

# ОПУБЛИКОВАТЬ СТАТЬЮ

в изданиях НИЦ "Социосфера"



[ПОДРОБНЕЕ](#)

## СОЦИОСФЕРА

- *Российский научный журнал*
- *ISSN 2078-7081*
- *РИНЦ*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным наукам*

## PARADIGMATA POZNÁNÍ

- *Чешский научный журнал*
- *ISSN 2336-2642*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным, техническим и естественно-научным дисциплинам*

[ПОДРОБНЕЕ](#)



## СБОРНИКИ КОНФЕРЕНЦИЙ

- *Широкий спектр тем международных конференций*
- *Издание сборника в Праге*
- *Публикуются материалы по информатике, истории, культурологии, медицине, педагогике, политологии, праву, психологии, религиоведению, социологии, технике, филологии, философии, экологии, экономике*



[ПОДРОБНЕЕ](#)

## V. THE INTERACTION OF LIVING ORGANISMS WITH EACH OTHER AND WITH THE ENVIRONMENT



### К ВОПРОСУ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА ПЕДАГОГОВ

А. Э. Степанова  
В. Н. Семёнова

*Преподаватель,  
кандидат медицинских наук, доцент,  
Новосибирский государственный  
медицинский университет  
Минздрава России,  
г. Новосибирск, Россия*

---

**Summary.** The value of human health, individual groups of the population and the population as a whole is defined as an important problem in solving demographic problems in the medical and socio-economic aspect. The adaptive capacity of the organism, one of its fundamental properties, has long been considered an important criterion of health. One of the leading theories, from the position of which the concept of "health" is considered, is adaptive Health is a person's ability to maintain age-appropriate stability in conditions of sharp changes in the triune flow of sensory, verbal and structural information, health is considered as the degree of severity of adaptive (adaptive) reactions due to development of functional reserves of the body. The level of adaptive capabilities of the organism, which takes into account both homeostasis, and functional reserves, and the degree of tension of regulatory mechanisms, acts as an integral characteristic of the state of health.

**Keywords:** adaptive capacity; health; teachers.

---

#### **Цель исследования:**

Изучить адаптационные возможности организма педагогов средних общеобразовательных школ.

#### **Материалы и методы:**

Из многочисленного количества показателей и тестов, описанных в литературе и предлагаемых для оценки, в том числе и интегральной, здоровья, наиболее приемлемым для практического использования является индекс функциональных изменений системы кровообращения или адаптационный потенциал. Для его расчета использовали методику Баевского Р. М., Берсеновой А. П. В исследовании приняли участие 55 учителей.

#### **Результаты:**

Анализ результатов исследования выявил наличие удовлетворительного уровня адаптационных возможностей лишь у 47,3 % изученной выборки школьных учителей. Более половины преподавателей имеют нарушение адаптационных возможностей. Это проявлялось у каждого четвертого, 25,4 %, напряжением механизмов адаптации, при таком состоянии достаточные функциональные возможности обеспечиваются за счет резер-

вов. У каждого пятого, 20 %, зафиксировано снижение функциональных возможностей организма, так называемая неудовлетворительная адаптация. Резкое снижение функциональных возможностей организма, именуемое «срывом адаптации», наблюдается у 7,3 %.

Наличие неудовлетворительных адаптационных возможностей повышает риск развития заболеваний сердечно-сосудистой системы, которая является довольно тонким индикатором возникающих в организме изменений. Результаты исследования свидетельствуют о прямой корреляционной связи сильной степени (0,9 для систолического и 0,7 для диастолического давления) между адаптационными возможностями и проявлениями развития гипертонической болезни – по мере уменьшения степени адаптационных возможностей возрастают значения артериального давления.

Необходимо отметить наличие триады взаимосвязанных состояний – артериальная гипертензия, сахарный диабет и ожирение. Роль артериальной гипертензии в развитии сердечно-сосудистой заболеваемости и смертности при сахарном диабете хорошо известна и многократно обсуждалась в различных статьях и обзорах. При этом артериальная гипертензия может быть следствием осложнений сахарного диабета или отдельным заболеванием, развивающимся на фоне сахарного диабета. Проведенное исследование выявило достоверную связь между указанными состояниями и адаптационными возможностями. Так, по мере снижения адаптационных резервов увеличивается ИМТ (корреляция = 0,7): удовлетворительный ап - ИМТ 23,6; напряжение механизмов адаптации – ИМТ 29; неудовлетворительная адаптация – ИМТ 33,4; срыв адаптации – ИМТ 36,4, а также повышается риск развития СД (корреляция = 0,7) на 32,8 %.

#### **Заключение.**

Знание различных характеристик здоровья, адаптационных возможностей, решение проблемы количественной оценки уровня здоровья отдельного человека и конкретных социально-демографических и профессиональных групп необходимо для разработки эффективных профилактических программ по сохранению и укреплению здоровья населения, а также несет прогностическую значимость. Кроме того, целесообразно расширение знаний будущих педагогов в процессе экологического воспитания и образования по проблеме адаптации к различным факторам окружающей и производственной среды.



## СРОЧНОЕ ИЗДАНИЕ МОНОГРАФИЙ И ДРУГИХ КНИГ



*Два места издания Чехия или Россия.  
В выходных данных издания  
будет значиться*

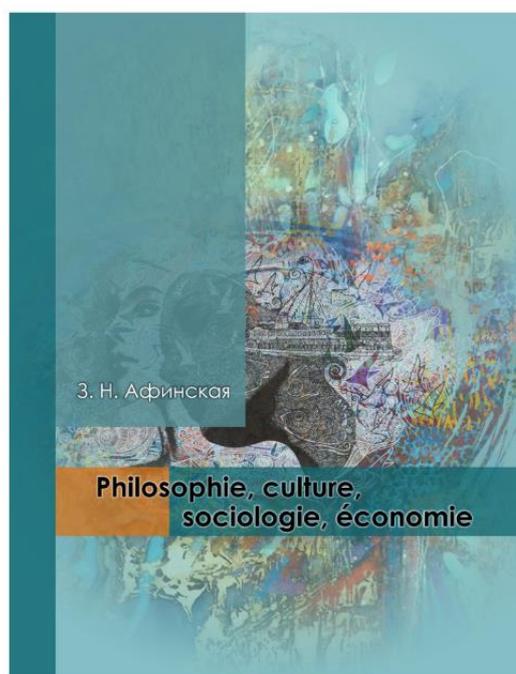
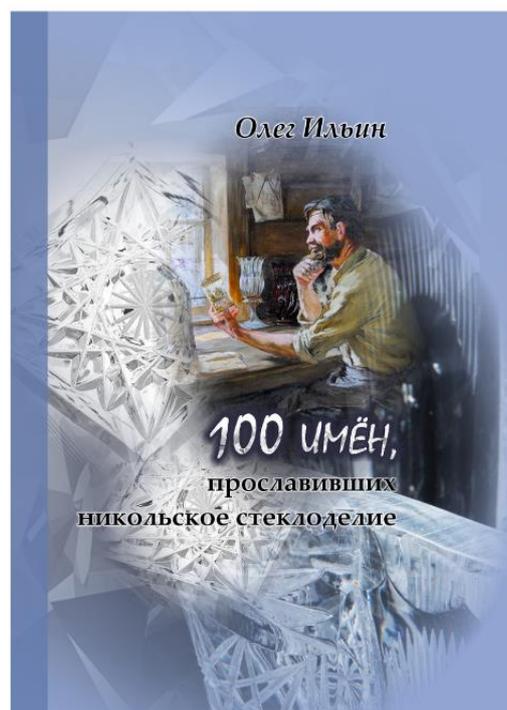
**Прага: Vědecko vydavatelské  
centrum "Sociosféra-CZ"**

*или*

**Пенза: Научно-издательский  
центр "Социосфера"**

## РАССЧИТАТЬ СТОИМОСТЬ

- Корректурa текста
- Изготовление оригинал-макета
- Дизайн обложки
- Присвоение ISBN



## У НАС ДЕШЕВЛЕ

- Печать тиража в типографии
- Обязательная рассылка
- Отсудка тиража автору