

*Демидовец В.А., Горбатовский П.Ю.*

## **ИЗУЧЕНИЕ СЕЗОННОГО АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА СРЕДИ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

*Научный руководитель: ассист. Сосновский А.В.*

*Кафедра радиационной медицины и экологии*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** По данным зарубежной литературы известно, что до 10% населения развитых стран страдает сезонным аффективным расстройством (САР), проявляющегося осенью и зимой, с ремиссией весной и летом. Его симптоматика включает ухудшение настроения, снижение умственной, двигательной активности, ощущение не проходящей после отдыха усталости, избыточная длительность сна, нарушения в пищевом поведении, усиление аппетита, снижение полового влечения, мысли о смерти и самоубийстве. Причиной данного расстройства является длительное нахождение мелатонина, появляющегося в ходе функционирования биологических часов, а также его длительное влияние на эндокринную систему. Усугубляется САР при стрессовых состояниях, соматических и психических заболеваниях в связи с нарушениями циркадного ритма и недостатком солнечного света.

**Цель:** изучить распространённость и уровень сезонного аффективного расстройства среди лиц, которые обучаются в Белорусском государственном медицинском университете.

**Материалы и методы.** Для выявления проявлений САР и оценки их тяжести использовали анкетирование на основе модифицированной шкалы депрессии Гамильтона. В анонимном исследовании приняли участие 61 студент 1-6 курсов. Данные, полученные после анкетирования, были статистически обработаны с использованием программы Microsoft Excel 2019.

**Результаты и их обсуждение.** В ходе исследования было установлено, что 39 (63,9%) студентов имеют клинически значимые симптомы САР, 16 (26,2%) – симптомы умеренной степени, 5 (8,2%) – симптомы лёгкой степени, и у 1 человека (1,6%) – отсутствуют симптомы САР. При этом 58 опрошенных (95,1%) указали на то, что не имеют официально подтвержденного психического расстройства, остальная же часть участников опроса (4,9%) – имеет. В анкетирование принимали участие 51 (83,6%) лицо женского пола, 10 (16,4%) участников – лица мужского пола, 31 (50,8%) студент в возрасте 17-18 лет, 25 (41%) – 19-20 лет, 2 (3,3%) – 24 и старше, 2 (3,3%) – 22-23 лет и 1 человек (1,6%) в возрасте 20 - 21 года. Среди лиц женского пола более значительно определяются клинические симптомы (70,58%), по сравнению с лицами мужского пола (29,42%). Соотношение случаев клинически значимых симптомов САР мужчин составляет 1:3,33, у женщин – 1:4,42. Соотношение проявлений симптомов средней и лёгкой степени среди лиц женского пола – 1:3,4, а среди лиц мужского пола – 1:1,67. Также 16 (26,2%) участников опроса признались, что имели мысли о смерти или суициде, а 2 (3,29%) человека заявили о намерении к суициду.

**Выводы:** в ходе исследования выявлено, что распространённость сезонного аффективного расстройства среди студентов очень высока. Лишь 1 участник анкетирования среди опрошенных студентов 1-6 курса не имеет признаков сезонного аффективного расстройства. Выявлено, что лица женского пола в большей степени подвержены клиническому проявлению САР (59%). Для 24,59% характерны симптомы средней и легкой степени.