

## Общая и клиническая психология

ID: 2019-05-8-A-14404

Краткое сообщение

Самедов С.В., Беляева Ю.Н.

### Депрессия у студентов медицинского ВУЗа: миф или реальность?

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра поликлинической терапии, общей врачебной практики и профилактической медицины

Научный руководитель: д.м.н. Шеметова Г.Н.

#### Резюме

В работе проведена оценка уровня депрессии и факторов риска данного состояния у студентов медицинского ВУЗа. Приведен опыт разработки и использования методов скрининга факторов риска и первых доклинических проявлений депрессии, в том числе среди студенчества.

**Ключевые слова:** депрессия, студенческая молодежь, факторы риска, скрининг, анкетирование

#### Введение

Всемирный день здоровья 07 апреля 2017 года, отмечаемый Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), будет посвящен проблеме депрессии, от которой страдают люди всех возрастов, всех категорий населения и во всех странах [7]. Депрессия причиняет психические страдания, негативно отражается на способности человека выполнять даже самые простые повседневные задачи и иногда может иметь катастрофические последствия для взаимоотношений человека с близкими и друзьями, а также способности человека зарабатывать себе на жизнь [2,7]. В крайних случаях депрессия может привести к самоубийству – на сегодня второй ведущей причиной смерти среди людей в возрасте 15-29 лет [2]. ВОЗ выделяет три категории населения, затронутые проблемой депрессии в гораздо большей степени, нежели остальные: молодежь в возрасте 15-24 лет, женщины детородного возраста (особенно молодые матери), а также пожилые люди (старше 60 лет) [2,3,7]. Студенческая молодежь попадает в группу риска развития депрессии и является целевой группой, в которой возможна работа по профилактике и раннему активному выявлению этого недуга [5,6]. Скрининговые методы, такие как анкетирование, позволяют быстро, не инвазивно, активно выявить начальные проявления и предотвратить появление многих заболеваний [4]. Более глубокое понимание того, что собой представляет депрессия и как ее можно предотвратить, выявить на ранних этапах или излечить, поможет развеять негативные стереотипы, связанные с этим заболеванием, и подтолкнуть большее число людей к тому, чтобы обратиться за помощью.

**Целью** настоящего исследования явилась оценка уровня депрессии у студентов первого и шестого курсов лечебного и иностранного факультетов ФГБОУ ВО «Саратовский государственный медицинский университет имени В. И. Разумовского» Минздрава России (СГМУ), а также наличия факторов риска данного состояния у студентов медицинского ВУЗа.

#### Материал и методы

Данное исследование основано на результатах анкетирования студентов первого и шестого курсов лечебного и иностранного факультетов СГМУ. Исследование проходило в два этапа. На первом этапе нами была использована шкала-опросник "Center for Epidemiological Studies Depression Scale" (CES-D; Radloff, США, 1977) (далее CES-D), которая состояла из 20 пунктов, измеряющих депрессивные нарушения, отмечающиеся у обследуемых за последнюю неделю/месяц. Общий балл по данной шкале от 0 до 60 отражала уровень депрессии. Шкала CES-D была разработана для эпидемиологических исследований депрессии, широко используется и переведена на многие языки. Она используется в качестве скринингового инструмента для выявления у пациентов депрессивного расстройства. На сегодняшний день это наиболее часто используемый опросник в мире для проведения эпидемиологических исследований депрессии. Он был переведен и валидизирован в России [1].

На втором этапе респондентам было предложено ответить на тринадцать вопросов авторской анкеты, касающихся изучению распространенности факторов риска депрессии. Дальнейшая обработка материала произведена с использованием программ математической статистики.

Нами было опрошено 156 человек: 48,7% (76 чел.) составляли студенты 1 курса и 51,3% (80 чел.) студенты 6 курса. Средний возраст респондентов 23,5±0,25 лет. Женщины в количестве 69,2% (108 чел.), преобладали почти в 2 раза над мужчинами - 30,8% (48 чел.), что объясняется гендерной особенностью ВУЗа.

Данное анкетирование вызвало интерес у исследуемых, отказов в проведении не было.

#### Результаты

Первым этапом мы определили уровень депрессии у всех респондентов. В результате опроса было выявлено следующее:

- тяжелый уровень депрессии имеют 7,05% (11 чел.) опрошенных, среди которых студентов 1 курса 3,8% (5 чел.) и 6 курса 3,85% (6 чел.);
- средний уровень депрессии наблюдался у 7,7% (12 чел.), 4,5% (7 чел.) из 1 курса и 3,8% (5 чел.) из 6 курса;
- легкий уровень депрессии диагностирован у 25,6% (40 чел.) респондентов, из которых 14,1% (22 чел.) студенты 1 курса и 11,5% (18 чел.) 6 курса.

Положительным является тот факт, что подавляющее большинство респондентов 59,6% (93 чел.) не имеют признаков депрессии: 26,9% (42 чел.) первокурсников и 32,7% (51 чел.) студентов 6 курса.

По возрастам и уровням депрессии распределение следующее:

- Среди всех опрошенных тяжёлый уровень депрессии выявлен в возрасте от 23 до 25 лет в количестве 3,85% (6 чел.);
- Средний, лёгкий и нормальный уровень депрессии выявлен в возрасте от 17 до 19 лет: 3,85% (6 чел.) – средний уровень, 12,8% (20 чел.) – лёгкий уровень и 23,1% (36 чел.) – нормальный уровень депрессии.

Вторым этапом исследования респонденты ответили на вопросы авторской анкеты, в которой были отражены факторы, влияющие на развитие и уровень депрессии. Авторов интересовала информация о месте проживания студента (дома, в общежитии и на съёмной квартире), о его привычках (курение табака, распорядок дня, средняя продолжительность ночного сна, особенности питания, кратность и время потребления пищи), об отношении к занятиям спортом, вопросы наследственной предрасположенности к депрессии.

Обнаружено, что:

- Большая часть респондентов с тяжёлым уровнем депрессии проживает на территории собственного дома или на съёмной квартире - это 2,6% (4 чел.);
- Со средним уровнем депрессии большее количество респондентов проживает на съёмной квартире – 3,3% (5 чел.);
- Среди лиц опрошенных с легким уровнем депрессии большинство проживают в собственном доме – 8% (14 чел.).

Подавляющее большинство студентов, не имеющих депрессию проживают на съёмной квартире – 34% (53 чел.). Положительным фактором явилось то, что 83,9% (131 чел.) респондентов не имеют вредной привычки курение табака. Среди всех опрошенных было выявлено большое количество лиц, не имеющих интереса к занятию спортом – 64,1% (100 чел.): 1 курс 30,8% (48 чел.) и 6 курс 33,3% (52 чел.). Треть опрошенных отмечает у себя вредную привычку - «заедание» стресса – 30,8% (48 чел.): студентов 1 курса 11,5% (18 чел.) и 6 курса 19,2% (30 чел.), что влечет за собой риск возникновения не только депрессии, но многих других заболеваний. Средняя продолжительность ночного сна у большинства опрошенных составляет 5-6 часов: 44,2% (69 чел.), среди которых 21,8% (34 чел.) из 1 курса и 22,4% (35 чел.) 6 курс. Большая часть респондентов указала, что кратность приёма пищи в сутки варьируется от 2 до 3 раз: 42,3% (66 чел.) – 1 курс 19,2% (30 чел.) и 6 курс 23,1% (36 чел.). Принимать пищу в течение учебного дня получается у 69,9% (109 чел.) всех респондентов. Время основного приёма пищи приходится у большинства опрошенных на период с 17:00 до 23:00 часов – 50,6% (79 чел.): 1 курс 23,7% (37 чел.) и 6 курс 26,9% (42 чел.). Важным фактором риска развития депрессии является наследственная предрасположенность. Среди всех опрошенных 5,1% (8 чел.) уже имеют неврологические заболевания и состоят на учете у невропатолога и 6,4% (10 чел.) имеют родственников, страдающих нервными заболеваниями.

#### Заключение

Таким образом, студенты медицинского ВУЗа в течение учебы испытывают стрессовые нагрузки. Положительным является тот факт, что подавляющее большинство респондентов 59,6% (93 чел.) не имели признаков депрессии. Но как среди первокурсников, так и среди студентов шестого курса в ходе исследования выявлены лица, имеющие тяжелый, средний и лёгкий уровни депрессии. Среди выявленных факторов риска депрессии основными можно назвать: нерациональное и нерегулярное питание, недостаточную физическую активность, нарушение режима сна и отдыха. Причем вышеуказанные факторы выявлялись преимущественно у лиц уже имеющих признаки депрессивного состояния, обнаруженного на первом этапе исследования. Поэтому актуальным является разработка методов скрининга факторов риска и первых доклинических проявлений депрессии, в том числе среди студенчества. Анкетирование как метод скрининга является удобным, дешевым, доступным для применения в любом помещении и легким в обработке методом. Он может быть включен в амбулаторно-поликлиническую практику и в систему ежегодного профилактического осмотра студентов - медиков. Мы считаем, что необходимо проводить работу со студенческой молодежью по информированию о факторах риска и методах профилактики депрессий, формированию здорового образа жизни.

#### Литература

1. Адрющенко А.В., Дробижев М.Д., Добровольский А.В. Сравнительная оценка шкал CES-D, BDI и HADS в диагностике депрессий общемедицинской практики // Журнал неврологии и психиатрии им. Корсакова. 2003. №5. С. 11-18.
2. Доклад Всемирной Организации Здравоохранения. Депрессия: глобальная проблема. Женева. 2012г.
3. Захарченко Е. А., Тумакова Н. А., Сенцов А. Э. К вопросу о проблемах стрессовых и депрессивных состояний и их профилактике у студентов // Молодой ученый. — 2015. — №11. — С. 1726-1728.
4. Маринина Л.Ю., Беляева Ю.Н. Эффективность анкетирования как метода раннего активного выявления модифицируемых факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний в условиях железнодорожного здравоохранения // Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты. 2015. №19 С.30-36.
5. Михайлова Ю.В., Орлова Г.Г., Арефьева И.С., Соболева Н.П., Шеметова Г.Н. Организация профилактической работы среди студенческой молодежи / М: РИО ЦНИИОИЗ. 2009. - 223 с.
6. Шеметова Г.Н., Красникова Н.В., Губанова Г.В. и др. Профилактическая работа терапевта: формирование компетенций // Фундаментальные исследования. 2014. Том . №7-1: С.166-169.
7. <http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2017/campaign-essentials/ru/>