

Прохоров Д.Ю.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СТАТУС СТУДЕНТОВ 3 КУРСА МЕДИЦИНСКОГО ИНСТИТУТА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПРИВЫЧНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Научный руководитель: д-р мед. наук, проф. Вeneвцева Ю.Л.

*Кафедра пропедевтики внутренних болезней
Тульский государственный университет, г. Тула*

Актуальность. Субклинические проявления апатии могут негативно отражаться на здоровье студентов во время обучения. Регулярная самостоятельная физическая активность приводит к выделению нейромедиаторов, в частности дофамина, что может положительно отражаться на психологическом состоянии молодых людей.

Цель: изучение психоэмоционального статуса у студентов медицинского института с разным уровнем физической активности.

Материалы и методы. В марте 2023 года 113 студентов медицинского института ТулГУ (82 девушки и 31 юноша) в рамках лекционных занятий по пропедевтике внутренних болезней прошли анкетирование для оценки уровня физической активности и наличия признаков апатии с использованием шкалы апатии (SAS; Starkstein et al., 1992). Уровень физической активности считался достаточным, если молодые люди указывали, что занимаются дополнительно два и более раз в неделю на любительском уровне. В группу физически активных студентов вошли 32 девушки (39%) и 19 юношей (61%). В группу малоактивных студентов вошли молодые люди, отметившие только ходьбу пешком.

Для оценки достоверности различий ($p < 0,05$) между группами использовали пакет анализа MS Office Excel 2011. Данные представлены как $M \pm m$.

Результаты и их обсуждение. Средняя сумма баллов (б) по шкале апатии была выше у не занимающихся девушек по сравнению с активными девушками ($14,9 \pm 0,9$ и $9,7 \pm 1,1$ б при $p = 0,001$). Субклинические проявления апатии (более 14 баллов) чаще встречались также у не занимающихся девушек (42%) в сравнении с подвижными девушками (28%). Среди юноши различий не наблюдалось.

При изучении отдельных проявлений апатии было обнаружено, что активные девушки несколько реже (9%) отмечали безразличие к повседневным делам за последние две недели (2 балла и выше), реже ощущали дефицит энергии (34%), а также жаловались на чувство апатии (9%) по сравнению с не занимающимися девушками (соответственно, 18%, 54%, 16%). 32% неактивных девушек отметили проблемы с сохранением настроения для повседневных дел, среди активных девушек 9% соответственно.

Малоподвижные юноши чаще жаловались на дефицит энергии (31%) и утрату интереса к повседневным делам (23%), в то время как активные юноши в 21% и 11% случаев.

Выводы: физическая активность любительского уровня благоприятно влияет психологическое состояние молодых людей. Занятия любительскими видами спорта способствовали сохранению настроения для повседневных дел и снижению чувства апатии.