

ва з адной шлянкі, заплеваннасць і забруджанасць месц агульнага карыстання і вуліц гарадоў).

Такія негатыўныя змены ў росце захворвання туберкулеза абгрунтаваны і многімі іншымі прычынамі і фактарамі. Найбольш уплыў маюць: зніжэнне узроўня жыцця насельніцтва ў апошнія гады, прывыканне мікабактэрыі туберкулеза к антыбіётыкам і іх высокая жывучасць у арганізме чалавека і навакольным асяродзі, здоснае ужыванне многімі людзьмі нікатына і алкаголя, а таксама пакуты адзельных асоб другімі хранічымі хваробамі.

У цэлым рост захворвання туберкулеза звязан з паніжэннем узроўня жыцця і культуры насельніцтва і забруджанасцю навакольнага асяродзя.

Прафілактыка туберкулеза ў значнай меры залежыць ад выконвання асабістай і агульнай гігіены, павышэння узроўня асабістай і агульнай культуры, свечасовага звяртання за медыцынскай дапамогай пры захворванні, а галоўнае — кожны год праходзіць прафілактычнае рэнтгенафлюаграфічнае badанне лёгкіх з мэтай ранняга выяўлення захворвання туберкулеза.

УПЛЫВ САНІТАРНАЙ АСВЕТЫ НА РАЗВІЦЦЕ НАЦЫЯНАЛЬНАЙ КУЛЬТУРЫ

Н.Ф.Змачынская

Санс тэрміна "нацыянальная культура" з'яўляецца вельмі глыбокім, у яго змест уваходзяць разнастайныя духоўныя, грамадзянскія, сацыяльныя характарыстыкі. У іх ліку значнае месца займае санітарная культура. Немагчыма весці гаворку аб культуры нашай не характарызуючы яе адносіны да здароўя, да адараўляючых дзеянняў на розных узроўнях — індывідуальным, калектыўным, сацыяльным.

Пытанням санітарнай культуры беларусаў заўсёды прыдавалі вялікае значэнне урачы. У др гоў палове ІХ і пачатку ХХ стагоддзя гэта былі саробы чытаць левіцы, праводзіць гутаркі, выдаваць медыцыну літаратуру для насельніцтва. У асноўным усё гэта валоса на філантрапічнай, дабрачыннай аснове. У пачатку ХХ ста-

годдзя праводзіліся і шчырыя мерапрыемствы, з мэтай прапаган- ды медычных ведаў, прыдагу увагі насельніцтва да праблем здо- роўя і збор сродкаў на медычныя меры, у асноўным – на бараць- бу з туберкулезам.

Пры арганізацыі Народнага камісарыята аховы здароўя Бела- русі ў яго структуры дзейнічаў спецыяльны аддзел санітарнай ас- веты. Асноўнымі ўстановамі гэтай службы сталі Дамы санітарнай асветы, адчыненыя ў пачатку 20-х гадоў у большасці значных га- радоў (Гомель, Віцебск, Мінск, Мэгілёў і інш.). Гэтыя установы арганізавалі прапаганду медычных ведаў аб прафілактыцы эпідэ- мічных і другіх захворванняў. Праводзіліся "тыдні выдааблячэн- ня", "тыдні чысціні", "трохдзённікі санітарнай асветы" і другія мерапрыемствы.

Асобае значэнне мелі курсы санітарнай граматы для супрацоў- пікаў гандлю, дзіцячых устаноў. Эпізадычныя лекцыі ў рабочых клубах і катэх-чытальнях паступова пераўтвараліся ў найбольш эфектыўныя курсавыя формы працы.

Значнымі тыражамі на беларускай, польскай і яўрэйскай мо- вах выдаваліся лістоўкі, памятки. На беларускай мове выходзіла серыя медыцынскіх выданняў "Сялянская бібліятэка".

У наступныя гады названія мерапрыемствы не атрымалі адмо- нага пашырэння, дэталізацыі, якога патрабавалі час і задачы раз- віцця нацыянальнай культуры рэспублікі. У асноўным санітарная асвета праводзілася ўстановамі сістэмы аховы здароўя і не заў- абды ў адпаведнай меры каардавала свае мерапрыемствы з другі- мі службамі, і ў першую чаргу з сістэмай народнай асветы. Адпа- ведную ролю ў удасканаленні гэтай дзейнасці мелі комплексыя планы па развіцці санітарнай асветы ў рэспубліцы ў канцы 70-х- пачатку 80-х гадоў.

Важным этапам у удасканаленні санітарнай асветы ў рэспублі- цы сталі 80-я гады. З улікам міжнароднага вопыту ў Беларусі бы- лі распрацаваны "рэгіянальныя і атраслявыя праграмы "Здароў'е", значным раздзелам якіх стала шырокая дзейнасць санітарнай асве- ты. Адначасова ў рэспубліцы ішло стварэнне службы здаровага воб- раза жыцця і рэарганізацыя Дамы санітарнай асветы ў Цэнтры здо- роў'я.

Асноўнай задачай новай службы стала каардынацыя дзейнасці

розних органау, устаноу, громадзких організацій на спвярженне здоровага вобраза жыцця. Укладам у гэту адейнасць павінна стаць і праца кафедр медычнай падрыктоўкі БДУ і другіх вышэйшых устаноу рэспублікі.

Паляпшэнне эканамічнага стану рэспублікі дазволіць у поўнай меры рэалізаваць намечаныя перабудовы, што ў сваю чаргу акажа уплыў на нацыянальную культуру рэспублікі.

УПЛЫў ФІЗІЧНЫХ ПРАКТЫКАВАННЯў З МАСАЖАМ НА ЦЯЖАННЕ ЭКЗАМЕНАЦЫЙНАГА СТРЕСУ У СТУДЭНТАў

В.П.Дзядзічкін

У метах пошуку зніжэння нервова-эмацыянальнага напружання у студэнтау у час адачы экзаменау намі даследаваны уплыў фізічных практыкаванняў з масажам і экстракта элеўтэракока на вышэйшыя псіхічныя функцыі. На працягу экзаменацыйнай сесіі з пяці экзаменау у студэнтау філалагічнага факультэта універсітэта даследаваўся аб'ём кароткачасовай памяці, канцэнтрацыя і пераключэнне увагі і хуткасць аперацый мыслення. Першая група студэнтау была кантрольнай, другая выконвала комплекс фізічных практыкаванняў з самамасажам, трэцяя атрымлівала экстракт элеўтэракока. Даследаванні праводзіліся да і пасля экзамена.

Аналізуючы паказчыкі вышэйшых псіхічных функцый, можна сказаць, што да другога экзамена адбываецца актывізацыя функцый памяці, увагі і мыслення. Дастаткова высокія паказчыкі гэтых функцый захоўваюцца і у час трэцяга і чацвёртага экзаменау. Для пятага экзамена характэрна зніжэнне аб'ёма караткачасовай памяці, што указвае на з'яўленне прыкмет стомы.

Паказчыкі памяці да і пасля экзамена: першага - $5,0 \pm 0,3$ і $5,4 \pm 0,3$ сімвала; другога - $6,0 \pm 0,3$ і $4,4 \pm 0,6$; трэцяга - $5,4 \pm 0,3$ і $4,6 \pm 0,5$; чацвёртага - $5,3 \pm 0,4$ і $5,0 \pm 0,3$; пятага - $4,7 \pm 0,5$ і $5,0 \pm 0,3$. Паказчыкі увагі да і пасля экзамена: першага - $41,7 \pm 2,7$ і $30,9 \pm 1,7$; другога - $33,1 \pm 2,0$ і $37,5 \pm 4,1$; трэцяга - $30,0 \pm 3,1$ і $32,5 \pm 2,8$; чацвёртага - $33,4 \pm 2,2$ і $29,6 \pm 2,0$; пятага - $30,3 \pm 2,2$ і $28,6 \pm 5,6$ с. Паказчыкі мыслення да і пасля экзамена-