

ОЦІНКА СТАНУ ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СТРЕСУ СТУДЕНТІВ МЕДИКІВ РІЗНИХ РОКІВ НАВЧАННЯ

М.І. Зелена

*Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького
marianna_zavada@ukr.net*

M. Zelena

Annotation The study of the state of health and the level of psychological stress among medical students was conducted using the questionnaire method. It was found that 6th-year students are more likely to suffer from chronic diseases compared to 2nd-year students, but have a lower level of psychological stress. At the end of the training, students' adaptive reactions to the learning conditions become more active and the stress level decreases.

Key words: student, health, psychological stress, learning

Студентська молодь характеризується сукупністю вікових та психофізіологічних особливостей, підвищенням рівня розумового навантаження та психоемоційного стресу, зміною способу життя та міжособистісних відносин, схильністю до ризикової поведінки, інтернет-залежністю, недотриманням здорового способу життя [1-4]. Ці фактори призводять до погіршення адаптаційних процесів, розвитку психологічного стресу та патологічних станів організму. Психологічний стрес – стан надмірної психологічної напруженості, який розвивається в результаті впливу соціальних, психологічних, екологічних, навчальних факторів. Найбільш стресовими вважають перші курси навчання [5]. За останні роки спостерігається зростання захворюваності молоді практично за всіма класами хвороб, хронічні захворювання мають 40-60% осіб [6-8].

Мета – вивчити стан здоров'я та рівень психологічного стресу студентів-медиків різних років навчання на основі анкетного опитування.

Проводилося анкетування студентів 2 (171) та 6 (121) курсів медичного факультету ЛНМУ імені Данила Галицького за анкетною, яка включала питання стосовно самооцінки стану здоров'я. Для визначення рівня стресу використовувався тест психологічного стресу Рідера (L. Reeder та співавт., 1969) та частота скарг з боку емоційної сфери (апатія, перепади настрою, безсоння та ін.). За результатом тесту Рідера респонденти були розподілені на три групи: особи з низьким, середнім та високим рівнем стресу. В кожній з груп визначали відсоток студентів з частими емоційними скаргами та різною самооцінкою здоров'я.

За даними опитування студентів 2 курсу виявлено, що хронічну патологію мають 39%. Структура захворюваності: перше місце посідають хвороби органа зору 43% (міопія); друге місце розділили хвороби органів травлення (хронічний гастрит) та хвороби кістково-м'язової системи (сколіоз) по 13%; третє місце – хвороби ЛОР-органів (хронічний тонзиліт) 10%. Натомість серед

студентів 6 курсу вже більше половини мають хронічну патологію (55%). В структурі захворюваності перше місце посідають хвороби органів травлення (25%): хронічний гастрит, гастродуоденіт, віразкова хвороба шлунка, дискінезія жовчовивідних шляхів; друге місце – хвороби ЛОР-органів (21%): хронічний тонзиліт; та третє місце – хвороби органа зору (16%) – міопія. Встановлено, що половина студентів 2 курсу проходить щорічний медичний огляд (54%), та тільки третина студентів 6 курсу (32%). За результатами виконання тесту Рідера високий рівень стресу виявлено практично в однаковій кількості молоді – 11% студентів 2 курсу та 12% студентів 6 курсу, середній рівень виявлено у 62% та 43%, натомість відсоток осіб з низьким рівнем стресу суттєво відрізнявся – у 27% та 45% відповідно. Отже структура захворюваності студентів 2 курсу суттєво відрізняється від 6 курсу. На останньому році навчання частка студентів з низьким рівнем стресу збільшується.

За анкетними даними лише поодинокі студенти оцінили свій стан здоров'я як «дуже добрий» або «поганий», більше половини – як «добрий» (67% студентів 2 курсу та 64% студентів 6 курсу), решта молоді – як «посередній» (31% та 27% відповідно). Студенти з високим рівнем психологічного стресу оцінили свій стан здоров'я як «посередній» у 78% випадків та частіше скаржилися на емоційну лабільність, як «добрий» – лише 15% студентів. Водночас 78% студентів з низьким рівнем стресу охарактеризували свій стан здоров'я як «добрий» та практично не мали скарг з боку емоційної сфери. Отже, чим вищий рівень стресу у студентів як 2 та і 6 курсу, тим гірше вони оцінюють свій стан здоров'я і частіше скаржаться на емоційну лабільність.

Висновки. При проведеному аналізі стану здоров'я студентів 2 і 6 курсу виявлено певні тенденції: 1) студентам 6 курсу частіше діагностовано хронічні захворювання порівняно зі студентами 2 курсу, вони рідше проходять щорічний медичний огляд; 2) серед студентів 6 курсу збільшується частка з низьким рівнем психологічного стресу, що може вказувати на посилення адаптаційних механізмів нервової системи до умов навчання; 3) студенти з високим рівнем стресу гірше оцінюють свій стан здоров'я та скаржаться на емоційну лабільність. Для профілактики розвитку психологічного стресу та погіршення стану здоров'я в процесі навчання рекомендовано дотримання здорового способу життя, застосування психокорекційних методик, раціональне керування часом, окрім того впровадження в навчальний процес здоров'язберігаючих освітніх технологій.

Список використаних джерел

1. Боброва Н.О., Ананьєва М.М., Звягольська І.М., Басараб Я.О., Лобань Г.А. Ставлення студентів-медиків до здорового способу життя та його

- вплив на процес навчання. ВІСНИК ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія». 2015. №2(50). С.8-12.
2. Сердюк А.М., Гуліч М.П., Петренко О.Д., Любарська Л.С., Коблянська А.В. Обізнаність та усвідомлення студентською молоддю загрози для здоров'я факторів ризику неінфекційних захворювань – сучасний стан проблеми. Медичні перспективи. 2019. Т24. №1. С. 4-14.
 3. Формування здорового способу життя молоді. Навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков та ін. (кер. авт. колект. Т. Андріученко). - 2-ге вид. - К.: Бланк-Прес, 2019. - 120 с.
 4. Чернявська Л.І., Криницька І.Я., Мялюк О.П. Стан здоров'я студентів, проблеми та шляхи їх вирішення. Медсестринство.2017. №1. С. 24-27.
 5. Дубина С.О., Хапченкова Д.С., Бондаренко С.В. Фактори, що впливають на студентську успішність вивчення теоретичної дисципліни. Медична освіта. 2019. №1. С. 68-70.
 6. Оксютенко О.В. Здоров'я молоді – запорука нашого майбутнього. Медсестринство.2015. № 4. С. 8-10.
 7. Вороненко Ю.В., Кошова С.П., Михальчук В.М., Радиш Я.Ф. Здоров'я громадян України – важлива складова національної безпеки та потенціалу суверенітету держави. Здоров'я нації. 2021. №3 (65). С. 5-13.
 8. Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді : за результатами соціологічного дослідження в межах міжнародного проекту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» : моногр. / О. М. Балакірева, Т. В. Бондар та ін. ; наук. ред. О. М. Балакірева ; ЮНІСЕФ, ГО «Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка». – К. : Поліграфічний центр «Фоліант», 2019. – 127 с.

ДІАГНОСТИЧНЕ ЗНАЧЕННЯ МІКРОФЛОРИ ПІХВИ У ЖІНОК РЕПРОДУКТИВНОГО ВІКУ

*І.Й.Івасюк, Л.А. Павлюк
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
ivasiuk777@i.ua
I.Y.Ivasiuk, L.A.Pavliuk*

Annotation. The microflora of the vagina is normally represented mainly by lactobacilli and plays an extremely important role in maintaining reproductive health. Lactobacilli actively compete with other human microorganisms for the possibility of adhesion to the cells of the vaginal epithelium, thereby stimulating the immune system of the macroorganism [3,4]. Along with this, they activate the TLR receptors of epithelial cells, which recognize various microorganisms, which leads to the production of the same anti-inflammatory cytokines in quantities sufficient to control the reproduction of unwanted microflora. A healthy ecosystem of the vagina is characterized by an intact epithelium, the presence of a sufficient amount of lactobacillary microflora and an adequate state of local immunity [1,3]. Lactobacilli are quite vulnerable compared to opportunistic and pathogenic microorganisms.