

*Прокопенко Д.Д.*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ**

*Научный руководитель: ст. преп. Кушнерук А.В.*

*Кафедра гигиены детей и подростков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Интернет оказывает существенное влияние на все сферы жизни человека, на его физический, психоэмоциональный и социальный статус. Студенческая молодежь является одной из наиболее уязвимых групп для формирования интернет-зависимого поведения ввиду возрастной незрелости личности и неустойчивости ее структуры. Социальные сети – это удобный канал коммуникации и наиболее популярная онлайн-платформа среди студентов. Неконтролируемое и чрезмерное использование социальных медиа в долгосрочной перспективе приводит к формированию у молодых людей зависимого поведения. Аддикция от интернет-ресурсов и социальных сетей является причиной развития физиологических дисфункций и клинических расстройств, которые проявляются, прежде всего, симптомами вегетососудистой дистонии (далее ВСД), артериальной гипертензией, функциональными нарушениями сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, снижением стрессоустойчивости. Изучение взаимосвязи интернет-зависимости и психофизиологических особенностей студентов позволит разработать современные методы профилактики по коррекции образа жизни будущих врачей-специалистов, профессиональная деятельность которых предъявляет повышенные требования к их психофизиологическим возможностям и личностным качествам.

**Цель:** оценить взаимосвязь интернет-зависимости и психофизиологических особенностей студентов.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие 180 студентов медико-профилактического факультета УО БГМУ. Стрессоустойчивость оценивалась с применением шкалы организационного стресса А.МсLean. Для выявления признаков вегетососудистых изменений был использован опросник А.М.Вейна. С целью оценки Интернет-зависимости у студентов использовалась специально разработанная анкета. Статистическая обработка полученных данных осуществлялась с использованием программы Microsoft Excel.

**Результаты и их обсуждение.** В ходе проведенного исследования было выявлено, что среди 116 исследуемых с интернет-аддикцией 50% спят 6 и менее часов за ночь. У 36.2% респондентов отмечается неспособность регулировать время, проводимое в сети. Были выявлены симптомы вегето-сосудистой дистонии: быстрая утомляемость у 62% человек, головную боль отметили 43% учащихся, нарушение функции желудочно-кишечного тракта: склонность к диспептическим расстройствам, боли в животе выявлены у 55% студентов, «Респираторный синдром» проявляется в одышке, поверхностном дыхании с ограничением вдоха – у 40% опрошенных.

**Выводы.** Результаты исследования показали, что состояния, сопровождающиеся вегетативными нарушениями, астенией, нарушениями сна, головными болями, функциональными отклонениями сердечно-сосудистой, дыхательной систем и желудочно-кишечного тракта чаще регистрируются у студентов с интернет-зависимостью.