

***В.А. Струневский, С.А. Пастоялко***  
**АНАЛИЗ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ СЕЗОННОГО**  
**АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА**

***Научный руководитель: ассист. А.В. Сосновский***  
*Кафедра радиационной медицины*  
*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

***V.A. Strunevskii, S.A. Pastaialka***  
**ANALYSIS OF THE PREVALENCE OF SEASONAL AFFECTIVE DISORDER**

***Tutor: assistant A.V. Sasnouski***  
*Department of radiological medicine*  
*Belarusian State Medical University, Minsk*

**Резюме.** Был проведен анализ распространённости сезонного аффективного расстройства. Он выявил высокую распространённость САР среди студентов БГМУ.

**Ключевые слова:** сезонное аффективное расстройство, САР.

**Resume.** An analysis of the prevalence of seasonal affective disorder was conducted. It has revealed an extremely high prevalence of SAD among BSMU

**Keywords:** seasonal affective disorder, SAD.

**Актуальность.** Сезонное аффективное расстройство – распространённая, возникающая в период смены сезонов патология. Основными симптомами являются депрессия, снижение работоспособности, увеличение веса, трудности с пробуждением, избыточная потребность в потреблении углеводов [1,2,3]. Данный симптомокомплекс может выражаться в разных степенях, вплоть до возникновения суицидальных наклонностей. В настоящее время многие студенты медицинских университетов сталкиваются с этим состоянием, что может негативно повлиять на их обучение и жизнь в целом. Результаты данного исследования могут быть полезными для студентов и медицинских работников, оказывающих помощь студентам.

**Цель:** провести анализ распространённости сезонного аффективного расстройства и оценку риска его возникновения среди студентов БГМУ.

**Задачи:**

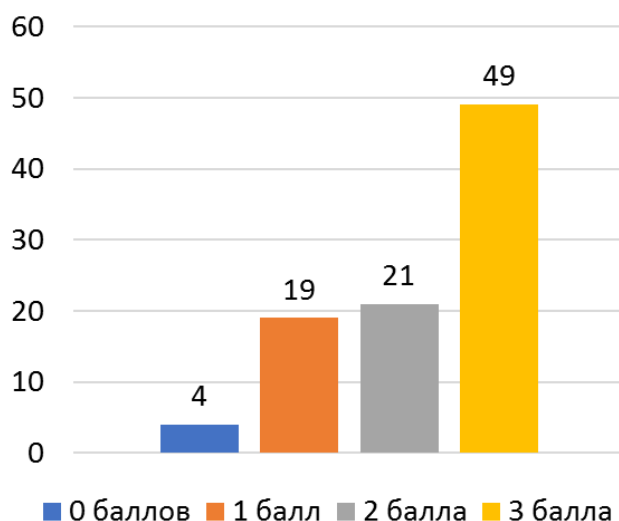
1. Проведение анкетирования среди студентов БГМУ для выяснения наличия симптомов САР.

2. Оценка риска возникновения САР у студентов.

**Материалы и методы.** Был проведен опрос среди студентов Белорусского государственного медицинского университета, который был составлен на основе тестирования, разработанного Венским университетом, Австрия. Опрос позволял обнаружить признаки, свидетельствующие о наличии САР, и состоял из трех этапов, представляющих собой список вопросов, и четвертого этапа, который заключался в оценке результатов. На 1 и 2 этапах, состоящих из 3 и 7 вопросов соответственно, определяется наличие признаков САР, на 3 этапе — степень отличий в проявлениях данных признаков, выраженность в течение года. В зависимости от полученного на каждый вопрос ответа начисляется определенное количество баллов, которые суммируются на каждом этапе тестирования. Баллы, полученные за каждый этап,

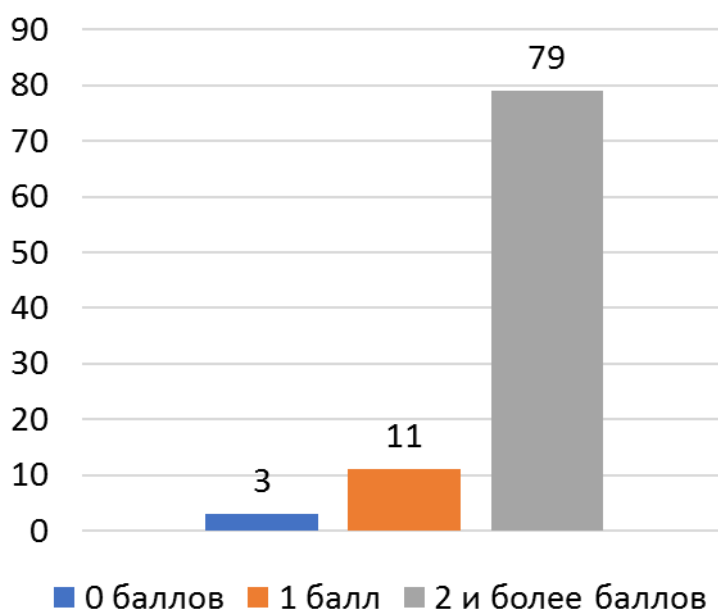
между собой не складываются. Исходя из количества баллов определяется принадлежность к группе риска развития сезонного аффективного расстройства. [2]

**Результаты и их обсуждение.** В тестировании приняли участие 93 человека, 60 (64,5%) из которых женского пола, 33 (35,5%) — мужского. На первом этапе 4 (4,3%) человека получили 0 баллов, 19 (20,4%) — 1 балл (отсутствие риска возникновения САР), 21 (22,6%) — 2 балла (группа риска САР), 49 (52,7%) — 3 балла (подверженность САР).



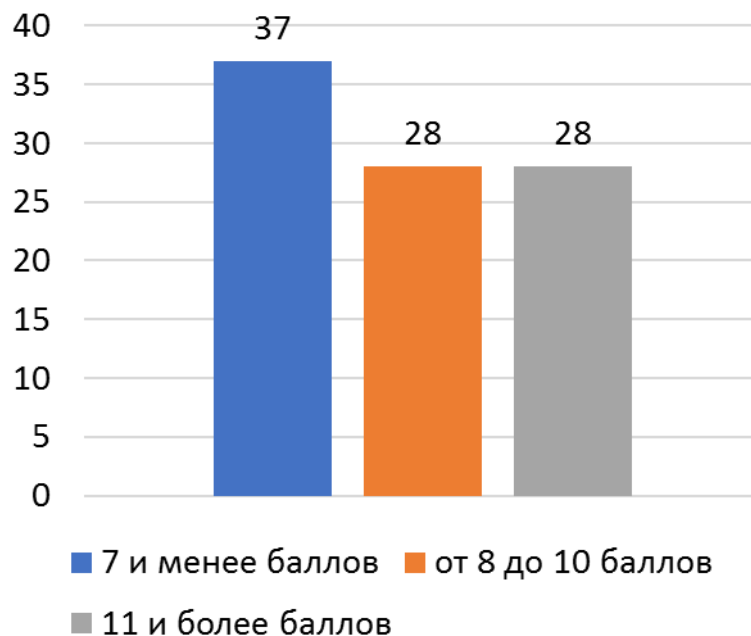
Диагр. 1 – Результаты первого этапа

На втором этапе 3 (3,2%) человека получили 0 баллов (отсутствие риска возникновения САР), 11 (11,8%) — 1 балл (группа риска САР), 79 (85%) — 2 и более баллов (подверженность САР).



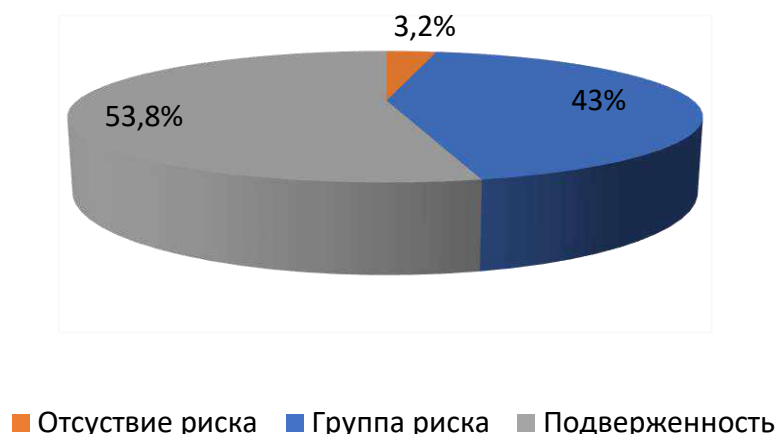
Диагр. 2 – Результаты второго этапа

На третьем этапе 37 (39,8%) человек, получили 7 и менее баллов (отсутствие риска возникновения САР), 28 (30,1%) — от 8 до 10 баллов (группа риска САР), 11 и более баллов (подверженность САР) — так же 28 (30,1%) человек.



Диagr. 3 – Результаты третьего этапа

Исходя из данных результатов можно прийти к выводу, что среди 93 исследуемых людей отсутствие риска развития САР наблюдается у 3 (3,2%) людей, к группе риска развития САР относятся 40 (43%) исследуемых людей, а подверженность данному расстройству наблюдается у 50 (53,8%) исследуемых людей.



Диagr. 4 – Риск развития САР

Внутренняя согласованность опроса была измерена при помощи альфы Кронбаха, которая может принимать значения от  $-\infty$  до 1, но интерпретации поддаются только положительные значения. Чем больше значение, тем выше

показания внутренней согласованности. Альфа Кронбаха конкретного исследования равна 0,789. Данное значение отражает приемлемую внутреннюю согласованность, следовательно, исследуемая выборка соответствует генеральной совокупности.

### **Выводы:**

1. Распространенности сезонного аффективного расстройства среди студентов Белорусского государственного медицинского университета находится на чрезвычайно высоком уровне (больше половины (53,8%) исследуемых людей подвержены САР, а 43% находятся в группе риска).

2. Такой высокий уровень распространённости может быть вызван низкой продолжительностью инсоляции в течение суток, возникшей по причине короткого светового дня и длительного нахождения студентов в помещении, а также нарушениями в работе циркадных ритмов, вызванных неадекватным режимом сна.

### **Литература**

1. Тиганов А. С., Снежневский А. В., и др. Аффективные расстройства // Руководство по психиатрии. – М.: Медицина, 1999. – Т. 1. – С. 555–635.
2. Радиационная и экологическая медицина. Лабораторный практикум: учеб. Пособие для студентов учреждения высшего образования по медицинским специальностям / А.Н. Стожаров [и др]; под ред. А.Н. Стожарова. – Минск: ИВЦ Минфина, 2012. – 184 с.
3. Seasonal Affective Disorder: Common Questions and Answers / Galima S. V. [et al.] // Am Fam Physician– 2020. – Vol. 102, №11. – P. 668-672.