

3. Predicting the risk of tumor progression in patients with early stages of adenocarcinoma and squamous cell lung carcinoma based on laboratory parameters / A. D. Tahanovich, N. N. Kauhanka, V. I. Prohorova [et al.] // Biomed Kim. – 2021. – Vol. 67, № 6. – P. 507–517.

DIAGNOSTIC EFFICIENCY OF TUMOR MARKERS CYFRA 21-1, CXCR1, CXCR2, AND SCC IN DETECTING RECURRENCE OF SQUAMOUS CELL LUNG CARCINOMA

Haluz A.A.

*Belarusian State Medical University, Minsk, Belarus
galuzaaa_science@outlook.com*

Lung cancer is a leading cause of cancer-related mortality worldwide. The accurate and minimally invasive detection of tumor markers in the blood is crucial for the timely diagnosis of asymptomatic recurrence.

ЗНАЧЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ В ФОРМИРОВАНИИ СТЕССОУСТОЙЧИВОСТИ И ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Геллерт К.А., Миролюбова Т.Д., Волох Е.В.

*Белорусский государственный медицинский университет, Минск, Беларусь
karinagellert8@gmail.com*

Введение. К числу актуальных проблем современного высшего образования относится повышенная интенсивность процесса обучения, детерминированная высокой академической нагрузкой и необходимостью формирования профессиональных компетенций [2]. Данный фактор оказывает существенное давление на психоэмоциональную сферу личности обучающегося, что в наибольшей степени релевантно для студенческого общества, вынужденного сочетать интенсивную учебную деятельность с процессами социальной интеграции в период обучения [1]. В этой связи, исследование и последующая рационализация режимных аспектов жизнедеятельности современного поколения представляется одним из ключевых направлений в контексте минимизации стрессогенной нагрузки и обеспечения устойчивого психоэмоционального статуса студенческой молодежи [3].

Цель исследования. Оценка влияния режима дня студентов, обучающихся в условиях высокой академической нагрузки, на индивидуальную стрессоустойчивость и распространенность неинфекционных заболеваний.

Материалы и методы. Для проведения исследования использовался социологический метод сбора данных на выборке, состоящей из 135 студентов различных факультетов учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет». Гендерное распределение респондентов составило 80,7% лиц женского пола и 19,3% – мужского. Сбор

информации осуществлялся с применением авторского опросника, направленного на анализ режима дня, и стандартизированной методики «Опросник для диагностики стрессоустойчивости организма» (В.В.Маркова). Для сравнительного анализа респонденты были категоризированы по уровню стрессоустойчивости на три группы. Обработка данных проводилась в программе Microsoft Office Excel.

Результаты исследования. Результаты исследования психоэмоционального состояния студентов, оцененного посредством диагностики уровня стрессоустойчивости, позволили распределить респондентов по 3 группам. Высокий уровень стрессоустойчивости был зафиксирован у 37,0% опрошенных – 1-я группа наблюдения. Наиболее многочисленной оказалась группа с низкой стрессоустойчивостью – 2-я группа (60,7%), наименее многочисленной – респонденты в состоянии дистресса (2,2%) – 3-я группа.

Статистический анализ подтвердил наличие взаимосвязи между уровнем стрессоустойчивости и параметрами организации режима дня. Установлено, что для респондентов 1-й группы характерен наиболее сбалансированный распорядок: 44,0% из них, соблюдают гигиенически обоснованный объем двигательной активности, средняя продолжительность сна соответствует возрастной норме (7-9 часов), а время, отводимое на самостоятельную подготовку (около 3 часов в сутки) рационально чередуется с отдыхом. Во 2-й группе наблюдалась менее благоприятная ситуация: 82,9% респондентов имели сниженную продолжительность сна, 48,8% были физически активны лишь 30-60 минут в день, 30,5% – полностью исключали физическую активность из своего распорядка. При этом временные затраты на учебную деятельность у участников этой группы были выше и составляли в среднем 4 часа в сутки. В 3-й группе зафиксированы наихудшие показатели как по уровню двигательной активности, так и по продолжительности сна. Время на самостоятельную подготовку у респондентов группы 3 было минимальным – в среднем 1 час 40 минут.

Сравнительный анализ по гендерному признаку выявил различия в группах. Среди респондентов женского пола высокая стрессоустойчивость отмечена у 32,1%, низкая – у 65,1%, а состояние дистресса – у 2,8%. Анализ компонентов режима дня респондентов-женщин показал, что их учебная нагрузка, включая аудиторные занятия и самостоятельную подготовку, составляет в среднем от 7 до 11 часов в сутки. При этом на физическую активность, представленную преимущественно прогулками на свежем воздухе или кардиотренировками, отводится от 30 минут до 1 часа ежедневно. Продолжительность ночного сна у большинства опрошенных варьируется от 6 до 7 часов ежедневно.

В выборке респондентов мужского пола доминирующей оказалась группа с высокой стрессоустойчивостью (57,7%), тогда как низкий ее уровень был выявлен у 42,3%. Случаи дистресса в данной выборке зарегистрированы не были. Изучение показателей учебной нагрузки, включающую занятия

в университете и самостоятельную подготовку, а также продолжительность ночного сна, установило схожесть результатов анализа компонентов режима дня лиц женского пола: в среднем от 7 до 11 часов в сутки и от 6 до 7 часов соответственно. Время, уделяемое представителями мужского пола физической активности, так же составляет в среднем 30 мин – 1 час в день и чаще представляет собой прогулки на свежем воздухе, силовые тренировки.

Проведенный анализ распространенности основных неинфекционных заболеваний (НИЗ) у респондентов выявил, что преобладающая часть опрошенных (84,5%) демонстрирует наличие хотя бы одного диагностированного НИЗ, в то время как отсутствие той или иной патологии было зафиксировано лишь у 15,5% респондентов. Частота встречаемости НИЗ у респондентов группы 3 (в состоянии дистресса) была зафиксирована максимальная – 66,7%, среди респондентов с низкой стрессоустойчивостью составила 18,3%, что более чем в два раза превышает показатель в группе опрошенных с высокой стрессоустойчивостью (8,0%). При оценке различных видов НИЗ у респондентов по группам наблюдения было установлено, что во 2-й группе НИЗ регистрировались чаще: заболевания опорно-двигательного аппарата – у 87,5% опрошенных, органов зрения – 50,0%, сердечно-сосудистой системы – 75,0%, а в 1-й группе наиболее распространены заболевания органов зрения и сердечно-сосудистой системы (33,3% и 25,0% соответственно). У участников 3-й группы количественная характеристика НИЗ представлена заболеваниями органов зрения – 16,7% опрошенных. Данный факт свидетельствует о том, что НИЗ являются значимой медико-социальной проблемой современной студенческой молодежи.

Выводы. Психоземotionalное состояние современного студента, характеризующееся низкой стрессоустойчивостью, непосредственно взаимосвязано с дезорганизацией режима дня и подверженностью неинфекционным заболеваниям. Полученные данные свидетельствуют о том, что целенаправленная оптимизация основных элементов режима дня, формирование навыков эффективного тайм-менеджмента и управления стрессом являются ключевыми элементами стратегии по повышению стрессоустойчивости, профилактики психоземotionalного выгорания и нарушений состояния здоровья у будущих врачей.

Литература

1. Основы гигиены детей и подростков: учеб. пособие / Т. С. Борисова [и др.]; под ред. Т.С. Борисовой. – Минск: Новое знание, 2018. – 390 с.
2. Рзаева, Ж. В. Особенности стрессоустойчивости студентов разных курсов / Ж. В. Рзаева, А. Е. Фильчук // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. статей. – М: РИВШ, 2022. – С. 293–301.
3. Сорокина, Е. Л. Индивидуальные концепции здоровья студентов ВУЗа / Е. Л. Сорокина // Наука и социум: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – № 16. – 2021. – С. 110–114.

THE ROLE OF DAILY ROUTINE IN THE FORMATION STRESS TOLERANCE AND MORBIDITY AMONG STUDENT YOUTH

Gellert K.A., Mirolubova T.D., Volakh A.V.

Belarusian State Medical University, Minsk, Belarus

karinagellert8@gmail.com

The study examines the interrelation between the stress tolerance level of medical students with the intensive educational process and the need for social adaptation. The results of the study demonstrate that a regulated daily regimen and its components (academic workload, sleep patterns, rest schedule, physical activity) act as an effective tool for improving the psycho-emotional state and reducing stress load and morbidity among students.

ХРОНОТИПЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ ЧЕЛОВЕКА

Гладюк А.К., Шеломовская Е.В., Ткаченко Е.Б.

Гомельский государственный медицинский университет, Гомель, Беларусь

anastyzic@gmail.com

Введение. Способность противостоять негативным эффектам стресса получила название стрессоустойчивости. Среди механизмов адаптивного реагирования, формирующих стрессоустойчивость человеческого организма в неблагоприятных климатогеографических, социальных, профессиональных и техногенных условиях среды, выделяется индивидуальная конституционально обусловленная временная организация функционирования организма человека (хронотип) [1].

Хронотип (от др.-греч. χσνπт «время») – индивидуальные особенности суточных ритмов организма человека и других животных. Существуют три основных хронотипа человека: ранний (утренний, «жаворонки»), промежуточный (нормальный, «голуби») и поздний (вечерний, «совы») [2].

Цель исследования. Выявить влияние хронотипа на психоэмоциональное состояние человека.

Материал и методы. Проведено анкетирование 218 человек с помощью «Google Forms» и сформирована база данных в «Excel», на этих основаниях были сделаны выводы о влиянии хронотипа на психоэмоциональное восприятие человека. Распределение по полу было следующим: 56,88% – женщины, 43,12% – мужчины. Массив данных был разделен на 2 группы: 64,22% – до 25 лет, 35,78% – после 25 лет. Провели анализ данных и статистически значимых различий с использованием непараметрического критерия χ^2 .

Результаты исследования. По результатам проведенного анкетирования 55,5% (121 человек) определились как «голуби», 26,15% (57 человек) – «совы» и 18,35% (40 человек) – «жаворонки».