

*Тимченко В.О., Кайкова Д.А.*

## **АНАЛИЗ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ РАССТРОЙСТВА ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ Г.О. САМАРА**

*Научные руководители: д.м.н., проф. Сазонова О.В.,  
ст. преп. Фролова О.В.*

*Кафедра гигиены питания с курсом гигиены детей и подростков  
Самарский государственный медицинский университет, г.о. Самара*

**Актуальность.** До недавнего времени нарушения пищевого поведения рассматривались только как медицинский диагноз, однако теперь их изучают и как психологическое расстройство. В первые два десятилетия XXI века наблюдался заметный рост случаев расстройств пищевого поведения, при этом атипичные формы расстройств становятся все более распространенными. Это связано с усилением стрессорных влияний, повышением информационной нагрузки и, как результат, увеличением распространенности нарушений пищевого поведения. Следует заметить, что разработанной и апробированной программы первичной профилактики отклонений пищевого поведения среди молодых людей на данный момент в России не существует, что делает проблему еще более актуальной.

**Цель:** оценка степени распространенности расстройств пищевого поведения среди студентов и установление наиболее вероятных причин развития данной патологии.

**Материалы и методы.** Проведен анализ эмпирического исследования особенностей психологического состояния студентов университетов г.о. Самара со склонностью к расстройству пищевого поведения среди лиц мужского и женского пола в возрасте от 17 до 25 лет. Обследование было анонимным, включало в себя анкету с вопросами биологического, социального характера и пищевого анамнеза. Объем исследования составил 160 человек. Для оценки пищевого поведения использовали опросник ЕАТ-26 (далее – число ЕАТ) в адаптации. Помимо этого, обследованные проходили психологическое тестирование: степень тревожности Спилбергера—Ханина, показывающий психофизиологическое состояние человека. Кроме учета стандартных показателей, проводили вычисление индекса массы тела. Обследование проводилось в программе Online Test Pad, обработка полученных результатов проводилась с использованием пакета программы статистического анализа MicrosoftExcel.

**Результаты и их обсуждение.** В результате исследования по опроснику пищевого поведения ЕАТ-26 у 18 студентов (11,25%) из 160 опрошенных выявлены признаки расстройств пищевого поведения (число ЕАТ > 20). У всех остальных число ЕАТ было в пределах нормы. Оценка индекса массы тела позволила выделить группу с нормальной массой тела (1) — 94 человека (58,4 %), группу с избыточной массой тела (2) — 27 человек (16,6 %), группу с ожирением (3) — 39 человек (25 %). Оценка частоты встречаемости нарушений пищевого поведения студентов разного возраста показала, что изменения пищевого поведения диагностированы вне зависимости от массы тела. Проведенное психологическое тестирование выявило более высокие показатели тревожности у лиц с расстройствами пищевого поведения. У подавляющего большинства студентов, у которых диагностирована склонность к расстройству пищевого поведения, имеются нарушения в психоэмоциональной сфере, а именно наличие тех или иных депрессивных симптомов.

**Выводы.** Таким образом, у 11,25% студентов были выявлены расстройства пищевого поведения, характеризовавшиеся высоким самоконтролем, озабоченность, что свидетельствует о вероятности наличия отклонений в пищевом поведении у них вплоть до развития клинически выраженных расстройств. Выявленные связи пищевого поведения с эмоциональными состояниями необходимо учитывать при выборе коррекционных программ у пациентов с расстройствами пищевого поведения. На основании изложенного материала возникает необходимость оказания своевременной психологической помощи, а также разработки и внедрения программы психокоррекционной работы с расстройством пищевого поведения у студентов.