

НОВЫЕ ПОДХОДЫ К ДИАГНОСТИКЕ АЭРОФОБИИ

Ефремова М.А., Жадан С.А.*, Козмидиади А.О.**

**Белорусский государственный медицинский университет,
кафедра патологической физиологии,
**ООО «Интелико Системс», г. Минск*

Ключевые слова: аэрофобия, анкета, турбулентность.

Резюме: среди студентов 3 курса лечебного факультета БГМУ с помощью специально разработанной анкеты «Аэрофобия» изучена распространенность аэрофобии. Выявлено, что у 10% опрошенных присутствует боязнь самолетов, причем степень выраженности страха перед полетами была выше у девушек.

Resume: the prevalence of aerophobia among 3rd year students of BSMU was studied using the specially designed questionnaire "Aerophobia". Fear of flying was detected in 10% of respondents and the severity of fear of flying was higher among girls.

Актуальность. Иррациональный неконтролируемый страх, устойчивое переживание излишней тревоги в определенных ситуациях либо в присутствии или ожидании объекта страха называется фобия. Аэрофобия – это достаточно широко распространенный вид специфических фобий. В сегодняшнем мире самолет становится всё более востребованным средством передвижения, увеличивается количество людей, прибегающих к услугам авиакомпаний. По данным литературных источников от 10 до 40% населения испытывают страх, связанный с перелетами, требующий психотерапевтической коррекции. Подходы к лечению пациентов с аэрофобией, должны быть персонализированы, ведь аэрофобия неоднородна по своей выраженности, причинности, зависимости от фазы полета и связи с другими видами психопатологии. Функцию предварительного сбора необходимой для этого информации, по данным зарубежной литературы, выполняют специфические опросники. Подобный русскоязычный опросник на сегодняшний день не разработан.

Цель: разработать анкету для оценки степени выраженности страха полета у людей с целью использования полученных данных для коррекции аэрофобии в психотерапии.

Задачи: 1. Изучение распространенности аэрофобии среди студентов 3 курса лечебного факультета Белорусского государственного медицинского университета; 2. Определение фазы полета, вызывающей наибольший страх; 3. Выявление гендерных различий в степени выраженности страха перед полетами.

Материал и методы. Исследование проводилось с использованием разработанной нами анкеты «Аэрофобия», содержащей 12 вопросов. Анкета включает в себя несколько блоков: антропометрический блок, блок истории полетов, блок оценки выраженности страха перед полетами, блок оценки степени выраженности страха в зависимости от фазы полета, блок для выявления сопутствующих тревожных расстройств.

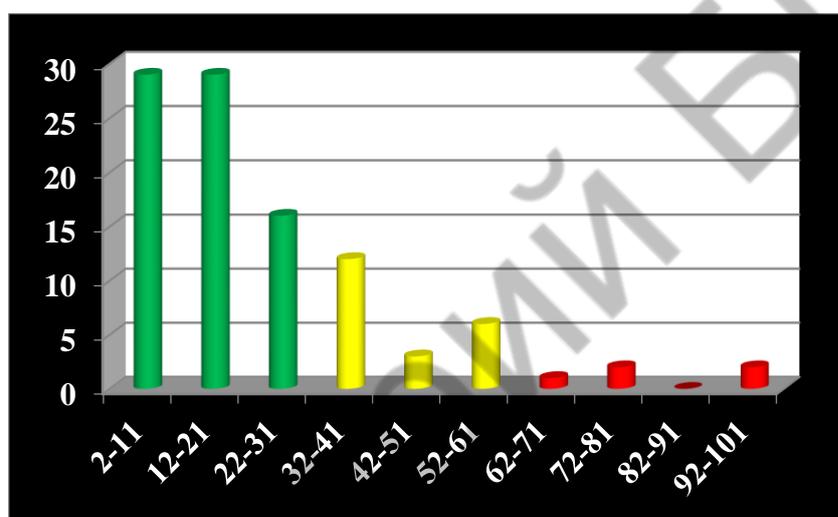
Анкетирование проведено у 100 студентов 3 курса лечебного факультета БГМУ на анонимной основе при условии согласия респондента: 56 девушек и 44

юноши.

Полученные данные были обработаны с применением непараметрических методов статистики на базе программы Statistica 12.

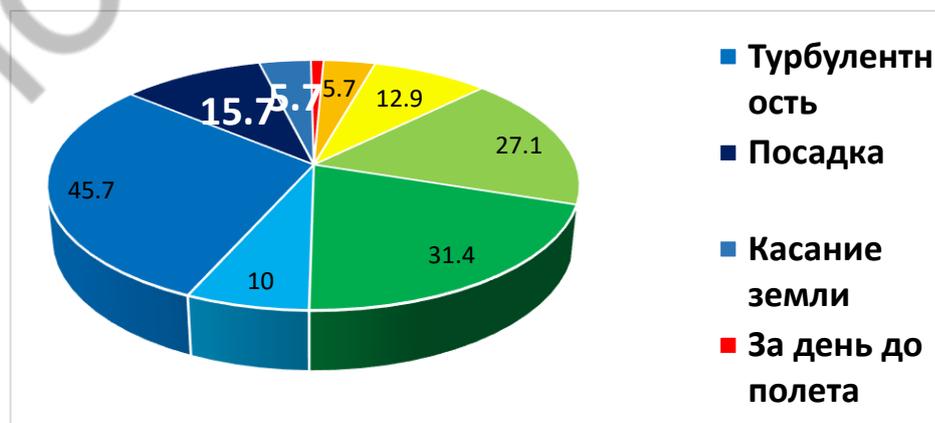
Результаты и их обсуждение. По разработанному нами методу оценки выраженности страха полета на самолете в цифровом значении разброс значений данного показателя составил 2 – 94 балла.

Основная масса опрошенных находится в области низких баллов, однако 10% людей имеют уровень более 58 баллов, что свидетельствует о наличии у них аэрофобии. Количество девушек и юношей в этой группе одинаковое. Уровень 58 баллов по разработанному нами опроснику можно считать пороговым. Таким образом, выявлено, что частота распространенности аэрофобии среди студентов – от 10% и выше, что согласуется с данными литературы (диаграмма 1).



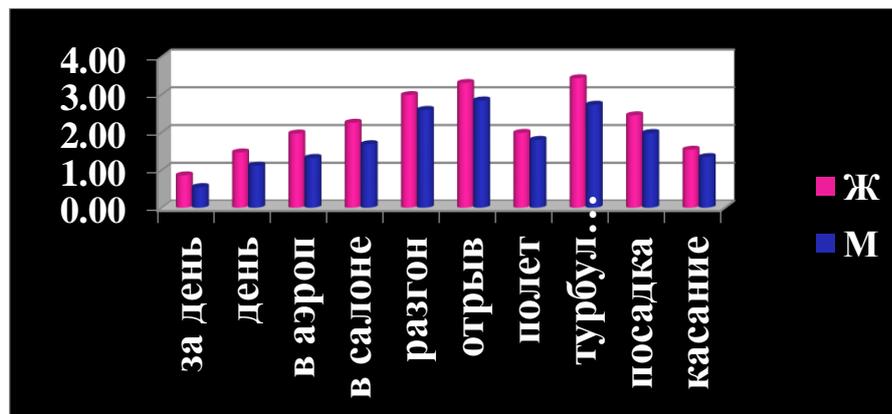
Диагр. 1 – Количество опрошенных в каждой группе в зависимости от выраженности у них аэрофобии

Уровень выраженности страха в зависимости от фазы полета также различается. У 45,7% опрошенных отмечается страх при полете в режиме турбулентности, у 31,4% - при отрыве от земли и наборе высоты, 27,1% участников испытывают страх при разгоне по взлетной полосе (диаграмма 2).



Диагр. 2 – Оценка выраженности страха в зависимости от фазы полета

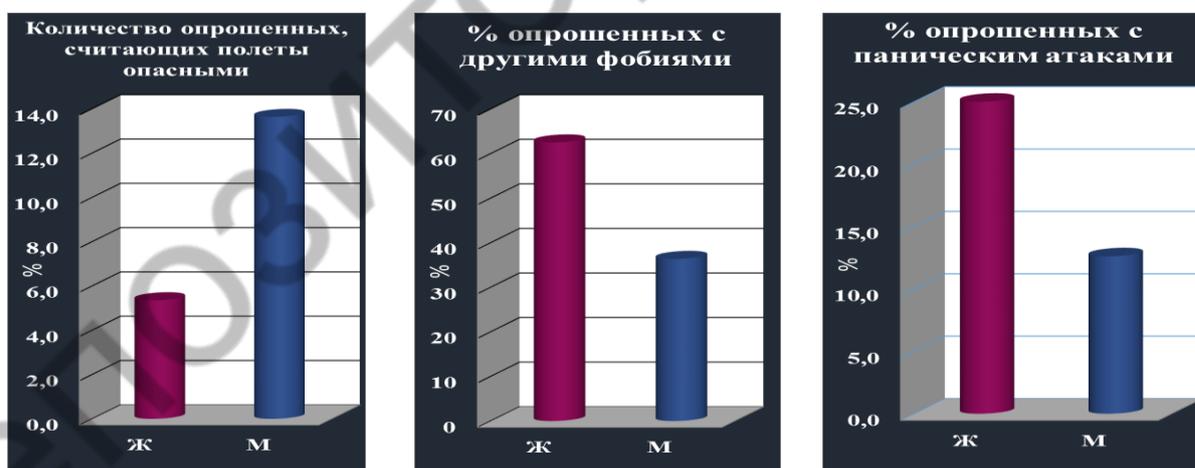
Для девушек показатель выраженность страха составил 21,5 (12,5; 35,0) баллов, что достоверно ($p < 0,037$) выше, чем у мужчин – 15,0 (4,5; 25,5) (диаграмма 3).



Диагр. 3 – Сравнение выраженности страха в зависимости от фазы полета и гендерной принадлежности опрошенного

Несмотря на то, что общая выраженность страха у девушек выше, только 5,4% из них считают полеты на самолете опасными, в то время как для юношей этот показатель составляет 13,6% (диаграмма 4).

В группе, где страх полета у опрошенных оценивался выше 32,5 баллов, 8 человек сообщили о панических атаках в анамнезе, в то время как в группе с выраженностью страха полета ниже 12,5 баллов – только 1 респондент ($p < 0,032$). Более двух других форм фобий отмечают у себя 62,5% опрошенных девушек и только 36,5% юношей. Панические атаки отмечаются у 23,2% опрошенных девушек и 11,4% юношей.



Диагр. 4 - Оценка отношения к полетам, наличия других фобий, наличия панических атак в зависимости от половой принадлежности

Выводы: 1. Согласно литературным данным пороговым значением аэрофобии принято считать балл выраженности страха у людей, превышающий 58, при условии выявления его у 10% опрошенных; 2. Степень выраженности страха перед полетами выше у девушек; 3. Турбулентность воспринимается как самая опасная фаза полета (3,1 балла); день перед полетом вызывает наименьшую тревогу (0,72 балла) среди

всех опрошенных; 4. Разработанная анкета может быть рекомендована для работы психотерапевтических кабинетов, специализирующихся на лечении аэрофобий.

Литература

1. Cognitive Coping as a Mechanism of Change in Cognitive-Behavioral Therapy for Fear of Flying: A Longitudinal Study With 3-Year Follow-Up / Busscher B, Spinhoven P // J Clin Psychology. – 2017. – p. 13-15.
2. Efficacy of an internet-based exposure treatment for flying phobia (NO-FEAR Airlines) with and without therapist guidance: a randomized controlled trial / Campos D, Bretón-López J, Botella C // BMC Psychiatry. – 2019. – p. 5-10.
3. Flight anxiety reported from 1986 to 2015/ Grimholt T, Bonsaksen T, Schou-Bredal I // Aerospace Med Hum Perform. – 2019. – № 90. – p. 384-388.
4. NO-FEAR Airlines: A Computer-aided Self-help Treatment for Flying Phobia / Quero S, Campos D, Riera Del Amo A // Stud Health Technol Inform. – 2015. – p. 197-201.