

Қызылорда медицина жоғары колледжі

## ДИПЛОМДЫҚ ЖҰМЫС

**Тақырыбы:** Қызылорда медицина жоғары колледжінде жасөспірімдер арасында семіздіктің ақпараттандырылу деңгейі қандай?

**Орындаған:** 63- топ «Мейірбике ісі» қолданбалы ғылымдар  
бакалавриаты  
Мәлік Ақгүл

# **ЖОСПАР:**

## **I. Кіріспе**

Жасөспірімдердегі семіздіктің себебі: салауатты өмір салтын ұстанбау ма немесе тұқымқуалаушылық па?

## **II. Негізгі бөлім**

### **1. Балалар мен жасөспірімдер арасындағы артық салмақ пен семіздік**

1.1. Балалар арасындағы семіздіктің әлемдік көрсеткіштері

1.2. АҚШ-тағы балалар арасындағы семіздіктің таралу деңгейі

1.3. Жасөспірімдер арасындағы семіздіктің Қазақстанда таралу көрсеткіштері

1.4. Жасөспірімдердегі семіздіктің алдын алу үшін ерте шақтағы тамақтану тәртібінің әсері

### **2. Ақпараттандыру**

*2.1 Шетелдік ақпараттандыру тәсілдері*

2.1.1. Жаңа жобаның әсері үшін: Жасөспірімдердегі семіздікке байланысты денсаулықты, мінез-құлықты жақсарту және ұзақ мерзімді ынталандыру үшін ойын рөлі мен сыйақыларды таңдау

2.1.2. Семіздікке шалдыққан жасөспірімдер мен балаларға арналған үйлесімді және дұрыс тамақтану мектебі

*2.2. Қазақстандық ақпараттандыру тәсілдері*

## **III. Зерттеу тәсілдері мен материалдар**

## **IV. Қорытынды**

## **V. Қолданылған әдебиеттер**

# Тақырыптың өзектілігі

Халықаралық семіздікті зерттеу ассоциация мәліметтері бойынша семіздіктің деңгейі жыл сайын өсіп жатыр, 1970 жылы 0,2 % құраса, 2000 жылы бұл көрсеткіш 10 есеге ұлғайып, 2% жеткен. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы деректері бойынша, жер шарында 5 жасқа дейінгі балалардың 22 млн-ы және мектеп жасындағы балалардың 155 млн-ы артық салмақ пен семіздікке шалдыққан.

Дамыған мемлекеттерде жасөспірімдердің 25% артық салмақты құраса, ал 15% семіздікке душар болған. Еуропада 7-11 жас аралығында балалардың 10-30%-да , 14-17 жас аралығындағы жасөспірімдердің 8-25%-да семіздік анықталған. Ұлттық денсаулық сақтау орталығының статистикалық мәліметтері бойынша , АҚШ- та әрбір бесінші бала артық салмақ пен семіздікке шалдыққан. Балалық шақтағы семіздік – ересек шақта дамидын жүрек- қан тамыр жүйесі ауруларының басты қауіп факторы болсада, Ресейде үлкен масштабтағы семіздіктің таралу деңгейі бойынша тексерулер жүргізілмеген.

Богалузсктағы кардиологиялық тексерулер бойынша , 60% жуық семіздікке шалдыққан 10 жасқа толмаған балаларда жүрек- қан тамыр жүйесі ауруларының дамуына себепші факторлардың бірін, ал жасөспірімдердің 20% – кардиоваскулярлық аурулардың екі немесе одан да көп факторларын иемденген.

Ер жеткен шақта семіздік 70% жағдайда артериальды гипертензияның дамуына, ал 25% – глюкозаға толеранттылықтың бұзылуына ықпал етеді .

АҚШ – та жүргізілген тексерулер бойынша, мектеп жасындағылардың әрбір сегізіншісі үш немесе одан да көп зат алмасу бұзылыстарының қауіп- қатер факторларын иемденген.

*ЭФО РМЗО* деректері бойынша, әрбір үшінші семіздікке шалдыққан жасөспірімде метаболикалық синдром бар. Балалардағы семіздіктің аурушандық деңгейі қант диабетінің 2 типімен ауыратындардың өсуімен қатар жүреді.

2001 жылы *ЭФО РМЗО* жүргізген зерттеулері бойынша, әрбір төртінші бала семіздік салдарынан ҚД-2 типімен ауырады.

Жасөспірімдердің денсаулық жағдайы бірінші ретте олардың ересек шақта дамидын ауруларды анықтау болып табылады. Сол себепті, артық салмақ пен семіздікті ерте анықтау ересек шақта дамидын ЖҚА мен ҚД-2 алдын алуға мүмкіндік береді. [1]

*Зерттеудің мақсаты:* Қызылорда медицина жоғары колледжінде жасөспірімдер арасында семіздіктің ақпараттандырылу деңгейін анықтау және алдын- алу шараларын жақсарту мақсатында жаңа жоба енгізу.

*Зерттеудің міндеті:*

- Европалық ғылыми-медициналық сайттардан тақырыпқа байланысты әдебиеттермен танысу;
- Әдебиеттерден жұмыстың зерттеу түрін, дизайнын, таңдамасын және әдісін оқу, зерттеу жұмысына қажетті ақпараттарды анализдеу;
- Студенттерден сауалнама алу
- [Қызылорда жоғары медицина колледжінің 2017-2018 оқу жылындағы 9-сынып негізіндегі 1 курс студенттерінің топтары]
- Сауалнама нәтижелерін талдау, қорытынды жасау
- Жасөспірімдер арасындағы семіздіктің алдын- алуда профилактикалық жұмыстар жүргізу

## **I.Кіріспе**

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3508415/>

**Жасөспірімдердегі семіздіктің себебі: салауатты өмір салтын ұстанбау ма немесе тұқымқуалаушылық па?**

Осы тақырып негізінде Бразилияда де Пелотас университетінің аспиранты Хелен Гонсалвес және оның топтары 80 жасөспірім мен олардың ата- аналарымен зерттеу жүргізеді.

## II. Негізгі бөлім

### Балалар мен жасөспірімдер арасындағы семіздік

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4293641/>

Балалар мен жасөспірімдер арасындағы семіздік денсаулық сақтау ұйымдарының ХХІ ғасырдағы ең маңызды жаһандық мәселелердің бірі болып саналады. Бүкіл әлемде балалар арасындағы семіздік соңғы 3 онжылдықта айтарлықтай өскен. Балалардағы семіздіктің кеңінен таралуы ерте жасында семіздікке байланысты дамиды. Ілеспелі аурулардың пайда болуына алып келеді. Балалық шақтағы семіздік барлық организмге әсерін тигізеді, соның ішінде гипертония, дислипидемия, инсулинге тәуелділік, дисгликемия, бауырдың май басу ауруы және де психосоциалдық асқынуларға алып келеді. Сонымен қатар, семіздік денсаулық сақтау ұйымының шығындарын көбейтетін ең басты себеп болып табылады.

Барлық осы аталаған себептер негізінде семіздіктің ерте шақта анықтаудың маңызы ерекше. Қазіргі таңда балалық шақтағы емдеудегі фармокотерапия нұсқалары шектеулі. Сол себепті кешенді басқару бағдарламасының құру, тиісті диетаны сақтау, жаттығу және мінез-құлықтық өзгерістер шешуші рөл атқарады.

Семіздік көп факторлы болып табылады, сондай-ақ көптеген патологияны тудыратын фенотип ретінде сипатталады. Бұл шолу педиатриялық жас тобындағы артық салмақ және семіздікке қатысты ағымдағы медициналық әдебиеттерді талдау және тиісті практикалық негізде клиникалық аспектілерін бөлуге арналған. Бұл статъяда балалардағы семіздіктің анықтамасы, таралу деңгейі және семіздік салдарынан дамиды аурулар жайында қаралады.

## 1. 2. Балалардағы семіздіктің әлем бойынша таралуы

1- кесте

**2010-2013 жылдар аралығындағы әлем мемлекетеріндегі мектеп жасындағы балалардағы семіздіктің таралу көрсеткіштері**

**5-17 жас аралығындағы балалар ( пайыздық өлшеммен берілген)**

Мемлекеттер ДДСҰ сәйкес алынған

артық дене салмағы мен семіздік IOTF критерііне сәйкес анықталған

Мемлекет	Семіз ,%		Артық дене салмағы (оның ішінде семіздік) %	
	Ер бала	Қыз бала	Ер бала	Қыз бала
Солтүстік және Оңтүстік Америка	9,6	9,3	27,9	26,3
Еуропа және бұрынғы КСРО	4,6	4,2	20,4	19,4
Таяу Шығыс және Солтүстік Африка	6,4	6,7	17,0	18,8
Оңтүстік – Шығыс Азия ( Үндістанды қоса есептегенде)	2,5	0,5	12,6	7,1
Тынық мұхитының шығыс бөлігі (Қытайды қоса есептегенде)	2,0	1,2	8,0	6,2
Африка (Сахарадан оңтүстікке қарай)	1,0	1,1	3,8	5,7
Жаһандық бағалау	3,8	3,0	14,0	12,1

## Азия мен Тынық мұхиты

Экономикалық жағынан дамыған елдерде мектепке дейінгі және мектеп жасындағы балалар арасындағы семіздіктің таралу деңгейі жоғары екендігі анықталған. Австралиялық 7-15 жас аралығындағы балалар мен жасөспірімдер арасындағы семіздіктің таралу көрсеткіштері 1985-1995 жылдар арасында 11 %-дан 21%-ға жетсе, 2007-2008 жылдар аралығында 27%-ға жеткен.

2- кесте.

**2007-2012 жылдар аралығындағы балалар мен жасөспірімдер арасындағы семіздіктің Азия мен Австралияның жеке аудандардағы таралу көрсеткіштері**

ЮТФ талаптарына (критерий) сәйкес артық дене салмағының көрсеткіштері

	Зерттеу жүргізілген жылы	Жас ерекшелікт ері	Ер бала	Қыз бала
Шри Ланка	2003	10 - 15	1,7	2,7
Қытай	2009	6 - 12	15,5	14,5
Маврикий	2006	9 - 10	+15,8	18,9
Үндістан	2007/8	2 - 17	20,6	18,3
Сингапур	1993	10	+25,5	+17,6
Тайвань	2001	6 - 18	26,8	+16,6
Австралия	2007	2 - 16	22	24
Жаңа Зеландия	2007	5 - 14	28,2	28,8



**3- кесте. 2009-2010 жж Еуропаның бірнеше мемлекеттеріндегі балалар арасындағы семіздіктің көрсеткіштері**  
**7-8 жас аралығындағы балалар, IOTF критерийіне сәйкес**

	Тучный		Избыточная масса тела ( в том числе ожирение)	
	мужчина	женский	мужчина	женский
Норвегия	3,0	4,0	13,5	17,4
Бельгия	3,9	4,9	14,5	18,4
Латвия	4,5	3,1	15,3	15,1
Чешская Республика	3,8	4,0	+15,8	14,7
Швеция	2,5	3,5	16,0	17,8
Литва	5,1	5,1	16,1	16,2
Болгария	6,6	9,0	20,1	24,2
Ирландия	6,3	5,6	21,1	22,8
Словения	7,8	6,7	24,7	23,8
Португалия	7,9	9,3	26,8	28,5
Италия	13,6	11,8	37,2	34,7

## Семь американских штаты с самыми высокими показателями ожирения детства

<https://www.fool.com/investing/general/2013/09/15/7-us-states-with-the-highest-childhood-obesity-rat.aspx>

Это приводит нас к списку наихудших преступников: семь штатов США с самыми высокими показателями ожирения детства для детей в возрасте от 10 до 17. Они (исключая округ Колумбия):

Миссисипи (21,7%)

Южная Каролина (21,5%)

Луизиана (21,1%)

Теннесси (20,5%)

Арканзас (20%)

Arizona (19,8%)

Кентукки (19,7%)

### **1.3. Жасөспірімдер арасындағы семіздіктің Қазақстанда таралу көрсеткіштері** **<http://group-global.org/kk/publication/25831-semizdikten-arylu-bugingi-kogamnyn-ozekti-mselesi>**

Семіздік біздің Қазақстанды да айналып өткен жоқ, Ұлттық зерттеулердің мәліметтері бойынша сонау 1995 жылдан бергі көрсеткіштерді сатылы түрде қарастырып өтейік:

2005 жылы 5 жасқа дейінгі балалардың 9%-ы артық салмақтан зардап шеккен;

2006 жылы 5 жасқа дейінгі балалардың 11,4%- да семіздік синдромы байқалған;

Қазақ тағамтану академиясы Қазақстанның 14 облысы мен Астана, Алматыда тұратын 1-14 жас аралығындағы 830 бала мен жасы он бестен асқан 3735 ересек адамдар денсаулығын тексерді. Еліміздегі балалардың 22 %-ы , ал ересектердің 55 %-ы (оның ішінде әйелдер 58%, ерлер 53%) артық салмақ жинаған.