

*Д.И. Ласица, А.Е. Ларионец*  
**ЭТИОЛОГИЯ, ПАТОГЕНЕЗ И РАСПРОСТРАНЁННОСТЬ СЕЗОННОГО  
АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА У СТУДЕНТОВ**

*Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Э.Н. Кучук*

*Кафедра патологической физиологии*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

*D.I. Lasica, A.E. Larionets*

**ETIOLOGY, PATHOGENESIS AND PREVALENCE OF SEASONAL  
AFFECTIVE DISORDER AMONG STUDENTS**

*Tutor: PhD, associate professor E.N. Kuchuk*

*Department of Pathological Physiology*

*Belarusian State Medical University, Minsk*

**Резюме.** На основе шкалы Гамильтона для депрессий была создана анкета для сбора статистических данных о распространённости сезонного аффективного расстройства (САР) среди обучающихся. Было выявлено, что симптомы САР проявляются у 72% студентов вузов. В патогенезе САР наибольшая роль принадлежит уменьшению количества солнечного света.

**Ключевые слова:** сезонное аффективное расстройство, шкала Гамильтона.

**Resume.** To collect statistical data on the prevalence of seasonal affective disorder (SAD) among students a questionnaire, based on the Hamilton depression scale, was created. It was found that the symptoms of SAD are manifested among 72% of university students. In the pathogenesis of SAD, the greatest role belongs to a decrease in the amount of sunlight.

**Keywords:** seasonal affective disorder, Hamilton scale.

**Актуальность.** По данным Progress in Neurology and Psychiatry (2010) распространённость сезонного аффективного расстройства (САР) составляет от 0 до 7,9% популяции земного шара в зависимости от региона [2]. Однако использующиеся методы выявления данного расстройства охватывают лишь небольшую часть населения, в большинстве своём имеющую другие расстройства психики. В связи с этим необходимо проведение глобальных исследований, основанных на анкетировании широких групп людей, для определения реальной распространённости данного явления, установления его симптомов.

В настоящий момент лечение сезонной депрессии как обособленной патологии либо не проводится, либо проводится с применением несовершенных методов, таких как использование антидепрессантов широкого спектра, что воздействует лишь на симптомы, а не на причины заболевания. Другим популярным методом лечения САР является светотерапия. В течение последних лет эффективность данного метода была поставлена под сомнение [5].

Учитывая вышеперечисленное, необходимо исследовать сезонную депрессию как феномен, что позволит усовершенствовать методы профилактики и лечения, основанные на устранении причин патологии.

**Цель:** изучить этиологию, патогенез и распространённость сезонного аффективного расстройства (САР) среди студентов различных учебных заведений Республики Беларусь.

**Задачи:**

1. Изучить этиологию и патогенез сезонного аффективного расстройства;
2. На основе международных шкал для выявления и оценки степени депрессии адаптировать анкету для сбора статистических данных о распространённости сезонной депрессии в выбранной фокус-группе;
3. Исследовать распространённость сезонного аффективного расстройства среди студентов высших учебных заведений.

**Материалы и методы.** Для выявления проявлений САР и оценки его тяжести среди школьников и студентов вузов применялась Google-форма с анкетой из 20 вопросов, составленных на основе 21-пунктовой оценочной шкалы Гамильтона для депрессий (HAM-D) [3], а также структурированного руководства по собеседованию по шкале оценки депрессии Гамильтона (SIGH-ADS) [4].

Коэффициент надежности анкеты (альфа Кронбаха) рассчитывался при помощи компьютерной программы IBM SPSS Statistics. Статистическую обработку полученных данных проводили с использованием пакета прикладных программ Microsoft Excel 2019.

**Результаты и их обсуждение.** В исследовании принял участие 341 человек в возрасте от 17 до 22 лет, получающий высшее образование (табл. 1).

**Табл. 1.** Распределение респондентов

Количество респондентов	
Курс обучения	Количество
1 курс	101
2 курс	198
3 курс	36
4 курс	6

Средний возраст респондентов составил 19,1 лет. Полученная выборка является неоднородной по полу (19,6% участников исследования юноши, 80,4% – девушки).

Для сбора данных была создана анкета из 16 вопросов. Вопросы касались различных изменений в состоянии респондентов, задокументированных с середины осени (изменение работоспособности, режима сна; появление психических и соматических проявлений тревоги, раздражительности; нарушения аппетита; расстройства сексуальной сферы; изменения веса; появление депрессивных мыслей и чувства вины, усталости). При прохождении анкеты необходимо было указывать свое состояние в сравнении с состоянием в летнее неучебное время. Поскольку объектом исследования являлась динамика состояния в разное время года, то в случае, если симптомы проявлялись с той же интенсивностью зимой, что и летом, необходимо было отметить отсутствие подобных симптомов (рис. 1).

**8. Ощущаете ли вы некоторую заторможенность, замедленность мышления и речи, снижение концентрации? Отмечали ли это ваши собеседники за вами?**

0 = Мой темп мышления и речи не изменился

1 = Я ощущаю небольшую заторможенность при общении и изложении своих мыслей

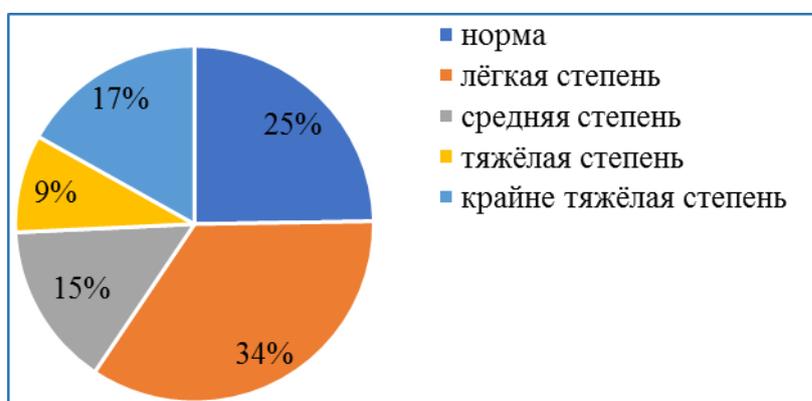
2 = Я ощущаю сильную заторможенность при общении и изложении своих мыслей, на это указывали мои собеседники

3 = Моё общение с людьми стало крайне затруднительными, на это указывали и мои близкие

**Рис. 1** – Пример вопроса из анкеты

Коэффициент надежности анкеты (альфа Кронбаха) составил 0,858.

Наибольшая доля респондентов без симптоматики САР наблюдалась в группе студентов 1-ого курса (25%) (рис. 2).



**Рис. 2** – Распределение САР среди студентов 1-ого курса

При этом среди обучающихся 1-ого курса наблюдается большая распространенность тяжелых форм расстройства (41% опрошенных).

Такие результаты свидетельствуют о том, что на развитие сезонной депрессии могут оказывать влияние не только сезонные изменения, но и психосоциальные факторы (необходимость адаптироваться к новым условиям обучения, коллективу).

Среди студентов вузов проявления САР отсутствуют у 28% респондентов (рис. 3). Это можно объяснить тем, что люди, находящиеся в возрастной группе 18-29 лет наиболее подвержены риску зимних депрессивных эпизодов [1].



**Рис. 3** – Распространенность проявлений САР среди студентов вузов

### **Выводы:**

1. В патогенезе сезонного аффективного расстройства наибольшая роль принадлежит уменьшению количества солнечного света, что ведёт к нарушению обмена витамина D, серотонина и мелатонина;

2. Для выявления проявлений САР и оценки его тяжести среди студентов вузов была составлена анкета из 16 вопросов, касающихся различных изменений в состоянии респондентов, задокументированных с середины осени. Коэффициент надёжности анкеты (альфа Кронбаха) составил 0,858;

3. Симптомы сезонного аффективного расстройства встречаются у большинства студентов высших учебных заведений РБ (72,1%), что объясняется наибольшей подверженностью риску САР людей в возрасте от 18 до 29 лет.

### **Литература**

1. American psychiatric association. Seasonal Affective Disorder (SAD) [Electronic resource] / American psychiatric association. – Mode of access: <https://www.psychiatry.org/Patients-Families/Seasonal-Affective-Disorder>. (date of access: 12.06.2023).

2. Cotterell, D. Pathogenesis and management of seasonal affective disorder / D. Cotterell // Progress in Neurology and Psychiatry. – 2010. – Vol. 14, № 5. – P. 18–25.

3. Hamilton, M. A rating scale for depression / M. A. Hamilton // Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry. – 1960. – Vol. 23. – P. 56–62.

4. Williams, J. B. Structured interview guide for the Hamilton depression rating scale with Atypical Depression Supplement (SIGH-ADS 2003) / J. B. Williams, M. Terman // New York State Psychiatric Institute: New York, USA. – 2003. – P. 1–13.

5. Медведев В. Э. Депрессивные фазы с осенне-зимним сезонным ритмом (клиника и терапия): автореф. дис. ... канд. мед. наук : 14.00.18 / В. Э. Медведев. – Москва, 2005. – 186 с.