

## **Влияние хронобиологических особенностей личности на распространение поведенческих факторов риска**

*Кобрусева Анастасия Сергеевна*

*Белорусский государственный медицинский университет, Минск*

*Научный(-е) руководитель(-и) – кандидат медицинских наук, доцент Солтан Марина Михайловна, Белорусский государственный медицинский университет, Минск*

### **Введение**

Хронотип – это устойчивая временная периодизация психофизиологического состояния человека, которая отражает суточную динамику функциональной активности различных органов и систем организма, в том числе и характер секреции гормонов, прежде всего, серотонина, мелатонина и кортизола. В настоящее время выявлены значительные различия в объеме вышеперечисленных гормонов у людей с различными формами зависимого поведения. С хронотипом связаны не только суточные изменения физиологических процессов, но и проявления высших психических функций.

### **Цель исследования**

Оценить распространенность поведенческих факторов риска у подростков и молодежи с учетом хронобиологических особенностей личности.

### **Материалы и методы**

Всего было обследовано 749 обучающихся учреждений образования г. Минска в возрасте от 15 до 22 лет. Хронобиологические особенности личности изучались с помощью теста Хорна-Остберга. Диагностика подверженности рискованному половому поведению и распространенности употребления алкоголя проводилась анкетно-опросным методом. Обработка данных осуществлялась с помощью программ STATISTICA 8,0 (Stat Soft inc.), Microsoft Excel. Для оценки достоверности различий применялся критерий  $\chi^2$ .

### **Результаты**

В ходе исследования было установлено, что около половины обследованных лиц имеют аритмичный хронотип, 2/5 – вечерний, каждый шестой – утренний. Рискованное половое поведение разной степени выраженности отмечается у 2/3 респондентов. При этом половина из них имеет высокий и очень высокий риск развития инфекций, передающихся половым путем. При изучении роли хронобиологических особенностей личности в подверженности рискованному половому поведению было выявлено, что лица, относящиеся к хронотипу «сова», более подвержены рискованному половому поведению, чем представители других хронотипов ( $\chi^2=15,272$ ;  $p$  меньше 0,01). В ходе исследования установлено, что каждый третий среди опрошенных употребляет алкоголь в дозе 100 мл и более. При изучении распространенности употребления алкоголя в связи с хронотипом выяснилось, что данное рискованное поведение чаще встречается у лиц с вечерним и аритмичным хронотипами, чем с утренним ( $\chi^2=32,156$ ;  $p$  меньше 0,01). Объем употребления алкоголя выше среди сов и жаворонков ( $\chi^2=6,406$ ;  $p$  меньше 0,05).

### **Выводы**

Чаще всего среди подростков и молодежи встречается аритмичный хронотип. Рискованному половому поведению более подвержены лица с вечерним хронотипом. Употребление алкоголя наиболее распространено среди сов и голубей. Объем употребления алкоголя выше среди лиц вечернего и утреннего хронотипов. Оценка поведенческих факторов риска у подростков и молодежи с учетом хронобиологических особенностей личности позволяет выявить целевые группы для проведения адресных профилактических мероприятий.