

Князева Ольга Васильевна

преподаватель

Фешина Надежда Григорьевна

преподаватель

Котикова Екатерина Алексеевна

преподаватель

ГБПОУ НО «Арзамасский медицинский колледж»

г. Арзамас, Нижегородская область

ФОРМИРОВАНИЕ ЗОЖ ЧЕРЕЗ РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОЕКТА

«ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ – СЧАСТЛИВЫЕ РОДИТЕЛИ»

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема профилактики наследственных и врожденных заболеваний.*

***Ключевые слова:** наследственные заболевания, врожденные заболевания, фенотипы, здоровый образ жизни.*

Наследственные болезни обуславливают не менее 30% ранней детской смертности и значительную часть детской инвалидности. При этом, в молодых семьях на сегодня рождаются до 5% детей с наследственными или врожденными заболеваниями [1]. Известные отечественные исследователи утверждают, что на родителей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии ложится колоссальная эмоциональная нагрузка, которая ставит под сомнение прочность семьи [3].

Л.Н. Толстой в романе «Анна Каренина» высказал глубокую мысль: «Все счастливые семьи похожи друг на друга, а каждая несчастливая семья несчастлива по-своему...» [4, с. 3]. Действительно, каждая семья, воспитывающая ребенка, у которого врожденного или приобретенное заболевание, несчастлива по-своему: умственное недоразвитие, физические недостатки, ранняя смертность и т. д.

Поэтому, одной из главных задач медико-генетической помощи населению – это профилактика индуцированных мутаций, вызываемых воздействием

самых различных факторов внешней среды (мутагенов). Такими факторами могут быть:

- физические – тепло, холод, УФО, все виды атомной радиации, рентгеновские лучи, электромагнитное излучение высокой частоты и др.;
- химические – пестициды, поступающие в организм с пищевыми продуктами в виде консервантов, красителей, ароматизаторов, антибиотиков и т. д.

При этом, наиболее опасны экологические факторы, такие как выхлопные газы или же курение сигарет с высоким содержанием смол, являющихся карцерогенами [2].

В последнее время все чаще и чаще встречаются заболевания, по клинике сходные с наследственными заболеваниями, изменяющие не саму наследственную структуру, а лишь его внешние признаки, они называются фенокопиями. Эти заболевания в большей степени вызваны интоксикацией организма (алкоголем, курением, наркотиками, большие дозы лекарственных средств и т. д.) в критические периоды органогенеза в сроке 3–9 недель беременности.

Именно профилактике развития врожденных заболеваний уделяется большое внимание в проекте «Здоровые дети – счастливые родители», реализуемый в ГБПОУ НО «Арзамасский медицинский колледж», цель которого – пропаганда медико-генетических знаний среди студентов и населения г. Арзамаса.

В рамках реализации проекта студенты проводят лекции, круглые столы, дискуссии по таким темам, как:

- влияние внешней среды и вредных привычек на плод;
- половое воспитание подростков;
- диета и беременность;
- значение медико-генетических консультаций и методов пренатальной диагностики в рождении здорового малыша.

Кроме этого, совместно с преподавателями, студенты подготовили эл. презентации «Наследственные заболевания» и «Отличие наследственных заболеваний от фенокопий».

Поэтому, считаем, что реализация данного проекта имеет большое значение, так как повышает биологическую и генетическую грамотность широких масс населения, а следовательно, снижает процент рождения больных детей. Таким образом, пропаганда ЗОЖ актуальна на всех этапах жизнедеятельности человека, начиная с подросткового возраста.

Среди молодежи и взрослого населения должны пропагандироваться знания о том, что курение, алкоголь, наркотики повышают риск возникновения той или иной патологии плода. Кроме этого, необходимо проводить экологическое воспитание за чистоту среды обитания человека, так как каждый человек должен знать, что загрязнение воздуха, воды, пищевых продуктов может способствовать появлению разнообразных мутаций. Активизация ЗОЖ среди населения – это главный путь подтверждению проекта «Здоровые дети – счастливые родители».

Список литературы

1. Бочков Н.П. Генетика в практике педиатра // Педиатрия. – 2004. – №5. – С. 13–18.
2. Генетика человека с основами медицинской генетики: Учеб. для студ. учреждений сред. проф. учеб. заведений / В.Н. Горбунова. – М.: Академия, 2012. – 240 с
3. Жедунова Л.Г. Семья с больным ребенком: содержание психологической помощи / Л.Г. Жедунова, Н.Н. Посысов // Ярославский педагогический вестник. – 2015. – №5. – С. 184–188.
4. Толстой Л.Н. Анна Каренина. – М.: Эксмо, 2014. – 961 с.