

Е. Ф. Конопки [и др.]. – 2-е изд., перераб. и доп. – Барановичи : Укрупн. тип., 1998. [Электронный ресурс]. – Дата доступа: 27.02.2021.

4. Радиации бояться – в лес не ходить : памятка – ГУ «Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rcherph.by/>. – Дата доступа: 27.02.2021.

5. Министерство сельского хозяйства и продовольствия Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://mshp.gov.by>. – Дата доступа: 27.02.2021.

6. Государственное учреждение «Республиканский центр по гидрометеорологии, контролю радиоактивного загрязнения и мониторингу окружающей среды» Минприроды Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rad.org.by/monitoring> ©rad.org.by. – Дата доступа: 27.02.2021.

7. Государственное учреждение «Светлогорский зональный центр гигиены и эпидемиологии» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.svetlcge.by/>. – Дата доступа: 27.02.2021.

ИЗУЧЕНИЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Ефремов С.Д.

студент 2 курса лечебного факультета

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Научный руководитель – доцент кафедры лучевой диагностики
и лучевой терапии, к. б. н., доцент Зиматкина Т.И.

Актуальность. Современному человеку сложно представить свою жизнь без компьютера. Многие жители Республики Беларусь используют данное электронное устройство для облегчения выполнения поставленных ему задач.

Компьютер – устройство или система, способная выполнять заданную, чётко определённую, изменяемую последовательность операций. Электронные устройства сильно облегчают нашу жизнь в виду наличия больших вычислительных мощностей, но у любой монеты две стороны. Электронные устройства можно использовать как в работе и в десятки раз повышать ее эффективность по сравнению с прошлым десятилетием, так и для проведения личного досуга. На сегодняшний день подростки тратят свою бесценную молодость на нечто виртуальное и не имеющее никакого физического проявления. Основная проблема

заключается в виртуальных играх. Некоторые подростки тратят на виртуальные игры более 25% всего дня. Оказываясь по разным причинам без поддержки близкого социального окружения, подросток попадает в ситуацию, когда он не решает проблемы, а создаёт иллюзорную зону комфорта, используя компьютерные технологии как психоактивные действия. Так, порой у некоторых из них не остаётся времени на друзей, учебу, они думают лишь об одном – компьютерных играх. В связи с этим стала актуальной проблема анализа влияния компьютера на развитие подрастающего поколения. Речь идёт о возможности возникновения компьютерной зависимости (аддикции). И причины таких результатов следующие. Можно предположить, что на каждом этапе жизни у человека, живущего в социуме, есть ведущая деятельность. В большинстве своём среди студентов в возрасте 17-20 лет ведущая роль отведена общению. Однако не все обладают должными навыками в ведении светской беседы и могут быть недопоняты своим окружением, что приведёт к их отстранённости от социума, а потребность в общении никуда не делась. Тогда молодежь начинает искать общение в других областях и зачастую находит его в компьютерных играх. Обычно структура компьютерных игр заключена в столкновении двух команд с целью победы одной над другой. Человек, которого обделили общением в настоящем мире, мигрирует в виртуальный, где является частью команды. У данного студента начинает складываться ложное впечатление, что он является частью чего-то большего, что это не просто виртуальная победа, а это победа над его комплексами дефицита общения, без его непосредственного участия команда не смогла бы справиться. Очень часто такое состояние переходит в зависимость, и студент тратит все больше и больше времени на игру. Попытки родителей или близких ему людей, как правило, не приносят никаких результатов, а наоборот провоцируют конфликты и агрессию, что вызывает потерю доверия. Многие психотерапевты говорят, что компьютерная зависимость не является самостоятельным заболеванием. Как правило, этот диагноз свидетельствует о других серьезных проблемах человека: депрессии, коммуникационных проблемах и др. Все они так или иначе являются признаками неспособности человека справиться со стрессом и формами той или иной дезадаптации в реальной жизни. Варианты предупреждения данной зависимости будут состоять из нескольких этапов: первый – диагностика причин формирования компьютерной зависимости, а также исключение возможных болезненных расстройств, в частности депрессии. В случае обнаружения скрытой депрессии необходимо обратиться за помощью. Основным методом исключения

компьютерной зависимости является психологическая коррекция, которая проводится индивидуально и в специальных тренинговых группах. Психологическая помощь направлена: на улучшение взаимоотношений с близкими и сверстниками; обучение саморегуляции и умению справляться с трудностями; воспитанию волевых качеств; повышению самооценки; формированию новых жизненных увлечений. Важнейший этап коррекции компьютерной зависимости – привлечение страдающего ею человека в процессы, не связанные с компьютерами, чтобы интернет и игры не являлись заменой реальности. Необходимо показать человеку, что существует масса интересных развлечений помимо компьютера (боулинг, сноуборд, походы за грибами, пейнтбол, походы на байдарках, футбол и проч.), которые не только позволяют пережить острые ощущения, но также тренируют тело и нормализуют психологическое состояние. Самый простой и доступный способ решения зависимости – приобретение другой зависимости, а именно потребности в здоровом образе жизни, общении с живой природой, творческие прикладные увлечения, такие как рисование, которые, как правило, выводят человека из зависимости.

Цель. Изучение компьютерной зависимости у студенческой молодежи.

Материалы и методы исследования. В работе использовался метод социального опроса путём анонимного добровольного анкетирования, а также аналитический и сравнительно-оценочный методы, полученные данные обрабатывались статистически. Респонденты: 196 студентов в возрасте от 17-20 лет, из них 96 юношей и 100 девушек.

Результаты и их обсуждение. Установлено, что 49% студентов садятся за компьютер с целью получения полезной информации и обучения; 90% выбирают компьютер для общения, игр и развлечения; 57% студентов испытывают подъем настроения при «работе» за компьютером; 12% могут полностью погружаться в игру, отключаясь от реальности, что является одним из ярких показателей зависимости; 36% студентов часто или частично забывают об обязанностях, отдавая приоритет интернету и играм; у 35% участников опроса игра может длиться довольно долго, т.е. теряется контроль за временем и происходящим; 100% респондентов знает о вредном воздействии компьютера на здоровье и психологическое состояние человека; 92% опрошенных не проявляет сверхценного отношения к компьютеру. Только 8% респондентов (16 человек) попали в категорию риска: у 7% (14 человек) из 196 респондентов выявлены ярко выраженные симптомы зависимости; у 1% респондентов зафиксировано уже зависимое состояние

от компьютера. Полученные данные свидетельствуют о том, что компьютер и связанные с ним процессы взаимодействия, оказывают огромное влияние на жизнь и здоровье студенческой молодежи.

Вывод. Показатели не превышают критические пределы, однако в связи с очень бурным развитием техники они с течением времени будут только увеличиваться. Мы имеем дело с абсолютно новой для всего человечества зависимостью и какой будет ее масштаб в дальнейшем, можно только гадать.

Литература

1. Компьютерная зависимость у детей и подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://16gdp.by/informatsiya/sovety-roditelyam/722-kompyuternaya-zavisimost-u-detej-i-podrostkov>. – Дата доступа: 01.03.2021.

2. Профилактика компьютерной зависимости у детей и подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.11gdp.by/informatsiya/articles/477-profilaktika-igrovoj-i-kompyuternoj-zavisimosti-detej-i-podrostkov>. – Дата доступа: 05.03.2021.

3. Компьютерная зависимость подростка как социально-педагогическая проблема [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kompyuternaya-zavisimost-podrostka-kak-sotsialno-pedagogicheskaya-problema>. – Дата доступа: 26.02.2021.

ОПТИМИЗАЦИЯ ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ УЗЛОВЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ С ПОМОЩЬЮ РАДИОНУКЛИДНЫХ МЕТОДОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

***Жигимонт А.В., *Мосин О.В., *Верховодко А.И.,
Патюпо Е.О., **Заневский С.И.

*студенты 5 курса лечебного факультета, **ассистент кафедры онкологии

*УО «Гродненский государственный медицинский университет»

**УЗ «Гродненская университетская клиника»

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Научный руководитель – доцент 1-й кафедры внутренних болезней,
к.м.н., доцент Гулинская О.В.

Актуальность. Узловое образование щитовидной железы (ЩЖ) – это собирательное клиническое понятие, под которым подразумевается образование любого размера, имеющее капсулу, определяемое пальпаторно, либо при помощи любого визуализирующего исследования.