

DOI: <https://doi.org/10.34921/amj.2025.1.022>**TİBB TƏHSİLİ DÖVRÜNDƏ TƏLƏBƏLƏRİN ADAPTASIYA FUNKSIYALARININ
ÖYRƏNİLMƏSİ****M.A.Kazımov, V.M.Kazımova***Azərbaycan Tibb Universitetinin Qidalanma və tibbi ekologiya kafedrası, Bakı, Azərbaycan*

Məqalədə təhsilalma dövründə tələbələrin adaptasiya ehtiyatlarının vəziyyətinin öyrənilməsi və gigiyenik qiymətləndirilməsi məqsədilə aparılmış tədqiqat işi haqqında məlumat verilmişdir.

Tibb universitetinin I, II və V kurs tələbələrinin tədris şəraitlərinə adaptasiya vəziyyətinin öyrənilməsi üçün tədqiqata 196 nəfər tələbə, o cümlədən I kursdan 83 nəfər (26 oğlan, 57 qız), II kursdan 52 nəfər (24 oğlan, 28 qız), V kursdan isə 61 nəfər (22 oğlan, 39 qız) cəlb edilmişdir. Orqanizmin adaptasiya ehtiyatlarını əks etdirən əmsalları (həyat əmsalı – HƏ və kardiorespirator əmsal – KRƏ) hesablamaq üçün göstəricilər (ağciyərlərin həyati tutumu, bədən kütləsi, nəbz və tənəffüsün tezliyi) somatometriya və fiziometriya üsulları ilə təyin edilmişdir. Alınan məlumatların interpretasiyası və qiymətləndirilməsi müvafiq qiymətləndirmə meyarlarına əsasən aparılmışdır.

Tədqiqat göstərmişdir ki, həyat əmsalı və kardiorespirator əmsal göstəricilərinin səviyyəsi tədris illəri artdıqca birbaşa əlaqəli dəyişikliklərə uğrayır. Tələbələrdən adaptasiya potensialı daha yüksək olanların sayı qızlar arasında oğlanlara nisbətən daha çoxdur. Normal adaptasiya imkanları olan tələbələrin sayının aşağı olması onların tənəffüs sisteminin funksional imkanlarının zəifliyini göstərir ki, bu da orqanizmin həmin funksiyasının mütəmadi məşq etdirilməsini zəruri edir.

Açar sözlər: adaptasiya ehtiyatları, həyat əmsalı, kardiorespirator əmsal

Ключевые слова: адаптационные резервы, жизненный индекс, кардиореспираторный индекс

Key words: adaptive reserves, life index, cardiorespiratory index

Hər bir ölkədə yüksəkixtisaslı kadrların hazırlanması, təhsilalma dövründə onların sağlamlığının qorunması və möhkəmləndirilməsi dövlətin davamlı iqtisadi inkişafının təminatında əsas amillərdən hesab edilir [1]. Lakin müasir dövrdə elmi informasiya axınının artması, innovativ təhsil texnologiyalarının tədris prosesinə tətbiqi, tədris proqramlarında baş verən əhəmiyyətli dəyişikliklər, kompüter və internet vasitələrindən geniş istifadə edilməsi tələbələrin psix-emosional vəziyyətinin gərginləşməsinə, yorğunluğun artmasına, orqanizmin adaptasiya ehtiyatlarının azalmasına və patologiyaönu vəziyyətlərin yaranmasına səbəb olur [2]. Tədrislə əlaqədar yaranan stress tələbə həyatının ayrılmaz hissəsini təşkil edir. Ев.Н. Мокашева və həmmüəllifləri [3] müəyyən etmişlər ki, artıq ali məktəblərə daxil olarkən tələbələrin 30-35%-də psixoloji dezadaptasiya əlamətləri müşahidə edilir.

Ali məktəblərə daxil olmuş tələbələrin yeni tədris şəraitlərinin ilk dövrlərində adaptasiyasında qeydə alınan çətinliklər təhsilalma

dövrünün sonunda ali təhsilin ixtisasından asılı olaraq bir çox hallarda adaptasiya ehtiyatlarının azalmasına və müvafiq xəstəliklərin, o cümlədən bronxial astma, hipertoniya xəstəliyi, mədə xorası, dəri xəstəlikləri, depressiv pozuntular və s. baş verməsinə səbəb olur [4].

Bir çox tədqiqatçılar tənəffüs və ürək-damar sistemlərinin funksional vəziyyətini xarakterizə edən göstəriciləri orqanizmin ətraf mühitə adaptasiya səviyyəsinin və eyni zamanda orqanizmin funksional imkanlarının qiymətləndirilməsində əsas representativ meyarlar hesab edirlər [5, 6]. Göstərilir ki, orqanizmin adaptasiya ehtiyatlarının müəyyən edilməsində tənəffüs və ürək-damar sistemlərinin əsas funksional göstəricilərinin (ağciyərlərin həyati tutumu, arterial qan təzyiqi) məlumatları əsasında hesablanmış həyat əmsalı (HƏ) və kardiorespirator əmsal (KRƏ) göstəricilərindən dürrüst və integral meyarlar kimi istifadə edilir [7, 8].

Tədqiqatın məqsədi tibb universiteti tələbələrinin təhsilalma dövründə adaptasiya ehtiyat-

larının vəziyyətinin öyrənilməsindən və gigiyenik qiymətləndirilməsindən ibarət olmuşdur.

Tədqiqatın materialı və metodları. Tibb universitetinin müxtəlif kurslarında təhsil alan tələbələr tədris şəraitinə adaptasiyasının vəziyyəti tədqiq edilmişdir. Tədqiqata universitetin I, II və V kurslarında təhsil alan oğlan və qızlar (cəmi 196 nəfər) cəlb edilmişdir. Onlardan 83 nəfər (26 oğlan, 57 qız) I kurs, 52 nəfər (24 oğlan, 28 qız) II kurs, 61 nəfər (22 oğlan, 39 qız) V kurs tələbəsi idi.

Bu tədqiqat işində orqanizmin bədən kütləsi (kq), ağciyərlərin həyati tutumu (ml), tənəffüsün tezliyi və nəbz tezliyi göstəriciləri ölçülmüş, alınan məlumatlardan istifadə edilməklə orqanizmin adaptasiya ehtiyatlarını xarakterizə edən həyat əmsalı və kardiorespirator əmsal göstəriciləri aşağıdakı düsturlarla hesablanmış və araşdırılmışdır:

$$H\Theta = AHT / m,$$

burada:

H Θ – həyat əmsalı (ml/kq);

AHT – ağciyərlərin həyati tutumu (ml);

m – bədən kütləsidir (kq). Orqanizmin bu göstəricinin normal səviyyəsi oğlanlar üçün 60 ml/kq-dan, qızlar üçün 50 ml/kq-dan çox olmalıdır [7].

$$KR\Theta = NT / TT,$$

burada:

KR Θ – kardiorespirator əmsal;

NT – nəbz tezliyi (dəfə/dəq);

TT – tənəffüsün tezliyi (dəfə/dəq) göstəricisidir.

Hesablamalardan alınan məlumatların interpretasiyası və qiymətləndirilməsi müvafiq qiymətləndirmə meyarlarına əsasən aparılmışdır [6, 7].

Müqayisə edilən göstəricilər arasındakı fərqlərin

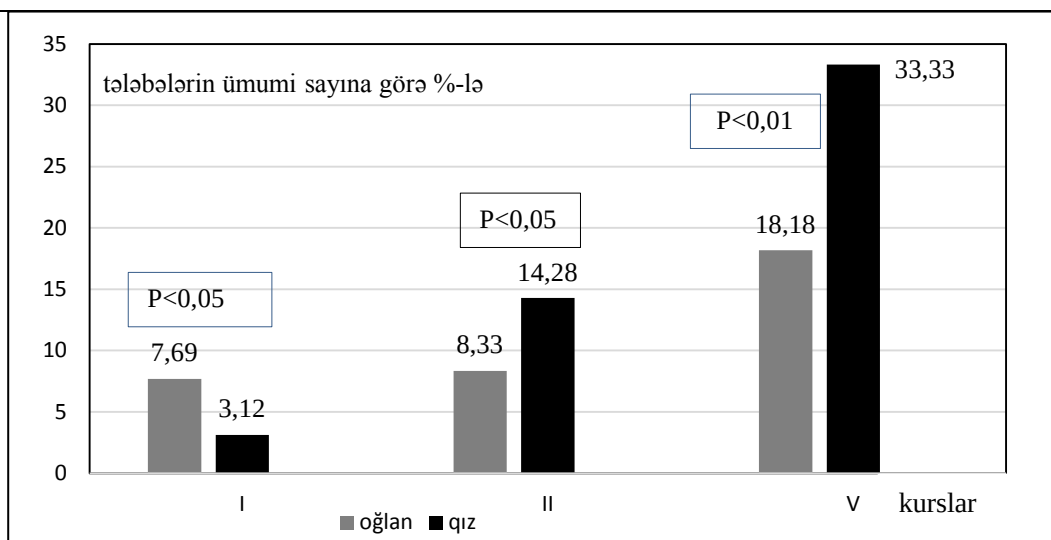
statistik etibarlılığının müəyyən edilməsi məqsədilə variasion statistika üsulu ilə göstəricilərin orta kəmiyyəti (M), orta kəmiyyətin orta xətası (m), orta kvadratik meylik (δ) hesablanmış, müqayisə edilən göstəricilər arasındakı fərqlərin statistik etibarlılığı Styudentin t meyarı əsasında müəyyənləşdirilmişdir.

Tədqiqatın nəticələri. Aparılmış tədqiqatın nəticələri 1-ci cədvəldə əks etdirilmişdir. Cədvəldən göründüyü kimi, tələbələrin həyat əmsalı göstəricisi normal və ondan aşağı olanların sayı təhsil kurslarından asılı olaraq öz müxtəlifliyi ilə fərqlənir. I kursda təhsil alan tələbələrin həyat əmsalı digər kursların tələbələrinə nisbətən ən aşağı səviyyədə olmuşdur. Belə ki, bu göstəricinin səviyyəsi normada olan oğlanların sayı həmin kursda cəmi müəyinə olunanların 7,69±1,05 %-ni, normal həyat əmsalı olan qızların sayı isə cəmi müəyinə edilənlərin 3,12 %-ni əhatə etmişdir. Bizim aldığımız nəticələrə yaxın məlumatlar Surqut Dövlət Pedaqoji Universitetinin I kurs tələbələri arasında da qeydə alınmışdır. Onlardan adaptasiya ehtiyatlarının səviyyəsi normal olan oğlanlar cəmi oğlanların 8,8 %-i, qızlar isə cəmi müəyinə olunanların 2,0 %-i qədər olmuşdur [9]. Bu məlumatlar göstərir ki, ali təhsil almağa başlayan gənc orqanizmin funksional imkanları son dərəcə müxtəlif səbəblərlə əlaqədar formalaşan ali məktəb şəraitinin yaratdığı stress amillərinin tələblərindən kifayət qədər aşağı səviyyədədir.

Cədvəl 1. Həyat əmsalı göstəriciləri normadan yüksək və normadan aşağı olan müxtəlif kurs tələbələrinin sayı (müvafiq kursda müəyinə olunan tələbələrin ümumi sayına görə %-lə, M±m)

Tələbələr	Həyat əmsalı göstəriciləri	Kurslar	Həyat əmsalı göstəriciləri müxtəlif olan tələbələrin sayı	
			M±m	Statistik göstəricilər*
Oğlanlar	60-dan çox (norma)	I	7,69±1,05	P _{I-II} >0,05 P _{I-V} <0,001 P _{II-V} <0,001
		II	8,33±1,15	
		V	18,18±1,82	
	60-dan az	I	92,31±3,39	P _{I-II} >0,05 P _{I-V} <0,05 P _{II-V} <0,05
		II	91,67±3,63	
		V	81,81±3,72	
Qızlar	50-dən çox (norma)	I	3,12±0	P _{I-II} <0,001 P _{I-V} <0,001 P _{II-V} <0,001
		II	14,28±1,28	
		V	33,33±1,41	
	50-dən az	I	96,88±2,40	P _{I-II} <0,005 P _{I-V} <0,001 P _{II-V} <0,001
		II	85,71±3,05	
		V	66,67±1,99	

* “P” meyarı müvafiq kursların tələbələrinin göstəriciləri arasındakı fərqə görə hesablanmışdır



Şəkil. Tələbələr arasında həyat əmsalı normal olanların sayı (müvafiq kursda müayinə olunan tələbələrin ümumi sayına görə %-lə)

Qeyd etmək lazımdır ki, yuxarı kurslarda təhsil alan tələbələrdə həyat əmsalı göstəricisinin daha yüksək olması qeydə alınır. Lakin bu yüksəlmə I və II kursda təhsil alan oğlanların həyat əmsalı göstəricilərinin statistik baxımdan etibarlı olmayan fərqlərində müşahidə edilmir (I və II kursun oğlanları arasında həyat əmsalı normal olanların sayı müvafiq olaraq $7,69 \pm 1,05\%$ və $8,33 \pm 1,15\%$; $P_{I-II} > 0,05$).

Oğlanlardan fərqli olaraq, I və II kurslarda təhsil alan və həyat əmsalı normal olan qızların sayı arasında fərqlər öz statistik etibarlılığı ilə seçilir (kurslara müvafiq olaraq $3,12 \pm 0$ və $14,28 \pm 1,28\%$; $P_{I-II} < 0,001$). Yəni, II kursda təhsil alan qızlar arasında təhsil şəraitinə uyğunlaşanların sayı daha çoxdur.

V kursda oxuyan tələbələrin adaptasiya imkanlarının qiymətləndirilməsində əsas meyarlardan olan həyat əmsalı göstəricisinin aşağı kurslarda təhsil alan tələbələrin həmin göstəriciləri ilə müqayisə edilməsi ali məktəb şəraitinə uyğunlaşanların sayının artdığını göstərir. Məsələn, V kursun oğlanları arasında normal həyat əmsalına malik olanların sayı II kursun oğlanlarından daha çox olub, statistik etibarlılığı ilə fərqlənir (II kurs üzrə $8,33 \pm 1,15\%$, V kurs üzrə $18,18 \pm 1,82\%$, $P_{II-V} < 0,001$). V kursun qızları arasında normal həyat əmsalı olanların sayı $33,33 \pm 1,41\%$ olub, I və II kursun qızlarının həmin göstəricilərindən statistik dürüstlüklə yüksək olması ilə səciyələnilir (cədvəl 1).

Qeyd etmək lazımdır ki, V kurs tələbələri arasında həyat əmsalı normal olanların sayının

aşağı kurs tələbələrinə nisbətən statistik etibarlı artımı tələbələrin az bir hissəsini əhatə edir (oğlanlarda – $18,18 \pm 1,82\%$, qızlarda – $33,33 \pm 1,41\%$) (şəkil). Buna görə də tələbələrin böyük bir qisminin (təhsil kursundan asılı olaraq oğlanlar arasında $81,81-92,31\%$; qızlar arasında $66,67-96,88\%$) həyat əmsalının yüksəldilməsi məsələsi problem olaraq qalmaqdadır.

Tədqiqatlardan aydın olmuşdur ki, orqanizmin ətraf mühit amillərinin, o cümlədən stress xarakterli risklərin təsirinə uyğunlaşmasında kardiorespirator sistemin funksional fəaliyyətinin önəmli yeri vardır [10, 11]. Müayinələr zamanı əldə edilən məlumatlar göstərir ki, istər müxtəlif kurslarda oxuyan oğlanların, istərsə də qızların normadan yüksək səviyyəli kardiorespirator əmsal göstəriciləri arasında kurslara görə statistik mahiyyət kəsb edən fərqlər aşkar edilməmişdir (oğlanların I və II kursda qeyd edilən göstəriciləri istisna olmaqla). Bununla yanaşı, həmin göstəricilər arasında gender əlamətinə görə statistik etibarlı fərq müəyyən edilmişdir (cədvəl 2). Məsələn, I kursun oğlanları ilə qızları arasında kardiorespirator əmsalı normadan yüksək olanların sayı cəmi tədqiqata cəlb edilənlərin uyğun olaraq $3,85 \pm 0,05\%$ -i və $21,87 \pm 1,40\%$ -i qədər olmuşdur ($P < 0,001$). II və V kursun oğlanlarının $9,09-12,50\%$ -də, qızların isə daha çox hissəsində – $17,95-21,43\%$ -də kardiorespirator əmsal normadan yüksək olmuş və bu göstəricilər arasında statistik etibarlı əlaqələr müəyyən olunmuşdur.

Cədvəl 2. Kardiorespirator əmsalı normal, normadan yüksək və normadan aşağı səviyyədə olan müxtəlif kurs tələbələrinin sayı (müvafiq kursda müəyinə olunan tələbələrin ümumi sayına görə %-lə, $M \pm m$)

Kardiorespirator əmsal göstəricisinin qradasiyaları	Kurslar	Kardiorespirator əmsal göstəriciləri müxtəlif olan tələbələrin sayı		
		$M \pm m$		Statistik göstəricilər
		oğlanlar	qızlar	
Normadan yüksək	I	3,85±0,05	21,87±1,40	$P < 0,001$
	II	12,50±1,41	21,43±1,58	$P < 0,01$
	V	9,09±1,32	17,95±1,05	$P < 0,01$
Norma	I	50,0±2,52	53,12±2,14	$P > 0,05$
	II	54,17±2,82	60,71±2,59	$P > 0,05$
	V	63,63±3,30	71,79±2,06	$P > 0,05$
Normadan aşağı	I	46,15±2,43	25,0±1,49	$P < 0,001$
	II	33,33±2,24	17,85±1,44	$P < 0,01$
	V	27,27±2,20	10,25±0,81	$P < 0,001$

Qeyd: P meyarı eyni kursun oğlanlarının və qızlarının göstəriciləri arasındakı fərqlə görə hesablanmışdır.

Kardiorespirator əmsalın normal səviyyəsini xarakterizə edən məlumatlarda tələbələrin oxuduqları kursların statistik dürüstlüklə əks olunması tədris prosesi ilə əlaqədar amillərin tələbələrin ürək-damar və tənəffüs sistemlərinin ehtiyat imkanlarına təsirinin göstəricisi sayıla bilər. Belə ki, 2-ci cədvəldə verilmiş məlumatlardan ilk növbədə aydın olur ki, eyni kursda oxuyan tələbələrin kardiorespirator sisteminin adaptasiya ehtiyatlarının səviyyələri arasında statistik baxımdan etibarlı gender fərqləri vardır. Statistik baxımdan etibarlı fərqlər, əsasən, müxtəlif kursların oğlan və qızlarının məlumatlarında yer almışdır. Məsələn, kardiorespirator sistemin adaptasiya ehtiyatlarının normal səviyyəsi I və II kursun qızlarının müvafiq olaraq 53,12±2,14 və 60,71±2,59%-də müəyyən edilmişdir ($P < 0,05$). Kurslar arasında məsafənin artmasına paralel olaraq kardiorespirator əmsalın səviyyələri arasında fərqin daha da çox olması ($r=0,96-0,98$) tədris kursunun tələbələrin adaptasiya qabiliyyətinə mühüm təsirini xarakterizə edir. Kardiorespirator sistemin adaptasiya ehtiyatlarının normadan aşağı səviyyəsinə ən çox I kurs tələbələri arasında rast gəlir (məsələn, cəmi müəyinə edilən I kurs oğlanlarının 46,15±2,43%-i, qızlarının 25,0±1,49%-i).

Beləliklə, tibb universitetinin müxtəlif kurslarında oxuyan tələbələrin adaptasiya ehtiyatlarının tədqiqindən alınan məlumatlar tələbələ

orqanizminin adaptasiya funksiyalarını təmin edən sistemlərə tədris şəraitinin statistik etibarlı fərqli olan əlverişsiz təsirini müəyyən etməyə imkan vermişdir. Bu məlumatlar tələbə kollektivlərində I kursdan başlayaraq, orqanizmin yaş, cinsiyyət və fizioloji tələbatlarını nəzərə alınmaqla sağlamlaşdırılmasına və funksional vəziyyətində aşkar edilən meylliklərin korreksiyasına yönəlmiş təlim və profilaktika tədbirlərinin fəallaşdırılmasını və daha da genişləndirilməsini tələb edir.

Nəticələrdən çıxarış. 1. Təhsilalma dövründə gənc orqanizmin funksional imkanlarını xarakterizə edən həyat əmsalının və kardiorespirator əmsalın səviyyəsi ilə tədris kursları arasında birbaşa asılı əlaqələr vardır.

2. Tələbə qızların adaptasiya potensialı eyni yaşlı oğlanlara nisbətən yüksəkdir.

3. Tələbələr arasında adaptasiya imkanları ən yüksək olan V kursda oxuyanların belə adaptasiya potensialı normal olanların sayı həyat əmsalı üzrə 18–33% arasında, kardiorespirator əmsal üzrə isə 63,63–71,79% arasında təbəddüd edir.

4. Tədqiqat obyektlərində tələbəlik illəri üzrə normal adaptasiya imkanları olanların sayının aşağı olması onların tənəffüs sisteminin funksional imkanlarının zəifliyi ehtimalını artırır ki, bu da orqanizmin həmin funksiyasının mütəmadi məşq etdirilməsini zəruri edir.

ƏDƏBİYYAT

1. Земляной Д.А., Потапова Е.А. Влияние дистанционных технологий на образ жизни и здоровье обучающихся в медицинском вузе // Медицина и организация здравоохранения, 2021, № 3, с. 35–42. [Zemlyanoy D. A., Potapova E. A. The influence of distance technologies on the way of life and health of students in a medical university // Medicine and Organisation of Healthcare, 2021, No 3, pp. 35–42.]
2. Chouhan S., Das S., Niwariya Y. Health promoting lifestyle profile assessment among medical and nursing students of central India // Mymensingh Med J., 2022, v. 31, No 2, pp. 531–538.
3. Мокашева Ев.Н., Мокашева Ек.Н., Макеева А.В. Оценка воздействия стресса на степень адаптации сердечно-сосудистой системы и формирование невротических расстройств у студентов // Смоленский медицинский альманах, 2020, № 1, с. 223–225. [Mokasheva Ev.N., Mokasheva Ek.N., Makeeva A.V. Assessment of stress impact on the degree of adaptation of the cardiovascular system and the formation of neurotic disorders in students // Smolensk Medical Almanac, 2020, No 1, pp. 223–225.]
4. Малюгин Д.А., Мокашева Е.Н., Мокашева Е.Н. Исследование качества жизни, показателей физического развития и функционального состояния студентов в зависимости от пола // Смоленский медицинский альманах, 2021, № 3, с. 45–49. [Malyugin D.A., Mokasheva E.N., Mokasheva E.N. Study of the quality of life, indicators of physical development and functional state of students depending on gender // Smolensk Medical Almanac, 2021, No 3, pp. 45–49.]
5. Carroll D., Ginty A.T., Whittaker A.C., Lovallo W.R., de Rooij S.R. The Behavioural, Cognitive, and Neural Corollaries of Blunted Cardiovascular and Cortisol Reactions to Acute Psychological Stress // Neurosci. Biobehav. Rev., 2017, v. 77, pp. 74–86. doi: 10.1016/j.neubiorev.2017.02.025
6. Лавинский Х.Х., Борисевич Я.Н. Экспресс-оценка статуса питания спортсменов игровых видов спорта (футболистов) // Сборник научных трудов Белорусского государственного медицинского университета “БГМУ в авангарде медицинской науки и практики”, Минск, 2016, с. 179–183. [Lavinsky Kh. Kh., Borisevich Y.N. Express assessment of the nutritional status of athletes of team sports (football players) // Collection of scientific works of the Belarusian State Medical University "BSMU in the avant-garde of medical science and practice", Minsk, 2016, pp. 179–183.]
7. Бацукова Н. Л., Борисова Т.С. Гигиеническая оценка статуса питания: учеб.-метод. пособие, 2-е изд. Минск, БГМУ, 2010, 24 с. [Batsukova N.L., Borisova T.S. Hygienic assessment of the status of nutrition: educational method. Manual, 2nd ed., Minsk, BSMU Publ., 2010, 24 p.]
8. Беляева В.А. Анализ параметров центральной гемодинамики у студентов-медиков в предэкзаменационном периоде // Здоровье населения и среда обитания, ЗНиСО, 2021, № 10, с. 67–73. [Belyaeva V.A. Analysis of the parameters of central hemodynamics in medical students in the pre-exam period // Population Health and Environment, ZNiSO, 2021, No 10, pp. 67–73.]
9. Новоселова А.А., Говорухина А.А. Оценка функциональных резервов организма первокурсников северного педагогического вуза по результатам ортостатической пробы // Журнал медико-биологических исследований, 2022, № 4, с. 317–328. [Novoselova A.A., Govorukhina A.A. Assessment of functional reserves of the body of first-year students of a northern pedagogical university based on the results of orthostatic testing // Med.-Biol. Research, 2022, No 4, pp. 317–328.]
10. Jóhannsdóttir K.R., Magnúsdóttir E.H., Sigurjónsdóttir S., Guðnason J. The Role of Working Memory Capacity in Cardiovascular Monitoring of Cognitive Workload // Biol. Psychol., 2018, v. 132, pp. 154–163. doi: 10.1016/j.biopsycho.2017.12.001
11. Талеева А.И., Звягина Н.В., Чуб И.С. Особенности гемодинамики мозга студентов с разным типом вегетативной реактивности при выполнении когнитивной задачи // Журн. мед.-биол. исследований, 2022, т. 10, № 4, с. 338–349. doi: 10.37482/2687-1491-Z123. [Taleeva A.I., Zvyagina N.V., Chub I.S. Features of hemodynamics of the brain of students with different types of vegetative reactivity when performing a cognitive task // Med.-Biol. Research, 2022, v. 10, No 4, pp. 338–349. doi: 10.37482/2687-1491-Z123.]

ИЗУЧЕНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ФУНКЦИЙ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ПОЛУЧЕНИЯ МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

М.А.Казимов, В.М.Казимова

*Кафедра питания и медицинской экологии Азербайджанского Медицинского Университета,
Баку, Азербайджан*

Резюме. В статье представлены результаты исследования, проведенного с целью оценивать состояния адаптационных резервов студентов в период обучения.

Для изучения адаптации студентов к образовательной среде было обследовано всего 196 студентов первого, второго и пятого курсов медицинского университета, в том числе 83 с первого курса (26 студентов, 57 студенток), 52 со второго курса (24 студента, 28 студенток) и 61 с пятого

курса (22 студента, 39 студенток). С помощью методов соматометрии и физиометрии определяли показатели (жизненный объем легких, масса тела, пульс, частота дыхания), необходимые для расчета индексов, отражающих адаптационные резервы организма (жизненный индекс – ЖИ и кардиореспираторный индекс – КРИ). Интерпретация и оценка полученных данных проводились на основе соответствующих критериев оценки.

Установлены прямые взаимосвязи между уровнями показателей функциональных возможностей организма, а именно жизненным индексом и кардиореспираторным индексом, и учебными курсами. Среди студенток больше учащихся с более высоким адаптационным потенциалом по сравнению со студентами низших курсов. Снижение числа студентов с нормальными адаптационными способностями по жизненному индексу свидетельствует о слабости функциональных возможностей их дыхательной системы, что обуславливает необходимость регулярной тренировки этой функции организма.

STUDY OF STUDENTS' ADAPTATION FUNCTIONS DURING MEDICAL EDUCATION

M.A.Kazimov, V.M.Kazimova

Department of Nutrition and Medical Ecology, Azerbaijan Medical University, Baku, Azerbaijan

Summary. This article presents the findings of a study conducted to assess and hygienically evaluate the adaptive reserves of students during their education. A total of 196 students from the first, second, and fifth years of medical school were included in the study to examine their adaptation to academic conditions. Among them, 83 students (26 males, 57 females) were from the first year, 52 students (24 males, 28 females) from the second year, and 61 students (22 males, 39 females) from the fifth year. To calculate indices reflecting the adaptive reserves of the body—life index (LI) and cardiorespiratory index (CRI)—parameters such as vital lung capacity, body mass, pulse rate, and respiratory rate were measured using somatometric and physiometric methods. The interpretation and evaluation of the obtained data were carried out based on relevant assessment criteria. The study revealed that as the years of study progress, the levels of life index and cardiorespiratory index change in direct correlation. The number of students with higher adaptive potential was found to be greater among females than males. The relatively low number of students with normal adaptive capacity indicates functional weakness of the respiratory system, highlighting the necessity for regular training to enhance this physiological function.

Müəlliflə əlaqə üçün:

Kazimov M.A. – Azərbaycan Tibb Universitetinin Qidalanma və tibbi ekologiya kafedrası

E-mail: kazimovmirza@rambler.ru