

Астрейко К.Д.

ОЦЕНКА ДЕПРЕССИИ, ТРЕВОГИ И СТРЕССА СРЕДИ СТУДЕНТОВ В БГМУ

Научный руководитель: ст. преп. Романенко О.В.

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression, Anxiety, and Stress Scale-21, DASS-21) С. Ловибонда и П. Ловибонда является одной из наиболее распространенных шкал психологического дискомфорта в современном мире. Она играет важную роль в выявлении нарушения психологического здоровья населения. Данное исследование затрагивает особую группу населения – студентов-медиков, которые имеют факторы риска, связанные с особенностями образовательной деятельности (хронический стресс, чрезмерная нагрузка, недостаток сна, нарушение питания, инфицирование при контактах с пациентами).

Цель: изучить уровень депрессии, тревоги и стресса среди студентов Белорусского государственного медицинского университета (БГМУ).

Материал и методы. Использованы социологический и статистический методы исследования. Проведено анкетирование 250 студентов с применением разработанной электронной анкеты на платформе Google Forms, которая включала вопросы, касающиеся субъективной оценки здоровья, образа жизни респондентов, состояния психологического здоровья и моральных ценностей. Среди опрошенных преобладали лица в возрасте 18-21 год, удельный вес которых составил женщин (76,7%) и мужчин (23,3%). Статистическая обработка данных осуществлялась с использованием пакета прикладных программ Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. Удельный вес респондентов - 25,9 % оценивают часто напряжение своего организма в течение дня, 44,8%-«иногда», 19,8%-«редко», «никогда»-12,2%, также среди студентов преобладают те, кто испытывает стресс, тревогу весь день процент таких студентов составил 4,3 %, что связано с психоэмоциональной нагрузкой на первых курсах учебы. Следует отметить, что с увеличением стресса и тревоги, проявляются физические симптомы. процент который составил у студентов которые испытывают «всегда»-9,5%, «часто»-11,2%, «иногда»-23,3%, «никогда»-56%, у студентов заметны такие признаки: учащение сердцебиения, дрожь, потливость, проблемы со сном.

Более половины студентов отмечают, что у них нет в последнее время сил и энергии на учебу, на любимые занятия и саморазвитие. 93,9% имеют проблемы с концентрацией во внимании во время учебы, а 6,1%- не имеет проблему. Изменение в аппетите во время учебы отметило 40,5% респондентов, что способствует увеличению стресса и тревоги, а также ухудшения физического здоровья.

Студентов посещают мысли о безысходности, когда происходят нелепые ситуации - «всегда»-5,2%, «часто»-7,8%, «иногда»-16,4%, «редко»-37,9%, «никогда»-32,8 %, чувство подавленности и печаль на протяжении дня «всегда»-3,4%, «часто»-11,1%, «иногда»- 38,5%, «редко»-40,2%, «никогда»-6,8%.

Основными факторами, влияющими на тревогу и стресс среди студентов БГМУ, являются «Проблемы со сном», «Неумение справляться со стрессом», «Трудность в общении с другими», «Изменение в аппетите, что привело к изменению веса», а также «Сниженная концентрация внимания во время учебы, а также «Сниженная концентрация внимания во время учебы».

Выводы. Уровень депрессии, тревоги и стресса среди студентов показывает важность психического и психологического благополучия студентов. Настораживает тот факт, что студенты испытывают беспокойство, страх, тревогу в течение дня, отмечается снижение психологического здоровья, а также физического у студентов, что требует принятия мер, направленных на уменьшение стресса и тревоги.