

ГЕРОНТОЛОГИЙН ҮНДЭСНИЙ ТӨВӨӨР ҮЙЛЧЛҮҮЛЭГЧ НАСТНУУДЫН БИЕ БЯЛДРЫН ХӨГЖИЛ, ЧИЙРЭГЖИЛТИЙН ТҮВШИНГ ТОДОРХОЙЛСОН ДҮН

Б.Эрдэнэчимэг, Н.Занди, Т.Дулмаа, Л.Түвшинтөгс, Р.Оюунханд

Геронтологийн үндэсний төв

e-mail: gerontocenter@mongol.net

Abstract

RESULTS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF OLDER PERSONS SERVICED BY NATIONAL GERONTOLOGY CENTER

B.Erdenchimeg, N.Zandi, T.Dulmaa, L.Tuvshintogs, R.Oyunkhand

National gerontology center

e-mail: gerontocenter@mongol.net

Introduction

Since the establishment of National gerontology center in 2005, the rehabilitation cabinet is run by one physician and a nurse.

Goal

Define physical development of elderly who are serviced by national gerontology center's rehabilitation cabinet.

Materials and methods: The general 5 indicators of physical development is defined by 7 categories for 100 elderly aged between 55 and 64, who were serviced by the National gerontology center in April to June of 2012. The results were typed in SPSS 12.0.

Results: The mean age of survey involved elderly was 60.1 ± 3.2 . While 35.3 percent were male, 64.7 percent female. According to body mass index assessment of survey involved elderly, 22 percent referred to be normal, but 64 percent were overweight, 10 percent - class I obesity, and 4 percent - class II obesity.

The general score of physical development referred to be 96.2% - "A" or excellent for men and 98.6% for women.

Conclusions

1. Sixty four percent of survey involved elderly was overweight.
2. The physical development of elderly aged between 55 and 64 was 96.2 percent for the men and 98.6 percent for women.

Key words: elderly, physical development types of rehabilitation care and needs of rehabilitation care

Үндэслэл: “Нийтийн биеийн тамир, спортыг хөгжүүлэх тухай” Монгол Улсын Ерөнхийлөгчийн 2010 оны 53 дугаар зарлигийг хэрэгжүүлэх хүрээнд “Хүн амын бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшин тогтоох сорил”-ыг авах болсон. Энэ сорилоор 55-64 насны бүлгийн настнуудын бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшинг тогтоож, идэвхтэй дасгал хөдөлгөөнөөр хичээллэх нь биеэ чийрэгжүүлэх, эрүүлжүүлэхэд чухал нөлөөтэй гэж үзэж байна. Иймээс Геронтологийн үндэсний төвийн сэргээн засах эмчилгээний тасгаар үйлчлүүлсэн настнуудын бие бялдрын хөгжлийн онцлогт тохирсон шалгуураар бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшинг тогтоохыг зорилоо.

Зорилго: Геронтологийн үндэсний төвийн сэргээн засах эмчилгээний тасгаар үйлчлүүлж буй настуудын бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшин тогтоох

Зорилт:

1. Геронтологийн үндэсний төвийн сэргээн засах эмчилгээний тасгаар үйлчлүүлэгч настуудын биеийн жингийн индексийг тодорхойлох
2. Геронтологийн үндэсний төвийн сэргээн засах эмчилгээний тасгаар үйлчлүүлэгч настуудын бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшинг тодорхойлох
3. Бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшинг бие бялдрын үндсэн 5 чанарыг судлах зорилгоор 7 төрлийн шалгуураар үнэлэх

Арга зүй ба материал: Геронтологийн үндэсний төвийн сэргээн засах эмчилгээний тасгаар 2012 оны 3-5 дугаар саруудад үйлчлүүлсэн 55-64 насны бүлгийн 100 настанд 2011 онд батлагдсан биеийн бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшин тогтоох сорилын аргачлалаар тодорхойлов. Бие бялдрын үндсэн 5 чанарыг судлах зорилгоор 7 төрлийн шалгуураар нийлбэр дүнг 5 оноо (А)-Хангалттай сайн, 4 оноо (В)-Хангалттай, 3 оноо (С)-Сайн, 2 оноо (D)-Дунд, 1 оноо (F)-Хангалтгүй гэсэн үнэлгээгээр үнэлсэн болно. Судалгааны материалд статистик боловсруулалтыг SPSS 11.5 программуудыг ашигласан.

Үр дүн, хэлцэмж: Насны бүлгээр 2 ангилж үзвэл 44% нь 55-59 насныхан, 56% нь 60-64 насныхан, хүйсний хувьд 26% нь эрэгтэй, 74% нь эмэгтэй байсан ба сэргээн засах тасгаар үйлчлүүлсэн настангуудын дундаж нас 60.1 ± 3.2 байсан ба эмэгтэй настууд илүү үйлчлүүлсэн байна.

Зураг 1



Судалгаанд хамрагдсан настуудын биеийн жингийн индексийн үнэлгээгээр 22% хэвийн, 64% илүүдэл жинтэй, 10% -таргалалтын 1-р зэрэгтэй, 4% таргалалтын 2-р зэрэгтэй байв.



Бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн түвшин тогтоох сорилын нэгдсэн үнэлгээгээр эрэгтэй 96.2% - “А” хангалттай сайн, 3.8% - “В” хангалттай, эмэгтэй 98.6% - “А” хангалттай сайн, 1.4% - “В” хангалттай үнэлгээг тус тус авсан байна.

55-64 насны хүмүүсийн бие бялдрын хөгжил, чийрэгжилтийн байдлыг үнэлсэн Б.Эрдэнэчимэг, М.Түмэнжаргал (2011) нарын судалгааны үр дүнтэй харьцуулахад бидний хийсэн судалгааны үр дүн адил байна.

Дүгнэлт

1. Биеийн жингийн индексийн үнэлгээгээр илүүдэл жинтэй настан 64 хувийг эзэлж байна.
2. 55-64 насны хүмүүсийн бие бялдрын үзүүлэлтээр эрэгтэйчүүдийн 96.2, эмэгтэйчүүдийн 98.6 хувь нь хангалттай сайн үнэлгээ авсан байна.

Зөвлөмж

1. Илүүдэл жинтэй настнуудын зүрх судас, тулгуур эрхтнүүдийн үйл ажиллагааг сайжруулах, бие бялдрыг хөгжүүлэхэд чиглэсэн дасгал хөдөлгөөнөөр хичээллүүлэх
2. Бие махбодийн тэсвэр, хурд, хүч, уян хатан, тэнцвэрийн чанаруудыг хөгжүүлэх

Ашигласан ном хэвлэл:

1. “Идэвхтэй хөдөлгөөн, идэвхтэй амьдрал” 2009, х.23-24, 89-99
2. “Бие бялдрын хүмүүжлийн онол, арга зүй” 2009, х.243-252
3. Халдварт бус өвчний эрсдэл хүчин зүйлсийн тархалтын түвшин тогтоох судалгаа -2006, х.46-62
4. “Насжилт настны эрүүл мэндийн тулгамдсан асуудлууд” симпозиум илтгэлийн хураангуй 2010 он
5. “Монголын бие бялдар сэргээн засах анагаах ухаан” 2011, х.47-48
6. “Эрүүл насжилт, настны эрүүл мэндийг дэмжье” IV симпозиум илтгэлийн хураангуй 2011 он