

*Хамадуллин Т.С.*

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕЛЕГРАМ-БОТА ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ УЛЬТРАФИОЛЕТОВОГО ИЗЛУЧЕНИЯ**

*Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Аветисов А.Р.*

*Кафедра радиационной медицины и экологии*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** В последние десятилетия наблюдается рост заболеваемости раком кожи, что связано с увеличением воздействия ультрафиолетового (УФ) излучения на человека. Особую опасность представляет длительное пребывание на солнце без должной защиты. В связи с этим актуальной задачей становится разработка доступных инструментов для профилактики неблагоприятных последствий УФ-излучения. Одним из таких инструментов является Telegram-бот, который позволяет пользователям определять безопасное время загара и оценивать риски для здоровья без необходимости установки дополнительных приложений.

**Цель:** разработка и внедрение Telegram-бота для информирования пользователей о безопасном времени пребывания на солнце и профилактики неблагоприятных последствий УФ-излучения.

**Материалы и методы.** Бот разработан на платформе Telegram с использованием языка программирования Python. Основные функции бота включают: определение типа кожи пользователя, оценку риска развития рака кожи, расчет безопасного времени загара на основе текущего УФ-индекса, возраста и типа кожи. Бот использует данные о УФ-индексе, получаемые через API Open-Meteo, и предоставляет персонализированные рекомендации для каждого пользователя.

**Результаты и их обсуждение.** Бот успешно протестирован на группе из 126 пользователей. Распределение типов кожи: I тип (особо чувствительная): 2.38%; II тип (чувствительная): 50%; III тип (нормальная): 40.48%; IV тип (нечувствительная): 7.14%. Риск развития рака кожи: низкий: 26.19%; средний: 40.48%; высокий и очень высокий: 2.38%. Реакция кожи на солнце: 66.67% пользователей испытывают солнечные ожоги (часто или иногда). 45.24% отмечают, что загар формируется только после повторных солнечных ванн. Персонализация: 78.12% пользователей проводят большую часть дня в помещении. Данные подтверждают, что бот эффективно адаптирует рекомендации под индивидуальные параметры (тип кожи, условия пребывания на солнце, наследственность). Пользователи отметили простоту использования и отсутствие необходимости установки дополнительных приложений. Бот также позволяет учитывать индивидуальные параметры каждого члена семьи, что делает его универсальным инструментом для профилактики неблагоприятных последствий УФ-излучения.

**Выводы.** Telegram-бот является эффективным инструментом для информирования пользователей о безопасном времени пребывания на солнце и профилактики неблагоприятных последствий УФ-излучения. Бот способен определять тип кожи, оценивать риск развития рака кожи и рассчитывать безопасное время загара для каждого члена семьи. Использование бота позволяет снизить риск негативного воздействия УФ-излучения и способствует повышению осведомленности пользователей о важности защиты кожи от солнца.