

THỰC TRẠNG CONG VẠO CỘT SỐNG CỦA HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG CẨM GIÀNG, HUYỆN CẨM GIÀNG, TỈNH HẢI DƯƠNG

Nguyễn Ngọc Hưng¹; ThS. Nguyễn Xuân Thành²; ThS. Đặng Đình Dũng³

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy đã đánh giá thực trạng cong vẹo cột sống của học sinh trường trung học phổ thông Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương. Qua kiểm tra đánh giá nhiều học sinh bị cong vẹo cột sống với 43.09% (377/875 học sinh) chủ yếu ở mức độ 1 và mức độ 2 về cong vẹo cột sống, cụ thể: mức độ 1 là 79.05% với 298 học sinh; mức độ 2 là 20.95% với 79 học sinh.

Từ khóa: thực trạng, cong vẹo cột sống, học sinh, trung học phổ thông Cẩm Giàng

Abstract: By conventional research methods, the scoliosis status of students at Cam Giang high school has been assessed, Cam Giang district, Hai Duong province. Through assessment, many students have scoliosis with 43.09% (377/875 students) mainly at level 1 and level 2 about scoliosis, specifically: level 1 is 79.05% with 298 the student; Level 2 is 20.95% with 79 students.

Keywords: reality, scoliosis, pupil, Cam Giang high school

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Một trong những chứng bệnh làm biến dạng tư thế phổ biến hiện nay ở lứa tuổi học đường là chứng cong vẹo cột sống (CVCS). Theo nghiên cứu của Cục Quản lý môi trường y tế và Viện Sức khỏe nghề nghiệp và môi trường năm 2019 tỉ lệ học sinh phổ thông bị mắc CVST là 7,4%, tăng theo cấp học; tỉ lệ học sinh nữ bị CVST cao hơn so với học sinh nam. CVST mức nhẹ có thể gây hậu quả nghiêm trọng, nhưng nếu không điều chỉnh và điều trị sớm có thể bị nặng hơn gây ảnh hưởng lớn đến sức khỏe như: gây ra chứng đau lưng, hạn chế vận động của hệ thống cơ xương. Một số trường hợp nặng có thể gây rối loạn tư thế, dị dạng thân hình, hạn chế khả năng hòa nhập cộng đồng; gây biến dạng xương chậu, ảnh hưởng đến các chức năng khác trong cơ thể. Tập luyện thể dục thể thao thường xuyên cũng chính là giúp cơ thể phát triển cân đối, hài hòa, khắc phục khiếm khuyết, là biện pháp điều trị các bệnh về tư thế do quá trình học tập, lao động và sinh hoạt gây nên.

Qua quan sát học sinh của trường Trung học phổ thông (THPT) Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương nhiều học sinh bị sai tư thế, đứng bị lệch trước, sau, cong vẹo. Tuy nhiên, đến nay vẫn chưa có những đánh giá cụ thể về các mức độ cong vẹo cột sống của học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương. Với tính cấp thiết đó, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **Thực trạng CVST của học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện**

Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn, toạ đàm, kiểm tra y học và toán học thông kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN:

2.1. Các mức độ CVST:

CVST gồm 3 mức độ:

Cong vẹo độ 1: cột sống vẹo nhẹ vẹo do tư thế là chủ yếu. Các cơ 2 bên lưng chưa mất cân đối. Nếu cho học sinh rướn thẳng lưng hoặc cúi gập người, chân thẳng hoặc treo người trên xà đơn thì hình dáng vẹo của cột sống sẽ biến mất. Nếu tích cực luyện tập thể dục thể thao phối hợp với các động tác chỉnh hình, đồng thời sửa chữa tư thế xấu trong lao động, học tập và sinh hoạt thì vẹo sẽ nhanh khỏi

Cong vẹo độ 2: Cột sống vẹo vừa, chưa thành tật biểu hiện lệch vai, lệch xương bả rõ hơn. Cơ hai bên lưng mất cân đối. Khi cho rướn thẳng người, cúi người hoặc treo người trên xà đơn, vẹo có giảm bớt nhưng không mất hẳn. Thể dục chỉnh hình có khả năng sửa chữa vẹo độ 2 giảm và khỏi hẳn, song thời gian tập phải công phu và lâu hơn vẹo độ 1.

Cong vẹo độ 3: Cột sống vẹo nặng, độ vẹo rõ ràng và đã thành tật. Có những biến đổi đáng kể về phần dây chằng cột sống, các cơ liên quan đến cột sống và các đốt sống có thể bị biến dạng hoặc dính. Do đó, chỗ vẹo mang tính chất có tật. Cơ 2 bên lưng mất cân đối rất rõ. Đối với vẹo số 3 dù cúi người, treo người, vẹo vẫn không thay đổi hoặc có

1. Trung tâm Hamixu fitness Center

2. Trường Đại học Ngoại thương

3. Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

giảm nhưng rất ít, chỗ vẹo còn có thể bị đau, thể dục chỉnh hình rất cần thiết với vẹo cột sống, nhưng muốn chữa vẹo độ 3 thì phải phối hợp thể dục với các phương pháp ngoại khoa khác.

Như vậy, vẹo cột sống nếu không được phòng và chữa sớm sẽ tiến triển từ nhẹ tới nặng. Vẹo cột sống càng nặng giải quyết càng khó. Bởi vậy, cần phát hiện vẹo sớm khi còn ở mức nhẹ và áp dụng ngay thể dục chỉnh hình thì kết quả điều trị mới tốt. Nhưng tốt nhất vẫn là tập thể dục đúng đắn, thường xuyên từ khi cột sống còn bình thường. Đó là biện pháp phòng chống CVST chủ động và tích cực nhất.

2.2. Đánh giá thực trạng CVST của học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương

Thông qua phương pháp kiểm tra y học, đề tài đã đưa ra được thực trạng CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng (năm 2019) và kết quả được trình bày ở bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy trong tổng số 875 học sinh được kiểm tra phân loại có 377 chiếm 43% bị

CVST, trong đó: 98 nam chiếm 11.20% và 279 nữ chiếm 31.89%. Như vậy, có thể thấy tỷ lệ CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương chiếm khá cao, và tỷ lệ nữ bị CVST cao hơn nhiều lần so với nam (nhiều hơn 20.69%).

Từ kết quả đánh giá số lượng học sinh bị CVST. Chúng tôi tiến hành đánh giá hình dạng CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng theo phân loại hình dạng CVST đã xác định. Kết quả được thể hiện qua bảng 2.

Kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương bị CVST theo các hình dạng khác nhau có tỷ lệ khác nhau. CVST hình dạng chữ C thuận là 168 học sinh chiếm tỷ lệ cao nhất 44.56%; Tỷ lệ giảm dần với hình dạng chữ C nghịch là 84 học sinh chiếm 22.3%; hình dạng chữ S thuận là 79 học sinh chiếm 20.9%; cuối cùng là hình dạng chữ S nghịch là 46 học sinh chiếm 12,3%. Không có học sinh nào cong vẹo theo các dạng khác.

Bảng 1. Thực trạng CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương

TT	Số học sinh khảo sát	Số lượng	Tỷ lệ %
1	Tổng số học sinh khảo sát	875	100.0
2	Số học sinh bị CVST:	377	43.09
	Nam	98	11.20
	Nữ	279	31.89

Bảng 2. Thực trạng hình dạng CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương

Hình dạng CVST		Số lượng học sinh	Tỷ lệ %	χ^2	P
Loại CVST	CT: vẹo hình C thuận	168	44.56	201.74	0.001
	CN: vẹo hình C nghịch	84	22.28		
	ST: vẹo hình S thuận	79	20.95		
	SN: vẹo hình S nghịch	46	12.20		
	Các dạng khác	0	0.00		
Tổng		377	100		

Như vậy, thực trạng CVST của học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương có sự chênh lệch giữa các hình dạng và bị CVST hình dạng chữ C thuận chiếm tỷ lệ cao nhất thể hiện khi so sánh $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.001$. Điều này, tương đồng với nhiều kết quả nghiên cứu, đánh giá của về CVST ở trong nước.

Sau khi đánh giá được hình dạng CVST học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương chúng tôi tiến hành xác định các mức độ CVST của học sinh. Kết quả thể hiện tại bảng 3.

Kết quả thu được ở bảng 3 cho thấy: Trong số 377 học sinh bị CVST mức độ I là cao nhất có 298 học sinh chiếm 79.05%; Thứ hai là CVST mức độ II là 79 học sinh chiếm 20.95%; Không có học sinh nào CVST mức độ III 0%.

Qua số liệu thống kê trên cho thấy có sự khác biệt rõ rệt tỷ lệ mức độ CVST của học sinh toàn trường, số học sinh bị CVST ở mức độ I chiếm tỷ lệ

cao nhất, gấp 4 lần so với học sinh bị CVST mức độ II và không có học sinh nào bị CVST ở mức độ III. Thể hiện ở $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.001$.

Sau khi đã đánh giá được hình dạng và mức độ CVST của học sinh trường THPT Cẩm Giàng, chúng tôi tiến hành tổng hợp về hình dạng và mức độ CVST mắc phải theo giới tính của học sinh trường THPT Cẩm Giàng được trình bày ở bảng 4:

Kết quả bảng 4 cho thấy có sự khác biệt rõ rệt về hình dạng và mức độ CVST theo giới tính của học sinh trường THPT Cẩm Giàng. Về hình dạng cả nam và nữ đều tập trung nhiều ở hình dạng Ct, còn về mức độ CVST tập trung ở mức I.

Để đánh giá cụ thể hơn, chúng tôi đánh giá phân loại theo từng khối lớp 10, khối lớp 11 và khối lớp 12. Kết quả cụ thể tại bảng 5:

Kết quả bảng 5 cho thấy tỷ lệ CVST của học sinh trường THPT Cẩm Giàng có xu hướng tăng dần theo khối lớp: Thấp nhất là khối lớp 10 có 116 học

Bảng 3. Thực trạng mức độ CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương

Mức độ CVCS	Số lượng HS	Tỷ lệ %	χ^2	P
I	298	79.05	379.33	0.001
II	79	20.95		
III	0	0.0		
Tổng	377	100		

Bảng 4. Thực trạng hình dạng và mức độ CVST mắc phải theo giới tính của học sinh trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương.

Giới tính		Hình dạng CVST				Mức độ CVST			Tổng
		Cn	St	SN	I	II	III		
Nữ	Số lượng	143	62	45	29	219	60	0	279
	Tỷ lệ (%)	51.25	22.22	16.13	10.39	78.49	21.51	0.00	100.0
Nam	Số lượng	46	17	12	23	70	28	0	98
	Tỷ lệ (%)	46.94	17.35	12.24	23.47	71.43	28.57	0.00	100.0
Cộng	Số lượng	189	79	57	52	289	88	0	377
	Tỷ lệ (%)	50.13	20.95	15.12	13.79	76.66	23.34	0.00	100.0

Bảng 5. Thực trạng CVST mắc phải theo khối của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương

Khối lớp	10	11	12	Cộng
Số lượng	116	124	137	377
Tỷ lệ (%)	30.77	32.89	36.34	100
χ^2	1.79			
P	>0.05			

sinh chiếm 30.77%, tăng dần lên khối lớp 11 có 124 học sinh chiếm 32.89%, và chiếm tỷ lệ cao nhất là khối lớp 12 với 137 học sinh chiếm 36.34%. Như vậy, theo đánh giá về khối lớp tương ứng với lứa tuổi học sinh cao hơn thì tỷ lệ học sinh bị CVST cũng tăng hơn.

Kết quả khảo sát của chúng tôi cho thấy phù hợp với hầu hết các nghiên cứu về CVST ở Việt Nam, các tác giả đều ghi nhận tỷ lệ CVST ở học sinh phổ thông dao động từ khoảng 25- 35%.

3. KẾT LUẬN

Qua đánh giá thực trạng CVST của học sinh Trường THPT Cẩm Giàng, huyện Cẩm Giàng, tỉnh Hải Dương cho thấy có 377 học sinh trong tổng số 875 học sinh khảo sát bị CVST chiếm 43.09%, trong đó học sinh nữ là 279 học sinh chiếm 31.89% bị CVST cao hơn nam với 98 học sinh chiếm 11.20%. Hình dạng CVST của học sinh bị ở cả 4 hình dạng vẹo hình C thuận C nghịch, S thuận và S nghịch, nhưng chủ yếu là cong vẹo thuận (vẹo hình C thuận) ở cả nam và nữ với kết quả so sánh có sự khác biệt với $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.001$. Mức độ CVST cũng tập trung ở mức I (mức nhẹ) với 298 học sinh chiếm 79.05% mức II thấp hơn là 20.95% có sự khác biệt lớn với $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.001$. Phân theo CVST theo khối lớp thì học sinh khối lớp 12 là cao nhất, tiếp đến là khối lớp 11 và cuối cùng là lớp 10, nhưng sự chênh lệch không có ý nghĩa thống kê với $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P > 0.05$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ngô Thị Bông Bé và cộng sự (2006), “Thực trạng CVST và ảnh hưởng của nó lên một số chỉ tiêu thể lực, thể chất, sinh lý và năng lực trí tuệ của học sinh THCS trên địa bàn thành phố Vinh và huyện Nghi Lộc - Nghệ An”. Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất, y tế học đường.

2. Sơn, N. Đức., Thủy, N. T. B. , Hải, D. N., Nam, D. C., Giang, N. T., Toàn, B. H., & Tùng, L. V... (2021). *Thực trạng CVST ở học sinh phổ thông tại một số tỉnh tại Việt Nam năm 2019. Tạp Chí Y học Dự phòng*, 30 (4 Phụ bản), 69–73. <https://doi.org/10.51403/0868-2836/2020/221>

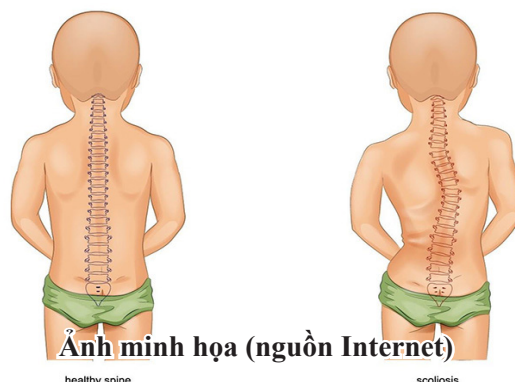
3. Đào Thị Mùi (2009), CVST ở học sinh phổ thông Hà Nội: *Thực trạng và giải pháp can thiệp*, Luận án tiến sĩ y học, Viện Vệ sinh dịch tễ Trung ương

4. Ngọc Phong (2007), *Nghiên cứu thực trạng CVST của học sinh tại một số trường phổ thông trên địa bàn TP Hà Nội*. Tuyển tập NCKH GDTC, sức khỏe trong trường học các cấp, NXB TDTT, Hà Nội

5. Vũ Đức Thu, Lê Kim Dung, Đào Ngọc Phong và cộng sự (2001) “*Tình hình cận thị và CVST ở học sinh thành phố Hà Nội*”. Tuyển tập NCKH GDTC, sức khỏe trong trường học các cấp, NXB TDTT, Hà Nội, tr. 215 – 220.

Nguồn bài báo: được trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài “*Đánh giá thực trạng CVST của học sinh trường THPT Cẩm Giàng – huyện Cẩm Giàng – tỉnh Hải Dương*”, Nguyễn Ngọc Hưng, Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội, 2019.

Ngày nhận bài: 19/9/2022; **Ngày duyệt đăng:** 16/10/2022.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)