

Ковалева П.С., Пинчук Э.С.

АДАПТАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Дорошевич В.И.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. В настоящее время состояние здоровья на индивидуальном и коллективном уровнях оценивается по прямым показателям, характеризующим статус питания, который отражает не только фактическое потребление пищи, но и общее состояние организма, особенности обмена веществ, а также воздействие других экзо- и эндогенных факторов. Состояние статуса питания человека характеризуется динамичностью, подвергается изменениям из-за постоянного взаимодействия организма человека с окружающей средой. Диапазон показателей, отражающих эти изменения, достаточно большой. К ним следует отнести все показатели, отражающие функциональное состояние организма, а также показатели состава тела. Обзор литературных данных свидетельствует о недостаточном изучении адаптационных возможностей студентов, а также их психологического состояния. В связи с этим, изучение и оценка адаптационных возможностей и психологического состояния студентов в процессе обучения в медицинском ВУЗе является весьма актуальным.

Цель: гигиеническая оценка адаптационных возможностей и психологического состояния студентов.

Материалы и методы. Объектом исследования являлись студенты БГМУ (53 человека). Оценка белково-энергетической адекватности и структуры тела проводилась окружностно-калиперометрическим методом путем измерения окружности плеча в его средней части, толщины кожно-жировой складки над трицепсом и вычислением, по формуле, окружность мышц плеча. Оценка полученных величин указанных показателей проводилась на основании сопоставления со стандартными значениями. Для изучения и оценки адаптационных возможностей организма использовался индекс функциональных изменений системы кровообращения, а психологического состояния – шкала субъективной оценки личностной тревожности.

Результаты и их обсуждение. Результаты изучения и оценки студентов свидетельствуют, что из общего количества обследованных 84,3 % имели белково-энергетическую недостаточность, а всего лишь у 15,7 % отмечались стандартные величины окружности мышц плеча и толщины кожно-жировой складки над трицепсом. Удовлетворительное состояние адаптации регистрировалось среди 22,6 %, напряжение механизмов адаптации – 58,4 %, неудовлетворительное состояние адаптации регистрировалось в 19 % случаев. По психологическому состоянию обследованные студенты распределились следующим образом: высокая личностная тревожность – 33,2%, умеренная степень тревожности – 60 % и состояние низкой личностной тревожности установлено лишь среди 6,8 % обследованных студентов.

Выводы. 1. Состояние большинства обследованных студентов (84,3 %) характеризуется неадекватным фактическим питанием, проявляющимся белково-энергетической недостаточностью различной степени.

2. Удовлетворительные адаптационные возможности организма обследованных студентов выявлены только в 22,6 % случаев, что может отрицательно повлиять на их состояние здоровья.

3. В большей части обследованных студентов (более 93 %) выявлена умеренная и высокая степени личностной тревожности, что свидетельствует о высокой психоэмоциональной нагрузке в условиях их жизнедеятельности.