

СТРЭСАЎСТОЙЛІВАСЦЬ СТУДЭНТАЎ І ШКОЛЬНІКАЎ

Зімацкіна Т. І., Александровіч А. С., Тулішэўская Ю. У., Бабко К. Ю.

Гродзенскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт, Гродна, Беларусь

Актуальность. У цяперашні час адным з галоўных неспрыяльных фактараў, якія ўплываюць на здароўе чалавека, з'яўляецца стрэс. Адною з катэгорый навучэнскай моладзі, схільнай стрэсу, з'яўляюцца навучэнцы старэйшых класаў і студэнты малодшых курсаў. Стрэсы з'яўляюцца галоўнымі фактарамі рызыкі ўзнікнення і абвастрэння многіх захворванняў: сардэчна-сасудзістых, страўнікава-кішачнага гасцінца, зніжэння імунітэту.

Знізіць негатыўнае для здароўя ўздзеянне стрэсаў можна шляхам павышэння стрэсаўстойлівасці. Стрэсаўстойлівасць – гэта спалучэнне асобных якасцяў, якія дазваляюць чалавеку супрацьстаяць ўздзеянню стрэсавых фактараў без негатыўных наступстваў для псіхікі і здароўя. Паколькі стрэсы шырока распаўсюджаныя, тэма павышэння стрэсаўстойлівасці не губляе сваёй высокай актуальнасці і значнасці [1].

Цель. Вывучэнне ўзроўню стрэсу і стрэсаўстойлівасці студэнтаў і навучэнцаў старэйшых класаў.

Методы исследования. Вывучэнне стрэсаўстойлівасці праводзілася па метадазе [2]. Рэспандэнтамі з'яўляліся 100 студэнтаў ва ўзросце 18-19 гадоў і 42 навучэнцаў старэйшых класаў гімназіі. Атрыманыя дадзеныя апрацаваны статыстычна.

Результаты и их обсуждение. Устаноўлена, што ў 59% студэнтаў і 40% школьнікаў узровень стрэсаўстойлівасці нізкі, у 31% студэнтаў і 53% школьнікаў – сярэдні; у 10% студэнтаў і 7% школьнікаў – высокі. Сярод хлопцаў-студэнтаў 58% маюць нізкі ўзровень стрэсаўстойлівасці, 34% – сярэдні, 8% - высокі. Сярод хлопцаў-школьнікаў 51% маюць нізкі ўзровень стрэсаўстойлівасці, 47% – сярэдні, 2% – высокі. Сярод дзяўчат-студэнтак 60% маюць нізкі ўзровень стрэсаўстойлівасці, 28% – сярэдні, 12% - высокі. Сярод дзяўчат-школьніц 29% маюць нізкі ўзровень стрэсаўстойлівасці, 59% – сярэдні, 12% - высокі.

У выніку аналізу адказаў студэнтаў была зроблена выснова, што ў большасці студэнтаў стрэсаўстойлівасць зніжаецца перад сесіяй і павышаецца пасля заканчэння сесіі, у школьнікаў – у канцы чвэрці. Устаноўлена, што схільнасць стрэсу ў студэнтак дзяўчат больш, чым у хлопцаў, а ў школьнікаў – хлопцаў схільнасць стрэсу вышэй, чым у дзяўчат. У выніку ўздзеяння стрэсавых фактараў у навучэнскай моладзі назіралася змяненне ў дзейнасці сардэчна-сасудзістай сістэмы (у 80% фіксаваўся пачашчаны пульс). Перад сесіяй 40% студэнтаў пакутуюць ад парушэння сну.

Выводы. Атрыманыя вынікі сведчаць аб індывідуальным узроўні стрэсаўстойлівасці і адаптацыі да вучэбнай асяроддзі кожнага студэнта і школьніка. У 2/3 рэспандэнтаў-студэнтаў і 2/5 школьнікаў назіраўся нізкі ўзровень стрэсаўстойлівасці, у 1/3 студэнтаў і 1/2 школьнікаў – сярэдні. Высокі ўзровень

стрэсаўстойлівасці выяўлены ў 8% студэнтаў і 7% школьнікаў. Устаноўлена, што сярод моладзі значнай з'яўляецца група з нізкай стрэсаўстойлівасцю, што робіць праблему павышэння стрэсаўстойлівасці важнай для захавання і ўмацавання здароўя.

Для мінімізацыі негатыўнага ўздзеяння стрэсу і павышэння стрэсаўстойлівасці неабходна весці актыўны і здаровы лад жыцця, правільна харчавацца, высыпацца, больш часу праводзіць на свежым паветры, адпачываць на прыродзе, дзяліцца сваімі перажываннямі з сябрамі або роднымі, якім давяраеце.

ЛИТЕРАТУРА

1. Стрессоустойчивость [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2016/86187.htm>. – Дата доступа: 05.02.2020.

2. Зиматкина, Т. И. Экологическая медицина : практикум для студентов, обучающихся по специальностям 1-79 01 01 «Лечебное дело», 1-79 01 02 «Педиатрия» / Т. И. Зиматкина, А. С. Александрович, Г. Д. Смирнова. – Гродно : ГрГМУ, 2020. – 176 с.

ВЫНІКІ МАМАГРАФІЧНАГА СКРЫНІНГА РАКА МАЛОЧНАЙ ЗАЛОЗЫ ў НАСЕЛЬНІЦТВА ГРОДНА І ГРОДЗЕНСКОЙ ВОБЛАСЦІ

Зімацкіна Т. І.¹, Александровіч А. С.¹, Маркевіч Н. Б.²

¹Гродзенскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт, Гродна, Беларусь

²Гродзенская ўніверсітэцкая клініка, Гродна, Беларусь

Актуальность. Рак малочной железы (РМЖ) занимает второе место в структуре онкологического заболевания у женского населения в Республике Беларусь (17,6%) и первое место в структуре смертности женщин от злокачественных новообразований (16,9%). Показатель заболевания РМЖ за период 2011-2017 гг. составил 82,25 случая на 100000 чел. прирост заболевания за период 2011-2017 гг. составил 14,5%. Показатель заболевания РМЖ за период 2010-2019 гг. составил 91,1 случай на 100000 населения (от 79,0 до 103,2 случая на 100000 женщин в 2019 г.). Прирост заболевания за период 2010-2019 гг. составил 30,6%. Темп роста заболевания за сравнимые периоды вырос в 2,1 раза. У 3-10% пациентов с данной патологией разнице заболевания связана с наличием мутаций в генах BRCA1, BRCA2, CHEK2, NBS1, TP53. [1, 2, 3]

Цель. Анализ результатов проведения маммографического скрининга РМЖ у женского населения Ленинского и Кастрьчницкого районов г. Гродно.

Методы исследования. Скрининговая маммография осуществлялась на стационарных маммографах – “Giotto” (Италия), «MELODY-B” (Италия) и “Мамаскан” (Беларусь) с приставками для проведения даабследавання.