

Бунас С.Р., Вергейчик М.А.

ОСОБЕННОСТИ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ, РИСКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ВЫРАЖЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЙ СЕЗОННОГО АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Научный руководитель: к.м.н., доцент Чепелев С.Н.

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Аннотация. Исследование направлено на определение частоты и риска возникновения сезонного аффективного расстройства (САР) среди студентов-медиков. Полученные данные демонстрируют распространённость САР менее 1% в исследуемой популяции. Вероятность развития САР у студентов оценена в 3,73%. Женский пол ассоциирован с повышенным риском САР.

Ключевые слова: сезонное аффективное расстройство, анкетирование, студенты-медики.

Введение. Сезонное аффективное расстройство (САР), известное также как зимняя депрессия, составляет до 20% всех зарегистрированных рецидивирующих циклических депрессий. По оценкам, до 10% мирового населения страдают этим расстройством, при этом примерно три четверти пациентов – женщины [1,2]. Заболеваемость САР выше в регионах с коротким продолжительным зимним днём и значительными сезонными колебаниями естественной освещённости, поэтому население Республики Беларусь относится к группе повышенного риска развития данного состояния [3]. У жителей северных широт при уменьшении светового дня в осенне-зимний период часто возникают симптомы, включающие пониженное настроение, стойкую утомляемость, не устранимую отдыхом; гиперсомнию с удлинённым ночным сном и эпизодами дневной сонливости; снижение работоспособности и стремление к сокращению социальных контактов [1,2,4,5]. Клиническая картина может сопровождаться снижением иммунной активности, что повышает восприимчивость к вирусным и другим инфекционным заболеваниям [3].

Цель исследования. Оценить частоту встречаемости и риск развития сезонного аффективного расстройства у студентов медицинских специальностей.

Материал и методы. В скрининге на обнаружение САР с применением опросника для оценки сезонного паттерна (SPAQ, Норман Э. Розенталь, 1984) участвовали 107 студентов, в том числе 82 (76,6%) представителя женского пола и 25 (23,4%) мужского, в возрасте от 17 до 25 лет (рис. 1).

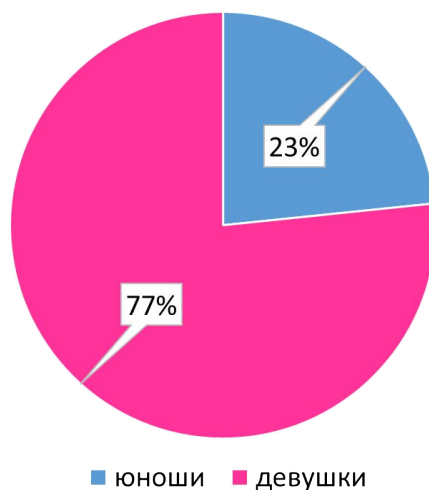


Рисунок 1. Распределение исследуемых по полу

Статистическую обработку данных проводили с использованием критерия хи-квадрат (χ^2) Пирсона и метода ранговой корреляции Спирмена (r). Анализ данных проводился с помощью программы Microsoft Excel 2023 и пакета статистического анализа Statistica 10.

Результаты исследования. Получены следующие данные о распространенности аффективных расстройств с сезонным паттерном у студентов: 85 (79,43%) студентов не имеют рисков развития САР, у 17 (15,88%) студентов выявлена психологическая ундуляция восприятия времен года (ПУВВГ), 4 (3,73%) имеют суб-САР, у 1 (0,96%) исследуемого выявлено САР (рис. 2).

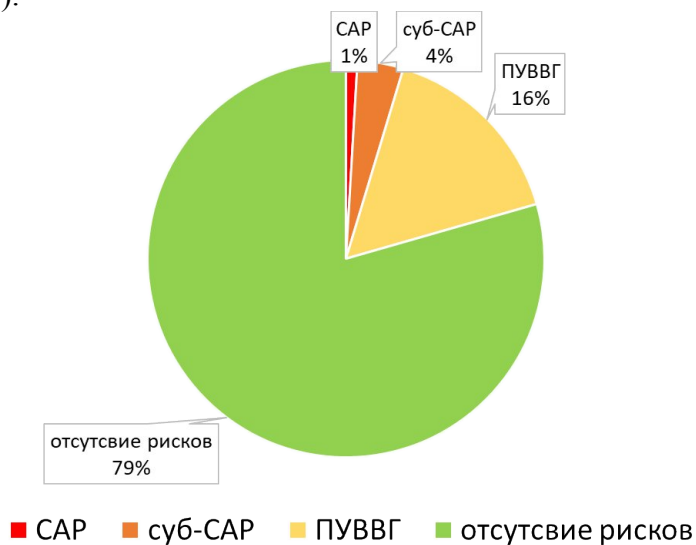


Рисунок 2. Частота встречаемости сезонного аффективного расстройства, суб-сезонного аффективного расстройства и психологической ундуляции восприятия времен года

Выявлены статистически значимые различия более высокого уровня медианы балла по общей сезонной шкале опросника SPAQ у девушек по сравнению с юношами ($p=0,00029$, критерий Манна-Уитни) (рис. 3).

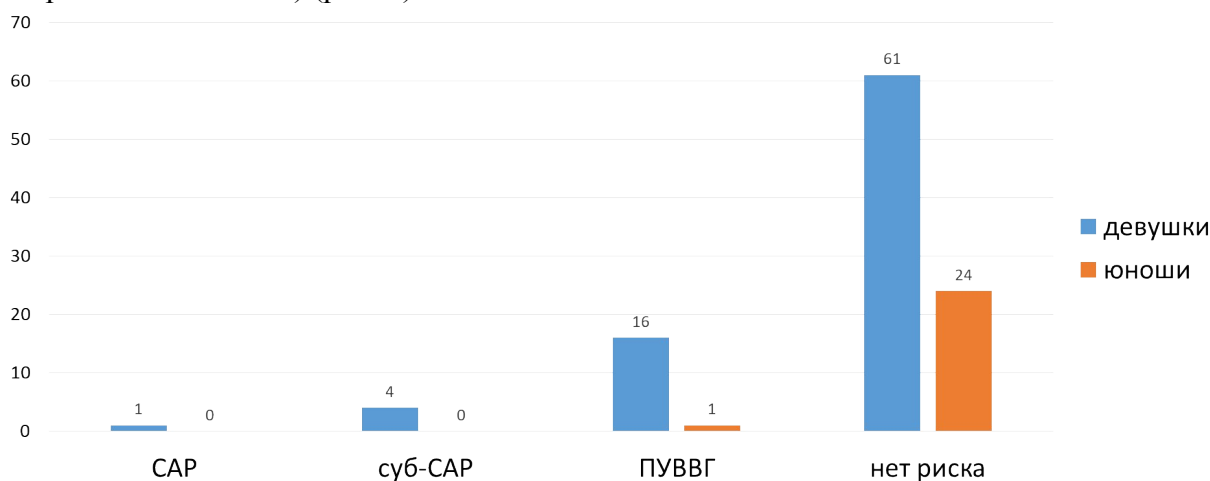


Рисунок 3. Частота встречаемости сезонного аффективного расстройства, суб-сезонного аффективного расстройства и психологической ундуляции восприятия времен года в зависимости от пола

Нарушения, вызванные САР наиболее выражены зимой и осенью (рис. 4).

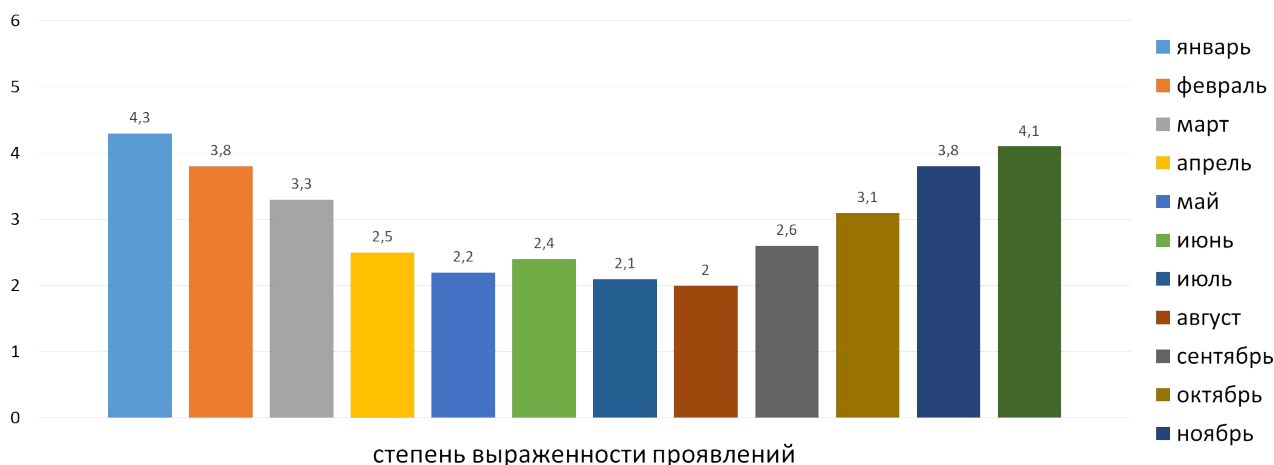


Рисунок 4. Степень выраженности изменений основных 6 характеристик САР в течение года
 Наибольшее влияние изменение времени года оказывает на настроение, уровень социальной активности, продолжительность сна, аппетит и предпочтения в еде, а наименьшее влияние – на уровень физической активности и вес (рис. 5 и 6).

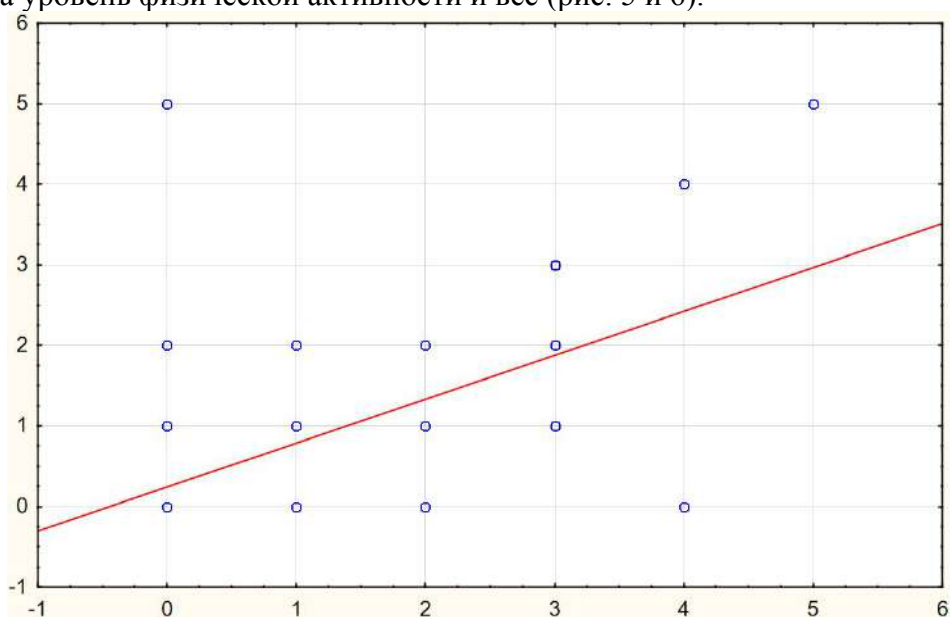


Рисунок 5. Корреляционная связь между изменениями аппетита и веса ($r=0,59$)

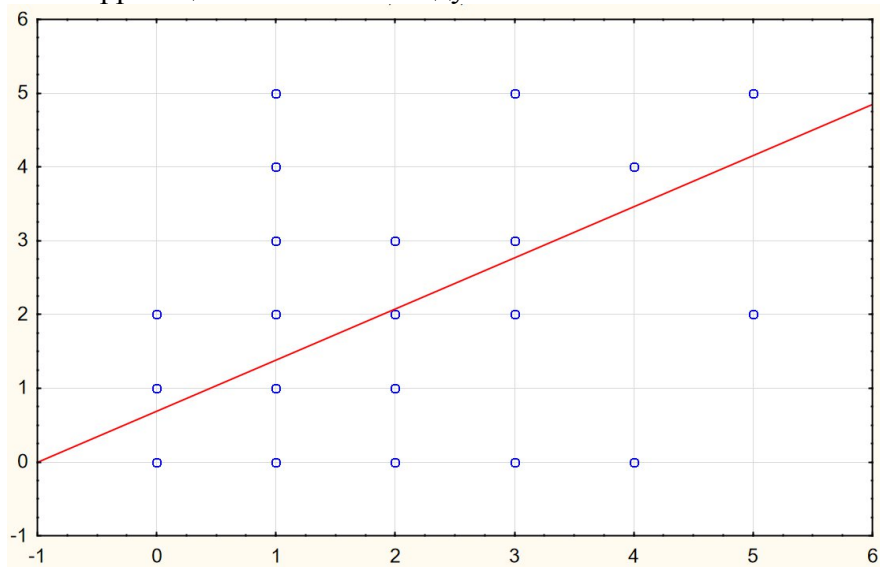


Рисунок 6. Корреляционная связь между изменениями социальной активности и настроения ($r=0,67$)

Выявлена положительная корреляционная связь между полом исследуемого и колебанием веса в течение года (относительный риск составляет 3,53, что больше 1). Девушки более подвержены изменению данного показателя в течении года.

Заключение. В выборке студентов-медиков распространённость САР не превышала 1%, тогда как по данным литературы средний диапазон мировых показателей варьирует от 0% до 9,7%. Оценочный риск развития САР у обследованных студентов составил 3,73%. Пограничное состояние, характеризующееся сезонной вариабельностью восприятия, выявлено у 15,88% респондентов. Женский пол оказался статистически значимо связан с более высокой частотой САР ($p=0,022$) и с сезонными изменениями пищевого поведения, длительности сна и колебаниями массы тела. Наиболее выраженные проявления САР отмечались в эмоциональной сфере, социальной активности, продолжительности сна и пищевом поведении; наименее выражены были изменения физической активности и массы тела.

Список литературы:

1. Westrin, A. Seasonal affective disorder: a clinical update / A. Westrin, R. W. Lam // *Ann Clin Psychiatry*. – 2007. – Vol. 19, № 4. – P. 239–246.
2. Короткая, В. А. Распространённость сезонного аффективного расстройства среди студентов БГМУ / В. А. Короткая, А. В. Жедик // *Актуальные проблемы современной медицины и фармации 2018: сб. тез. докл. LXXII Междунар. науч.-практ. конф. студентов и молодых ученых, Минск, 18-20 апр. 2018 г. / под ред. А. В. Сикорского, О. К. Дорониной.* – Минск : БГМУ, 2018. – С. 1148.
3. Стожаров, А. Н. Медицинская экология : учеб. пособие / А. Н. Стожаров. – Минск : Вышэйшая школа, 2007. – 368 с.
4. Galima, S. V. Seasonal affective disorder: common questions and answers / S. V. Galima, S. R. Vogel, A. W. Kowalski // *Am Fam Physician*. – 2020. – Vol. 102, № 11. – P. 668–672.
5. Howland, R. H. An overview of seasonal affective disorder and its treatment options / R. H. Howland // *Phys Sportsmed*. – 2009. – Vol. 37, № 4. – P. 104–115.