Кавецкий А. С., Петрашевская О. С.

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ, АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА ВО ВРЕМЯ СЕССИИ

Научный руководитель: кан. мед. наук, доцент Месникова И. Л.

Кафедра поликлинической терапии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Каждая сессия – это ответственный период в жизни любого студента, требующий максимального сосредоточения сил на подготовке к сдаче экзаменов. Учёба в Белорусском государственном медицинском университете (БГМУ) подразумевает охват большого количества материала и особую интенсификацию умственного труда в этот период. Как следствие, имеется риск развития пограничных нервно-психических состояний и заболеваемости психосоматического типа, ухудшения качества жизни (КЖ).

Цель: изучить состояние здоровья, адаптации организма и качество жизни студентов-медиков во время зимней сессии.

Материалы и методы. В настоящее проспективное исследование методом случайной выборки был включён 51 студент УО «БГМУ», в том числе 5 мужчин (9,8%) и 46 женщин (90,2%). Средний возраст студентов составил 21,04 ± 0,85 года.

Исследование проводилось до и после зимней сессии с использованием следующих методов: а) анамнестического анкетирования (собственная разработка); б) оценки иммуноэндокринного звена адаптации по Л. Х. Гаркави «Определение реакций адаптации и уровней реактивности организма»; в) методики И. Н. Гурвича «Определение нервно-психической адаптации»; г) русскоязычного общего опросника RAND-36 для оценки КЖ.

Достоверность результатов исследования оценивалась методом вариационной статистики с использованием критерия t Стьюдента.

Результаты и их обсуждение. Проведенное исследование показало, что у 12 студентов (23,5%) в анамнезе имеются указания на различные хронические заболевания. При этом только 5 человек (9,8%) ведет здоровый образ жизни.

При исследовании состояния иммуноэндокринного звена адаптации организма (по Л. Х. Гаркави) установлено, что до зимней сессии высокий и средний уровень здоровья имели только 12 студентов (23,5%), состояние предболезни – 9 (17,6%) и болезни – 30 (58,9%), а после сессии соответственно 13 (25,5%), 9 (17,6%) и 29 (56,9%). При этом достоверно увеличилось количество студентов с состоянием стресса – с 2 человек (3,9%) до 6 (11,7%).

Исследование состояния нервно-психического звена адаптации (по И. Н. Гурвичу) до и после сдачи экзаменов показало, что средний уровень нервно-психического напряжения студентов существенно не изменился, соответствовал срыву адаптации (болезни) и составил соответственно 24,25 ± 1,98 и 24,17 ± 1,86 балла.

При исследовании КЖ студентов до сессии установлено снижение показателей, касающихся психоэмоциональной сферы жизнедеятельности и общего восприятия здоровья, при этом не выявлено достоверной динамики показателей КЖ после экзаменов.

Выводы.

1. Здоровый образ жизни ведет только 9,8% студентов БГМУ, 23,5% студентов имеют различные хронические заболевания.
2. У студентов-медиков до и после зимней сессии имеются нарушения в иммуноэндокринной и нервно-психической составляющих состояния адаптации организма - преобладает срыв адаптации.
3. Показатели КЖ студентов умеренно снижены по шкалам, касающимся психоэмоциональной сферы жизнедеятельности и общего восприятия здоровья, и достоверно не меняются во время зимней сессии.

Репозиторий БГМУ