

ID: 2020-09-439-T-19284

Тезис

Бабошкина Л.С., Гайдарова Д.С.

**Выявление и профилактика высокого уровня тревожности у студентов медицинского ВУЗа***ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра поликлинической терапии, общей врачебной практики и профилактической медицины**Научный руководитель: к.м.н. Балашова М.Е.*

**Актуальность.** Новые условия жизни студентов-медиков, сложность обучения, предстоящая сессия провоцируют стрессовые ситуации. Эти факторы могут подавлять адаптационные возможности и приводить к развитию стресса.

**Цель работы:** изучение уровня тревожности у студентов 1 и 4 курсов медицинского ВУЗа.

**Материал и методы.** Проведено анкетирование 200 студентов 1-го курса и 100 студентов 4 курса лечебного факультета СГМУ. В анкете был использован тест Спилбергера – Ю.Л. Ханина для определения уровня личностной и ситуативной тревожности.

**Результаты.** 57% студентов 1 курса имеют высокий уровень тревожности. К 4 курсу отмечается тенденция к повышению уровня тревожности до 75,5 %.

Высокий уровень тревожности характерен для девушек абитуриенток и студенток на протяжении всего периода обучения (73,5%). У юношей наблюдается возрастание уровня тревожности от 1 курса (30,1%) к 4 курсу (80,5 %). У первокурсников высокая тревога может быть связана с процессом адаптации к изменяющимся условиям обучения. Высокий уровень тревожности студентов 4 курса можно объяснить сложностью обучения, предстоящим выбором будущей специализации.

**Выводы.** У студентов выявлен стабильно высокий уровень тревожности с тенденцией к повышению в период обучения. Участковым терапевтам и врачам общей практики необходимо выявлять пациентов с высоким уровнем тревожности на ранних этапах, обращая внимание на их жалобы: изменения аппетита, нарушения сна, пониженный фон настроения. Раннее выявление и профилактика симптомов тревоги позволит улучшить учебную деятельность и избежать стрессовых ситуаций.

**Ключевые слова:** профилактика, тревожность