

*Валерий Михайлович ЧИМАРОВ –
заведующий кафедрой валеологии
психолого-педагогического факультета,
доктор медицинских наук, профессор
Наталья Николаевна МАЛЯРЧУК –
доцент кафедры валеологии
психолого-педагогического факультета,
кандидат медицинских наук,*

УДК 613,6.:37

ОСОБЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ УЧИТЕЛЕЙ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГРУППЫ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

АННОТАЦИЯ. В статье представлены результаты исследования особенностей здоровья учителей как профессиональной группы в условиях среднего общеобразовательного учреждения г. Тюмени.

The authors present the results of health peculiarities research of a professional group of secondary school teachers in Tyumen.

Учебный процесс в средней общеобразовательной школе в настоящее время предъявляет к детям психологические и физиологические требования, значительно превышающие возможности школьника. Учебные нагрузки с учетом времени приготовления домашнего задания составляют у старшеклассников 15 часов в день. Перегрузки в сочетании с другими факторами ведут к переутомлению, формированию функциональных расстройств и заболеваний.

Негативная динамика в состоянии здоровья детей в период обучения, рост заболеваемости школьников указывают на необходимость модернизации системы образования.

Закон РФ «Об образовании» обязывает школу создавать условия, гарантирующие сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Министерствами образования и здравоохранения издан ряд документов, направленных на решение проблем сохранения здоровья детей в процессе обучения. Учебные заведения в большинстве регионов РФ активно включились в указанную деятельность.

В разрабатываемой в настоящее время под руководством академика РАО В. И. Загвязинского программе модернизации образования Тюменской области до 2010 г. одной из целевых подпрограмм значится здоровье учащихся [1].

В то же время вне поля зрения органов образования фактически остаются учителя как участники образовательного процесса. Многие школьные факторы, негативно влияющие на детей, не могут не отражаться и на состоянии педагогов. Здоровью учителей не уделяется достойного внимания. Новые социально-экономические условия в стране существенно ухудшили качество жизни учительства. Крайне низкая заработная плата вынуждает педагогов идти на значительное увеличение учебной нагрузки, что, в свою очередь, влечет за собой чрезмерное нервно-психическое напряжение, состояния гипокинезии, гипоксии и т. д. Высокая загруженность не оставляет времени для полноценного отдыха и восстановления сил. Совокупность указанных факторов носит, несомненно, деструктивный характер и может служить основой для возникновения различных функциональных расстройств и патологических состояний. Нетрудно предположить, что здоровье учителей находится на низком уровне, особенности которого детерминируются профессиональной деятельностью.

Несмотря на острую актуальность, в научной литературе указанная проблема отражена недостаточно. Имеются отдельные противоречивые или декларативные публикации, затрагивающие чисто педагогические либо психологические аспекты [2, 3]. Сообщений о комплексном изучении состояния психического и соматического здоровья учителей как самостоятельной профессиональной группы в современной образовательной среде в условиях западной Сибири, в частности, в Тюменском регионе, мы не встретили. На это и было нацелено наше исследование.

По данным Министерства образования РФ [4], среди причин ухудшения психического и физического состояния детей за время обучения в школе фигурируют безразличное или даже пренебрежительное отношение педагогов к здоровому образу жизни и к своему здоровью, недостаточный уровень грамотности в этих вопросах и как результат – низкий потенциал здоровья всех участников образовательного процесса. Поэтому в число задач настоящей работы, наряду с глубоким анализом состояния соматического и психического здоровья учителей, входило изучение их отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни, а также определение уровня компетентности в данных вопросах.

Для оценки соматического здоровья анализировались персональные данные анамнеза жизни каждого учителя и объективного обследования специалистами состояния его организма, включая лабораторные и инструментальные исследования.

Диагностика основных параметров функциональных состояний, к которым относится самочувствие, активность, настроение [САН], осуществлена при помощи опросника САН [5].

Исследование индивидуально-типологических и личностных характеристик педагогов проводилось с использованием опросника Г. Айзенка, общей и личностной тревожности – с помощью шкалы реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера – Ю. Ханина. Изучение отношений учителей к собственному здоровью и здоровому образу жизни осуществлено с помощью специально разработанной анкеты. При этом полученные данные сопоставлялись с показателями объективного обследования соматического и психического состояния педагога.

Исследование было проведено в средней общеобразовательной школе № 57 г. Тюмени. Обследовано 69 учителей в возрасте от 21 до 68 лет, из них – 67 женщин и 2 мужчин. 56,4% обследованных были в возрасте от 30 до 49 лет, 26,2% – старше 50 лет и 17,4% – до 30 лет. В исследовании приняли участие учителя с различной направленностью педагогического процесса.

Анализ состояния здоровья учителей типичного среднего образовательного учреждения (каковым является школа № 57), расположенного в густонаселенном районе города с полумиллионным населением, показал, что подавляющее большинство (85,5%) из них имели хронические заболевания. Только 14,5% учителей были практически здоровы; примечательно, что объективное обследование полностью совпало с субъективным суждением каждого из них: все учителя этой группы (возраст 20–29 лет) оценивали состояние своего здоровья как «вполне хорошее».

Обращает на себя внимание высокая заболеваемость остеохондрозом. Шейный, грудной, поясничный остеохондроз с неврологическими проявлениями выявлен у 59% педагогов. Столь высокий показатель указанной патологии существенно отличается от официальных данных, отражающих структуру заболеваемости населения РФ, Тюменской области и г. Тюмени. Сравнить полученные нами результаты с показателями других образовательных учреждений не представляется возможным в связи с отсутствием аналогичных публикаций.

Не публикуются и официальные данные, может быть, по той причине, что статистика здоровья учителей просто не ведется, так как комплексные медицинские обследования учительства ведомствами образования и здравоохранения не проводятся.

Мы не можем утверждать, что выявленный нами высокий уровень заболеваемости остеохондрозом является специфической особенностью здоровья учителей как особой профессиональной группы. Для этого нужны дополнительные специальные исследования в различной образовательной среде Тюменского региона, г. Тюмени, а также – в разных эколого-географических условиях РФ. Вместе с тем, есть основания констатировать, что одной из особенностей здоровья учителей типичной общеобразовательной школы г. Тюмени является широкая распространенность остеохондропатий, в частности, шейного, грудного и поясничного остеохондроза с выраженными неврологическими проявлениями. Причины этого феномена и разработка мер профилактики являются предметом наших дальнейших исследований.

Соматическое состояние учителей школы № 57 характеризуется также достаточно высоким уровнем заболеваний сердечно-сосудистой системы: у 39,1% обследованных выявлены ишемическая болезнь сердца (ИБС) и гипертоническая болезнь. Заболевания пищеварительного тракта (язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, гастриты) установлены у 18,8% педагогов. Истоки указанных видов патологии в данном учебном заведении нами выявлены и будут представлены в настоящей работе.

Одновременно установлено, что заболевания органов дыхания, эндокринной и мочеполовой систем у преподавателей школы № 57 наблюдаются реже, чем у взрослого населения г. Тюмени. Однако дать оценку степени распространенности этих заболеваний в сравнении с аналогичными показателями в учреждениях образования других регионов невозможно ввиду отсутствия таких данных в литературе.

Исследования некоторых аспектов психического здоровья, основных свойств нервной системы показало, что почти каждый пятый (19,7%) педагог имел признаки расстройств, «расшатанности» нервной системы, склонность к раздражительности, чрезмерную чувствительность, рассеянное внимание, нарушение сна, чувство беспокойства и виновности, неадекватно сильные реакции на незначительные ситуации. Высокая эмоциональная впечатлительность выявлена у 36,4% учителей, эмоциональная устойчивость – у 40,9% обследуемых.

Изучение показателей реактивной и личностной тревожности свидетельствует, что большинство педагогов высокотревожны; так, почти каждый второй (44%) исследуемый имел высокий уровень реактивной тревожности, а 65,2% – личностной тревожности.

Чрезмерно высокий уровень тревожности учителей ведет к дезорганизации поведения и деятельности. Возможно, этим объясняются выявленные нами низкие показатели самооценки функционального состояния: самочувствия, активности, настроения. По нашим данным, 80% учителей имеют низкие или ниже среднего уровни самочувствия, активности, настроения.

Таким образом, педагог в условиях современной образовательной среды работает почти всегда в стрессовой обстановке, в состоянии переутомления. Это может вызывать как острые нарушения, так и проявляться в виде отсроченных последствий, психосоматических расстройств. Чрезмерное нервно-психическое напряжение, высокая тревожность, подавленность настроения послужили факторами, обусловившими возникновение у учителей гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, патологии пищеварительного тракта и др. нарушений.

Комплексное исследование и анализ механизмов формирования особенностей здоровья учителей в современной образовательной среде показали, что одной из важных причин значительных нарушений психического и физического состояния организма педагогов является их неадекватное отношение к здоровью. В иерархии ценностей жизни оно не значится в числе приоритетных, а физкультура ими поставлена вообще на последнее место. К собственному здоровью большинство

учителей относится небрежно, не осведомлено о его фактическом состоянии, многие не ведут здоровый образ жизни. Нами установлено, что имеется прямая высокая корреляция между уровнем подготовленности учителей по проблемам здоровья и их отношений как к своему здоровью, так и к здоровью учащихся.

Таким образом, проведенные исследования позволяют констатировать, что учителя типового среднего общеобразовательного учреждения г. Тюмени имеют низкий уровень здоровья, характеризующийся при этом комплексом особенностей. К числу важных факторов, детерминирующих высокую заболеваемость педагогов, следует отнести патогенность современной образовательной среды. Не менее значимым фактором, усугубляющим положение, является низкий уровень знаний учителями основных проблем и положений сохранения и укрепления здоровья. Это предопределяет недостаточную мотивацию к здоровьесбережению и проявляется в невнимательном отношении педагогов к личному и общественному здоровью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Загвязинский В. И. Теория обучения: Современная интерпретация. М.: Издат. центр «Академия», 2001. 192 с.
2. Митина Л. М. Концепция профессионального развития и сохранения здоровья учителей как основа образовательной политики // Школа здоровья. 2000. Т. 7. № 2. С. 43–50.
3. Орехова Т. Ф. Влияние современного педагогического процесса на здоровье учащихся и учителей // Начальная школа. 2002. № 10. С. 17–26.
4. Сырчина Г. А. О формировании, сохранении и развитии здоровья ребенка // Культура здоровой жизни. 2002. № 1. С. 77–80.
5. Анастаси А. Психологическое тестирование. М.: Наука, 1982. 210 с.

**Владимир Алексеевич МАЛЬЧЕВСКИЙ,
Сергей Васильевич СЕРГЕЕВ,
Александр Васильевич СЕМЕНОВ** –
сотрудники кафедры травматологии
и ортопедии РУДН, г. Москва,
ГКБ № 2, г. Тюмень

УДК 616-089.5

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОВОДНИКОВОЙ АНЕСТЕЗИИ ПРИ ТРАВМАХ ПАЛЬЦЕВ КИСТИ У ДЕТЕЙ

АННОТАЦИЯ. В данной статье рассматривается вопрос об оптимальном анестезиологическом пособии у детей с травмой пальцев кисти и преимуществах проводниковой анестезии (по Оберсту-Лукашевичу) по сравнению с другими методами обезболивания.

The article considers the issue on optimum anaesthetic relief for children with a trauma of hand fingers and on the advantages of conductive anaesthesia (according to Oberst - Lukashevich method) in comparison with other anaesthetic methods.

Обследовано 147 больных детей в возрасте от 1 до 15 лет с частичным травматическим отчленением дистальных фаланг пальцев кисти, проходивших лечение в ГКБ № 2 г. Тюмени.

У всех больных методом обезболивания при выполнении ПХО раны была выбрана проводниковая анестезия по Оберсту-Лукашевичу.