

ОЦЕНКА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ПРОФИЛЯ

Прокопенко Д.Д., Кушнерук А.В.

*УО «Белорусский государственный медицинский университет»,
г. Минск, Республика Беларусь*

Актуальность. Одним из мощных факторов, оказывающих влияние на здоровье студенческой молодежи, является учебная деятельность, её характер, интенсивность и организация. Высокая интенсивность умственных нагрузок, монотония, частые стрессогенные ситуации в период экзаменационной сессии, с одной стороны, а с другой – низкий уровень психогигиены, психофизиологические и вегетативные особенности, недостаточное развитие коммуникативных способностей, навыков саморегуляции приводит к тому, что значительная часть

студентов-медиков подвержена или уже имеет стресс-индуцированные расстройства [1].

Особое внимание современных научных исследованиях стало уделяться системному анализу причин возникновения и особенностей развития учебного стресса у студентов. Последствия переживания стрессовых ситуаций могут проявляться в признаках истощения, снижения умственной работоспособности, формированию аддикций. Указанные симптомы могут развиваться не только на начальных этапах адаптации к студенческой жизни (первый год обучения). Они также часто возникают у студентов старших курсов и являются следствием накопления стрессовых воздействий, которые не были вовремя устранены. [2].

Вегетативные расстройства являются одной из актуальных проблем современной медицины. Это обусловлено многими факторами и прежде всего высокой распространенностью вегетативных нарушений, в том числе и среди людей, считающих себя практически здоровыми. Особенностью вегетативной патологии является то, что в одних случаях она выступает фактором патогенеза, в других — возникает вторично в ответ на повреждение любых систем и тканей организма [3].

В результате воздействия стрессогенных факторов возникает и усиливается тревога, которую можно рассматривать как механизм реализации психического стресса. Нарушения соматического и психического здоровья молодых людей проявляются, прежде всего, в формировании психосоматических расстройств: вегетососудистой дистонии, артериальной гипертензии, функциональных нарушений сердечно-сосудистой и пищеварительной систем. Как следствие, существует высокая вероятность снижения ресурсов адаптации студентов.

Цель исследования. Оценка психофизиологических особенностей формирования здоровья студентов.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 180 студентов УО «Белорусский государственный медицинский университет». Оценка психофизиологических особенностей молодых людей проводилась по показателям наличия/отсутствия организационного стресса и особенностям вегетативной нервной системы. Стрессоустойчивость оценивалась с применением «Шкалы организационного стресса Маклина». Для выявления признаков вегетососудистых изменений был использован «Опросник Вейна». Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы Microsoft Excel.

Результаты и выводы. Организационный стресс обусловлен внутриорганизационными факторами трех уровней: индивидуальные характеристики человека, групповое взаимодействие, организационная среда, а также внешними стресс-факторами. Высокий уровень организационного стресса связан с предрасположенностью к поведению типа «А».

Даже в спокойном состоянии у молодых людей с поведенческим типом А наблюдается повышенное артериальное давление (что приводит к повышенному износу сосудистых стенок). Многими исследованиями была подтверждена корреляция между типом «А» и вероятностью инфаркта миокарда, ИБС, стенокардией, атеросклерозом. По результатам анализа уровня организационного стресса выявлено, что среди исследуемых студентов 71,1 % относятся к поведенческому типу А (лица с высоким уровнем организационного стресса и эмоционального напряжения), 6,6 % – к поведенческому типу В (лица, основным стрессовым гормоном которых является кортизол, им свойственна активация парасимпатической нервной системы, а следовательно и адаптация при повышенном уровне тревоги), 22,3 % – к типу АВ (промежуточный тип).

Проведенное исследование показало наличие признаков вегетососудистой дистонии у 52 % всех респондентов. Симптомы ВСД психофизиологической природы регистрируются у 63 % студентов с высоким уровнем организационного стресса, поведенческий тип А.

Среди признаков вегетативных изменений преобладают жалобы на снижение работоспособности и быструю утомляемость у 58,2 % студентов с высоким уровнем организационного стресса, что может негативно сказываться на состоянии здоровья и на качестве их обучения. Нарушения сна (трудность засыпания, поверхностный, неглубокий сон с частыми пробуждениями, чувство невыспанности, усталости при пробуждении) отметили 52,7 % анкетированных, нарушение функции желудочно-кишечного тракта: склонность к запорам, поносам, «вздутиям» живота, боли в животе выявлены у 48,7 % студентов, «Респираторный синдром» проявляется в одышке, поверхностном дыхании с ограничением вдоха – у 40,7 % опрошенных, что также отрицательно сказывается на качестве жизни и учебной деятельности студентов.

Полученные данные указывают, что более 70 % исследуемых студентов относятся к поведенческому типу А. Данная группа исследуемых является группой риска по формированию и развитию стресс-индуцированных психосоматических нарушений и сердечно-сосудистых заболеваний. Дезадаптивные состояния у 52 % студентов сопровождаются вегетативными нарушениями, проявляющимися астенией, нарушениями сна, головными болями, функциональными нарушениями сердечно-сосудистой и дыхательной систем, желудочно-кишечного тракта. Так, выявленные дисфункции могут иметь психогенную природу, обусловлены стрессогенными факторами и, вероятно, являются основой формирования психосоматических расстройств.

Все вышеперечисленное свидетельствует о необходимости разработки профилактических мероприятий по коррекции образа жизни молодежи, технологий организации обучения, своевременной диагностике риска формирования дезадаптивных состояний студентов с целью поддержания

и сохранения психофизиологического здоровья студентов, а также организации здоровьесберегающего пространства в вузе, включающего психопрофилактику учебного стресса, а также повышение компетентности студентов в вопросах охраны здоровья.

Список источников

1. Черемискина И.И. Отношение к стрессу у студентов первого курса медицинского вуза / И.И. Черемискина, А. С. Эльзессер // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – № 1. – С. 388-391.

2. Агафонова М.С., Зенкова Е.Н., Мирошникова В.В. Организационный стресс: анализ причин и методы его профилактики // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 39. – С. 456-460.

3. Юсупов Ф.А. Вегетативные расстройства во врачебной практике / Ф.А. Юсупов, А.А. Юлдашев // Бюллетень науки и практики. – 2023. – № 1. – С. 187-195.

МИНЗДРАВ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО ДВГМУ Минздрава России)

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА И ГИГИЕНА: АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

*Материалы II Всероссийской научно-практической конференции,
г. Хабаровск, 16 апреля 2024 года*



Хабаровск
Издательство ДВГМУ
2024