

## Оценка распространенности астено-неврологического синдрома у студентов медицинского института

*Клеянкина Анастасия Михайловна*

*Студент (специалист)*

Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва, Медицинский институт,  
Саранск, Россия

*E-mail: an\_kleiankina@mail.ru*

В условиях современной действительности наблюдается высокая потребность населения в стабилизации и сохранении оптимального психического состояния. студенты медицинских ВУЗов, относятся к группе риска по развитию астении, в связи с большой интеллектуальной нагрузкой и необходимостью получения практических навыков для дальнейшей работы. Ввиду актуализации профилактической направленности медицины, важным аспектом является изучение влияния особенностей образа жизни современного человека на его психоэмоциональный статус с позиции риска развития пограничных расстройств, а в дальнейшем, и различных заболеваний [1].

В исследовании приняли участие 350 студентов Медицинского института МГУ им. Н.П. Огарева из России 18-23 лет (244 девушки и 106 юношей). Анонимный опрос включал в себя личную анкету и оценку по 5-бальной шкале симптомов: головные боли, нарушение сна и аппетита, раздражительность, усталость, миалгии, невозможность расслабиться. Дополнительно предлагалась субъективная шкала оценки Астении MFI-20 и Госпитальная шкала тревоги и депрессии (Zigmond A.S., Shaity R.P., 1983). Исследование носило однократный характер и проводилось случайным отбором респондентов.

Установлено, что симптомы астении присутствуют у 77,8% студентов (272 человека), из них у 29 (10,7%) выявлена выраженная астения, у 68 (25%) – умеренная и у остальных 175 студентов – астения легкой степени (64,35). Анализируя шкалу MFI-20 по частоте встречаемости отдельных видов астении, мы получили следующие показатели: общая астения установлена у 49 респондентов (18%), сниженная активность – у 14 (5,13%, все – юноши!), сниженная мотивация – у 76 (27,9%), физическая астения – 54 (19,8%) и психическая астения – у 79 будущих врачей (29%). Наиболее высокие показатели были зафиксированы у студентов 1 и 6 курсов, что по-видимому связано с периодом адаптации к новому виду деятельности (1 курс) и с повышенными нагрузками (6 курс). Симптомы депрессии разной степени выраженности отмечаются у 22 опрошенных (8%), а тревоги – у 71 (26,1%). Большая часть из них обучается на 4-6 курсах и работает в лечебных учреждениях в качестве младшего и среднего медицинского персонала.

Сопоставив вышесказанное с данными личных анкет, мы предполагаем, что причинами обозначенных расстройств у студентов являются чрезмерные умственные нагрузки, приоритет учебы относительно спорта, творчества, недостаток времени для сна и реализации личных потребностей. В связи с этим, необходимо оптимизировать режим дня студентов, акцентируя внимания на балансе между отдыхом и трудом.

### Источники и литература

- 1) Avtaykina L., Slepova A., Trunina E. et al. Dynamic changes of physiological and psychological parameters of young persons as asthenia risk factors // Journal of Clinical Physiology and Pathology. 2023, №2(2). p.35-41.