание круглого стола «Здоровье студенчества Ивановской области: проблемы и решения».

Без здоровья невозможно и счастье.  
В.Г.Белинский

Обсудить столь серьезную и актуальную для региона и страны проблему собрались главные врачи профилакториев-санаториев вузов, студенческих профсоюзных комитетов и администрации всех вузов, представители власти Ивановской области.

Приветствовал гостей ректор ИГЭУ Сергей Тарарыкин: «Подготовка квалифицированных кадров напрямую зависит от здоровья студентов. Исключительно благодаря собственным усилиям и помощи Федерального агентства по образованию нам удалось не только сохранить санатории-профилактории, но и улучшить их материально-техническую базу».

Главный врач санатория-профилактория ИГЭУ Анетта Иванова, подчеркнув актуальность поднятой темы, привела интересные факты, касающиеся состояния здоровья студентов ИГЭУ. В ходе мониторинга были обследованы 778 учащихся, исследованы их образ жизни, изучены индивидуально-психологические особенности и внешние факторы, влияющие на состояние здоровья ребят, получены цифры, составляющие картину динамики и структуры заболеваний, эффективности лечения, а также многое другое.

Лишь 60% студентов ИГЭУ считают свой образ жизни здоровым, а 63% оценивают свое здоровье как отличное или хорошее. На практике эта оценка не всегда соответствует действительности: каждый пятый студент имеет хроническое заболевание. 93% говорят, что контролируют здоровье, однако ничего для этого не предпринимают: лишь 64,6% питаются регулярно, многие постоянно курят (28,2% юношей и 13,7% девушек) и/или выпивают (самое прикормное, что более 20% даже не считают пиво алкогольным напитком!), пробовали наркотики (6,1%). В самом спортивном вузе области регулярно делают зарядку только 8%, увлечены спортом – 33%. В итоге 60–65% студентов в течение года нуждается во временном освобождении от занятий. Одна из главных причин заболеваний – постоянная нехватка времени: лишь 14% считают, что им достаточно времени для отдыха, однако способ проведения его у 70% пассивный, что ведет к гиподинамии.

Уровень социально-психологических факторов, влияющих на здоровье, также оказался не на высоте: проблемы в семье отмечены у 58% студентов, в студенческой группе – 18%, с преподавателями – 16%.

Главное для нашего здоровья – чтобы в числе его врагов не были мы сами.

Бауржан Тойшибеков

Поскольку одними из самых распространенных среди студентов являются заболевания, передающиеся по-

ловым путем (ЗППП), интересно было узнать из докладов врачей санатория-профилактория ИГЭУ обстановку на данном «фронте» в Ивановской области.

Гинеколог Елена Алексеева сообщила немало сведений, касающихся



Фото С.Государева

репродуктивного поколения. В Англии 82% девочек в возрасте 14–17 лет уже живут половой жизнью. Наши барышни не исключение... У девушек Ивановской области 15–18 лет на 100 родов приходится 93 аборта; в возрасте 19–25 лет этот показатель в 1,6 раза ниже. В России около 10 тыс. человек ежедневно заражаются ВИЧ-инфекцией. Причем в группу риска попадают и студенты из общежитий!

Как сообщила дерматовенеролог Елена Березина, распространение ЗППП является едва ли не катастрофой для Ивановской области. Распространению подобных инфекций способствует целый ряд обстоятельств: падение уровня жизни на фоне роста потребностей, миграционные процессы, изменение морально-нравственных норм и стереотипов и проч. В итоге в России показатели ЗППП почти в 20 раз превышают аналогичные в странах Европы. Только в нашем регионе на учете стоят около 5 тыс. человек.

Наталья Юдина, главный врач санатория-профилактория ИВГУ, сообщила о ситуации в своем оздоровительном учреждении. По результатам ежегодного медосмотра первокурсников лишь половина из них приходит в вуз здоровыми, у 10% другой половины наблюдаются хронические заболевания. «Лидируют» в грустном списке проблемы с органами дыхания, нарушения опорно-двигательного аппарата и желудочно-кишечного тракта.

Алевтина Кудло, главный врач санатория-профилактория ИГХТУ, не стала приводить цифры своего вуза, во многом схожие со всероссийской статистикой. Специалист подняла действительно серьезную тему: лечение студентов в Ивановской области. Получается замкнутый круг!.. После закрытия поликлиники «Вузовец» ребятам просто некуда идти: даже получив какие-либо рекомендации касательно поддержания здоровья в недавно от-

крывшихся хваленых медицинских центрах, их просто выбрасывают из поликлиник города, поскольку многие студенты – иногородние. Болезни запускаются, а в итоге специалисты обсуждают все ухудшающуюся динамику здоровья нашей молодежи... По мнению Алевтины Кудло, вопрос стоит очень остро: специальная поликлиника просто необходима!

Ваше наказание – вредные привычки. Ваше величайшее награда – здоровье.

Поль Брэгг

Ирина Щуренкова, сотрудник Департамента здравоохранения Ивановской области, также привела некоторые цифры и сообщила о попытках Департамента исправить ситуацию.

1 место среди причин смертности молодых людей 20–30 лет занимают сердечно-сосудистые заболевания, II – онкологические, III – ДТП. Мало того, что наблюдается отрицательная динамика в среде курящих, автоматически попадающих в группу риска, которой грозит инсульт или инфаркт, так еще и пивной алкоголизм приобрел небывалые масштабы. А уж когда слышишь о 9-летних мальчиках, состоящих на учете у нарколога, или о 15-летней будущей матери, лечащейся от гонореи!..

Департамент здравоохранения области способствовал открытию четырех медицинских центров, где можно обследоваться. Кроме того, открыты новые центры по исследованию и профилактике ВИЧ-инфекции и ЗППП.

Игорь Волков, зам. председателя Ивановской областной думы, руководитель фракции «Единая Россия», порекомендовал студентам соблюдать правила здорового образа жизни, подчеркнув, что сейчас все возможности для этого есть: Ивановская область участвует в 5 Федеральных программах по оздоровлению населения.

В заключение встречи председатель Ивановской областной организации профсоюзов работников народного образования и науки Надежда Москалева дала несколько вполне конкретных рекомендаций по улучшению здоровья нашей молодежи.

**Даст ли свои благотворные плоды проведенный круглый стол «Здоровье студенчества Ивановской области: проблемы и решения», остается только ждать. И надеяться...**

## КОНФЕРЕНЦИЯ

24 марта в библиотеке ИГЭУ состоялась одноименная Областная межвузовская студенческая конференция «Здоровье студенчества Ивановской области».

С приветственным словом к гостям – студентам и преподавателям различных вузов региона – обратился Владимир Градусов, проректор по учебной работе.

О современном портрете студенчества на примере ИГЭУ снова поведала Анетта Иванова. Логичное продолжение изложения проблем со здоровьем и

предложений различных здоровьесберегающих методик главного врача санатория-профилактория ИГЭУ стал доклад гинеколога Елены Алексеевой.

В качестве основного средства для сохранения здоровья нашей молодежи Вячеслав Чичикин, зам. зав. кафедрой физво-

регулярно заниматься физической и спортивной культурой.

Содержательным получился доклад Татьяны Карасевой, зав. кафедрой здоровьесберегающих технологий и адаптивной физкультуры ШГПУ, основной идеей которого было формирование «моды» на спорт и здоровый образ жизни – и это не только в студенческой, но и школьной среде.

Прозвучали сообщения Ольги Беловой, зав. Центром здоровья на базе кар-

диологического диспансера, и Любови Новиковой, зав. Центром здоровья на базе городской поликлиники № 4. Их выступления содержали не только занятую информацию о здоровье нынешней молодежи, но и ознакомление с деятельностью четырех действующих в Ивановской области Центрах здоровья (кроме вышеуказанных они открылись в Кохме и Родниках).

Анастасия Булатова

22–24 февраля в г. Волгоград прошел зимний Чемпионат России по легкой атлетике среди студентов. Команда спортсменов ИГЭУ заняла II место в абсолютном первенстве, уступив лишь одно (!) очко команде Мордовского государственного университета.

25–27 февраля на базе спорткомплекса ИГЭУ прошел Чемпионат России по баскетболу среди женских команд Первой лиги ЦФО. Команда ИГЭУ заняла I место, победив в этом туре команды ИГХТУ (Иваново), «Согдиана-скиф» (Воронеж), БК (Липецк) и получив право играть в финале Чемпионата ЦФО.

25–28 февраля в г. Коломна проходило Первенство России среди юниоров по конькобежному спорту. Чемпионкой России в малом многоборье и на дистанции 3000 м стала студентка гр. 1-72 Елена Сохрякова. Именно она будет представлять нашу страну на финале Кубка Мира в Германии.

25–26 февраля прошло Первенство факультетов ИГЭУ среди студентов по пулевой стрельбе. I место в абсолютном первенстве среди мужчин занял Павел Сошников (5-2), среди женщин лидировала Наталья Кармушко (2-24). Командные места распределились следующим образом: I место занял ТЭФ, II место – ЭЭФ, III место – ЭМФ, IV место – ИФФ и V место – ИВТФ, ФЭУ.

26–28 февраля в г. Волгоград проходил Чемпионат России по легкой атлетике. Серебряным призером соревнований в прыжках в высоту стал Андрей Терешин (2 м 28 см). Сергей Мудров занял VI место с результатом 2 м 24 см. Никита Лебедев, показав результат 7 м 44 см, стал девятым по прыжкам в длину.

С 27 февраля по 3 марта в Ивановской области проходили Чемпионат России среди взрослых и Первенство России среди обучающихся по спортивному ориентированию на лыжах. Победителем среди мужчин до 21 года на дистанциях 12,6 км (24 контрольных пункта) и 9,5 км (12 контрольных пунктов) стал студент ИГЭУ Никита Безруков (1-25в), впервые выполнивший норматив мастера спорта России. Он также был в составе команды с Вячеславом Рыженковым (педколледж) и Евгением Жуколинным (ИГХТУ), которая в эстафете элиты вместе I место.

4 марта в г. Банска-Бистрица (Словакия) прошли Международные соревнования «Europa SC High Jump 2010», на которых студент ИГЭУ Сергей Мудров (1-13), показав результат 2 м 28 см, занял IV место.

5 марта в г. Вайнхайм (Германия) прошел Международный турнир «11-е соревнования по прыжку в высоту». Андрей Терешин с результатом 2 м 24 см занял III место.

6 марта в ИГЭУ прошло Первенство вузов по спортивной аэробике, в которых приняли участие команды ИГЭУ, ИГХТУ, ИВГУ, ИГТА и ШГПУ. В состав команды нашего вуза входили Дарья Красильникова (2-60), Мария Зеленцова (1-60), Анастасия Балаганская (4-2), Анна Каретина (2-3), Юлия Курзина (2-34) и Ирина Сладкова (3-53). По правилам соревнований, каждой команде было дано две попытки. Лидером после первой стала команда ИГХТУ. Вторая попытка нашей команды была более успешной, однако настигнуть лидеров нам не удалось: I место – у ИГХТУ, II место – ИГЭУ, III место – ИВГУ.



Фото С.Государева

11 марта проходило Первенство вузов Ивановской области по лыжным гонкам. Мужчины преодолевали дистанцию 10 км, женщины – 5 км. В личном первенстве II место занял Дмитрий Пантелеев (5-13), III место – Алексей Иванцов (1-72).

12–14 марта в Москве в спорткомплексе «Крылатское» проходил Чемпионат Мира среди юниоров по скоростному бегу на коньках. Лучше всех из россиянок выступила студентка ИГЭУ Елена Сохрякова (1-72). Она стала бронзовым призером на дистанции 3000 м (4.15,50 мин) и заняла VI место в общем зачете.

13–14 марта в г. Нижний Новгород прошла матчевая встреча городов России по легкой атлетике. Победителем соревнований в прыжках в высоту стал Павел Жвакин (1 м 95 см). Он же стал серебряным призером в тройных прыжках. Призерами состязаний стали также Андрей Воробьев (длина) и Агата Шалопина (высота).

3–18 марта проходил Турнир по шахматам среди преподавателей и сотрудников. Победителем соревнований стал преподаватель кафедры высшей математики С.В. Анисимов, II место занял С.И. Токарев, бронза досталась Е.П. Милосердову.

17 марта прошло Первенство факультетов по настольному теннису. Места распределились следующим образом. I место досталось ТЭФ, II место – ЭЭФ, III место – ИФФ, IV место – ФЭУ, ИВТФ, V место – ЭМФ.

20 марта состоялась первая игра 1/4 финала АСБ среди мужских команд. Баскетболисты ИГЭУ принимали команду института «Стали и сплавов» из Старого Оскола (уточнить!). Встреча закончилась со счетом 102:49 в пользу ИГЭУ. 27 марта в Старом Осколе состоялась ответная игра 1/4 финала АСБ (дивизион ЦФО) среди мужских команд, в которой энергеты победили. В 1/2 финала (3 и 4 апреля) наша команда встречалась с командой ИГХТУ и уступила ей в обоих встречах.

27–28 марта в Орле прошли игры полуфинала и финала АСБ (дивизион ЦФО) среди женских команд. Баскетболистки ИГЭУ в полуфинале встречались с командой хозяев – Орловским техническим университетом и одержали уверенную победу со счетом 72:59. В финале команда ИГЭУ играла с командой ИГХТУ и в упорной борьбе вырвали победу со счетом 69:60. Став чемпионками ЦФО, наши девушки получили право участвовать в суперфинале Чемпионата АСБ.

27–28 марта во Владимире прошло первенство ЦФО по спортивной аэробике. Команда ИГЭУ заняла II место среди девушек в номинации группа. Александр Кондратицев стал победителем в сольной программе и в составе тройки.

Поздравляем студента гр. 1-72 Алексея Иванцова с выполнением норматива мастера спорта международного класса по зимнему полиатлону на Чемпионате Мира, который проходил в Финляндии 26–27 марта.

Информация кафедры физвоспитания