

Андрейкова Е.А., Ничипорович З.Д.

УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ И ЧАСТОТА ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Научный руководитель: д-р мед. наук, проф., Борисов А.В.

Кафедра нервных и нейрохирургических болезней

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Высокая учебная нагрузка у студентов БГМУ часто сопровождается повышенной тревожностью, а головная боль остаётся одной из наиболее распространённых жалоб во время учебного семестра и экзаменационной сессии. Изучение связи между этими показателями важно для понимания механизма возникновения головной боли и своевременной её профилактики.

Цель: выявить и охарактеризовать взаимосвязь между уровнем тревожности и частотой головных болей у студентов БГМУ.

Материалы и методы. При выполнении исследовательской части научной работы для опроса студентов в целях оценки уровня тревожности и частоты головных болей использовались соответственно госпитальная шкала тревоги Hospital Anxiety and Depression Scale Anxiety subscale (HADS-A) и индекс влияния головной боли Headache Impact Test (HIT-6). По шкале HADS-A норма составляет от 0 до 7 баллов, субклинически выраженная тревога от 8 до 10 баллов, клинически выраженная тревога - 11 баллов и выше. Для индекса HIT-6 более высокая сумма баллов соответствует большему воздействию головной боли на жизнь человека. В опросе принял участие 51 студент (33 женщины и 18 мужчин): 22 студента лечебного факультета, 25 студентов педиатрического факультета, 2 студента фармацевтического факультета, 2 студента медико-профилактического факультета. Средний возраст составил 20,5 лет. Результаты обрабатывались в программе Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. По результатам опроса из 22 студентов третьего курса педиатрического факультета нормальные показатели в отношении тревожности имеют 13 (59,1%) студентов, у 3 (13,6%) студентов – отмечается субклинически выраженная тревожность, у 6 (27,3%) студентов наблюдается клинически выраженная тревожность. При оценке влияния головной боли 11 (50,0%) студентов набрали менее 49 баллов, 5 (22,7%) студентов – 50-59 баллов, 6 (27,3%) студентов – более 60 баллов. Из 3 студентов четвертого курса педиатрического факультета норму при оценке тревожности имеют 2 (66,7%) студента, клинически выраженную – 1 (33,3%) студент, при оценке влияния головной боли 1 студент набрал менее 49 баллов, 1 студент набрал 50-59 баллов, 1 студент набрал более 60 баллов. Из 5 студентов третьего курса лечебного факультета, 2 (40,0%) студента имеют нормальную оценку по шкале тревожности, 2 (40,0%) – субклинически выраженную, 1 (20,0%) – клинически выраженную. Из 17 студентов четвёртого курса лечебного факультета 6 (35,3%) студентов имеют норму по HADS-A, 5 (29,4%) – субклинически выраженную тревожность, 6 (35,3%) – клинически выраженную. Корреляционный анализ по Пирсону между уровнем тревожности и частотой головных болей: $r = 0,75$; $p < 0,0001$, $n = 51$.

Выводы. Студенты педиатрического и лечебного факультетов 3 и 4 курсов имеют одинаковую положительную связь: чем выше уровень тревоги, тем выше балл по головной боли. У лечебного факультета более высокие средние показатели по обеим шкалам. Таким образом, выявлена сильная положительная корреляция между уровнем тревожности и частотой головных болей у студентов-медиков. Данные исследования позволяют говорить о необходимости внедрения поведенческой профилактики тревожности и самообучения дыхательным и мышечным техникам расслабления.