

исследованы с 2006 по 2013 гг. путем опроса более чем 2500 работающих, 1000 работодателей и специалистов по охране труда. Большинство респондентов (63%) отметили, что УЗРМ это индивидуальная ответственность, одна треть (33%) считает, что УЗРМ — ответственность специалиста по охране труда. УЗРМ чаще рекомендуется специалистами по охране труда (42%). Большинство специалистов (77%) вполне могут осуществить меры по УЗРМ, 38% респондентов готовы посвятить УЗРМ два часа в неделю, 90% опрошенных считают, что к УЗРМ важно привлекать членов семьи. Типичные направления УЗРМ: увеличение физической активности и поощрение здорового образа жизни, профилактика и смягчение зависимостей. Проанализированы ответы респондентов о различных мероприятиях по УЗРМ (укрепление здоровья, физические упражнения, спортивные мероприятия, душевые, столовые, комнаты отдыха и др.). Мероприятия по УЗРМ могут быть проведены и во время ПМО. Почти половине работодателей не удается отправить свой персонал на ПМО. Число сотрудников, которые посетили ПМО (в 2006 г. — 63,7%, в 2010 г. — 68,2%, в 2013 г. — 84,5%). **Вывод.** Проведенный анализ поможет адекватно планировать конкретные мероприятия по УЗРМ.

УДК 612.776.1

РАЗРАБОТКА КРИТЕРИЕВ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПРИ УМСТВЕННОМ ТРУДЕ

Юшкова О.И., Матюхин В.В., Капустина А.В., Порошенко А.С., Калинина С.А., Ониани Х.Т.

ФГБНУ «НИИ медицины труда», пр-т Буденного, 31, Москва, Россия, 105275

CRITERIA'S DEVELOPMENT OF PHYSICAL CAPASITY FOR MENTAL WORK. Yushkova O.I., Matyukhin V.V., Kapustina A.V., Poroshenko A.S., Kalinina S.A., Oniani Kh.T. FSBSI «Research Institute of Occupational Health», 31, Prosp. Budennogo, Moscow, Russia, 105275

Ключевые слова: функциональное состояние, перенапряжение, общая физическая работоспособность.

Key words: functional status, overstrain, general physical capacity.

Для работников умственного труда характерна малая двигательная активность, длительное воздействие стресс-факторов, формирующих неблагоприятное функциональное состояние — перенапряжение. **Цель работы:** разработка критериев общей физической работоспособности (ОФР) по показателям RWC_{170} и максимального потребления кислорода (МПК), обеспечивающих высокий уровень функционального состояния организма и обоснование мер коррекции ОФР. Проведены комплексные психофизиологические исследования на 11 профессиональных группах работников умственного труда в возрасте от 25 до 39 лет с учетом гендерных различий. Оценка уровня физической подготовленности работников умственного труда позволила выделить группы с низким, средним и высоким уровнем ОФР. У женщин, имеющих МПК ниже 36 мл/кг мин и RWC_{170} ниже 13 кгм/минкг, у мужчин с МПК ниже 45 мл/кг мин и RWC_{170} меньше 18 кгм/минкг, наблюдались нарушения в деятельности сердечно-сосудистой и центральной нервной систем: превышение должных величин артериального давления, возрастание среднесменных значений частоты сердечных сокращений (более выраженное у мужчин), повышение индекса функциональных изменений системы кровообращения; снижение концентрации внимания к концу смены у мужчин на 13,7%, у женщин на 20,0% от исходного, объема кратковременной памяти, соответственно на 16,8%, и 23,1%; возрастание скрытого времени зрительно-моторной реакции у мужчин на 24,8% и женщин 15,7%, что превышает физиологические нормы рабочего напряжения организма. На основании проведенных исследований разработана градация показателей ОФР и величин МПК на основе бального ранжирования критериальных характеристик в пределах одной сигмы дифференцировано для мужчин и женщин. Разработаны критерии ОФР с нормативными значениями в диапазоне «плохое», «удовлетворительное» и «хорошее» и обоснована профилактическая комплексная программа средств физической культуры.

УДК 616-057+616.833.24-002

АНАЛИЗ СТРУКТУРЫ СОПУТСТВУЮЩИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПРИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВОЙ РАДИКУЛОПАТИИ ГОРНОРАБОЧИХ

Яковлева Н.В.

ГБОУ ВПО РостГМУ Минздрава России, пер. Нахичеванский, 29, г. Ростов-на-Дону, Россия, 344022

COMORBIDITY STRUCTURE IN MINERS WITH OCCUPATIONAL LUMBOSACRAL RADICULOPATHY. Yakovleva N.V. The Rostov State Medical University, 29, Nakhichevansky str., Rostov-on-Don, Russia, 344022

Ключевые слова: профессиональная пояснично-крестцовая радикулопатия, коморбидность, горнорабочие.

Key words: occupational sciatica, comorbidity, miners.

Коморбидность — часто встречающееся явление, в том числе в клинике профессиональных болезней, которое увеличивает тяжесть состояния и ухудшает прогноз. По российским данным, частота коморбидности составляет 94,2%. **Цель:** проанализировать структуру заболеваний, коморбидных профессиональной радикулопатии горнорабочих. **Результаты.** Проведен анализ амбулаторных карт 505 пациентов мужского пола (средний возраст $52,5 \pm 5,6$ лет), состоящих на учете в центре профпатологии ГБУ РО «Лечебно реабилитационный центр №2» г. Шахты с основным диагнозом профессиональная пояснично-крестцовая радикулопатия, имеющих вредный стаж работы на