

Валюшко Р.Н.

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СКЛОННОСТИ К СИНДРОМУ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ
И ГИПЕРАКТИВНОСТИ, КАЧЕСТВА СНА, НАЛИЧИЯ СКЛОННОСТИ
К РАССТРОЙСТВАМ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ И АКАДЕМИЧЕСКОЙ
ЭФФЕКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ**

Научный руководитель: ст. преп. Гайкович Ю.В.

Кафедра нормальной физиологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Среди студентов симптомы синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), нарушения сна и особенности пищевого поведения могут быть связаны с ухудшением учебной деятельности. Вместе с тем их сочетанное влияние на показатели успеваемости и затраты времени на подготовку к занятиям изучено недостаточно.

Цель: оценить распространённость высокого риска СДВГ, значимых нарушений сна и склонности к расстройствам пищевого поведения у студентов БГМУ, а также выявить взаимосвязи между указанными показателями и параметрами учебной деятельности.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 103 студента в возрасте от 17 до 26 лет, в том числе 75 женщин и 28 мужчин. Сбор данных проводился методом онлайн-анкетирования. Для оценки выраженности симптомов СДВГ использовали адаптированную шкалу ASRS, для оценки качества сна – опросник PSQI. Склонность к расстройствам пищевого поведения оценивали с помощью опросника EAT-26. Для проверки статистической достоверности связей между переменными использовались параметрические методы (корреляционный анализ Пирсона, t-критерий для независимых выборок, линейный регрессионный анализ) и непараметрические методы (U-критерий Манна–Уитни). Размер эффекта оценивался с помощью коэффициента Cohen's d. Статистически значимыми считались различия при $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение. Высокий риск СДВГ (≥ 30 баллов по ASRS) выявлен у 36,9% респондентов. Балл по ASRS умеренно коррелировал с выраженностью нарушений сна ($r=+0,47$) и склонностью к расстройствам пищевого поведения ($r=+0,44$), а также слабо отрицательно – со средним баллом успеваемости ($r=-0,24$) и академической эффективностью ($r=-0,31$). Клинически значимые нарушения сна (PSQI > 5) выявлены у 73,8% студентов, а латентность сна более 30 минут отмечалась у 21,3% респондентов. В группе высокого риска СДВГ латентность сна более 30 минут встречалась чаще, чем у студентов без высокого риска СДВГ: 34,2% против 15,4%; корреляция между баллом ASRS и временем засыпания составила $r=+0,38$. Склонность к расстройствам пищевого поведения (РПП) выявлена у 31,1% опрошенных (32 человека), а в группе высокого риска СДВГ – у 50,0%. Корреляция балла РПП с академической эффективностью составила $r=-0,33$ в общей выборке и $r=-0,42$ в группе высокого риска СДВГ. Сочетание высокого риска СДВГ, нарушений сна и склонности к РПП наблюдалось у 19 студентов, что составило 18,4% всей выборки и 50,0% группы высокого риска СДВГ. Анализ академической эффективности показал её последовательное снижение по мере нарастания симптоматики и присоединения сопутствующих нарушений: максимальное значение отмечено у студентов с низким риском СДВГ без нарушений сна (2,88), минимальное – у студентов с высоким риском СДВГ, нарушениями сна и склонностью к РПП (1,86).

Выводы. У студентов с высоким риском СДВГ чаще выявляются нарушения сна и склонность к расстройствам пищевого поведения, что сопровождается снижением академической эффективности. Наиболее неблагоприятные показатели отмечаются при сочетании всех трёх факторов. Результаты подчеркивают значимость комплексного скрининга и раннего выявления данных нарушений в студенческой среде.