

АНАЛИЗ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА СУБЪЕКТИВНУЮ ОЦЕНКУ ЭФФЕКТИВНОСТИ СТРАТЕГИЙ КОРРЕКЦИИ БЕССОННИЦЫ ЛЕГКОЙ СТЕПЕНИ ТЯЖЕСТИ

Крот А. С.

Гродненский государственный медицинский университет
Научный руководитель: канд. мед. наук Савицкий И. С.

Актуальность. Значительная фиксация на ожидаемом эффекте от терапии может приводить к субъективному снижению оценки эффективности используемых методов, что в значительной степени создает более высокий риск развития хронической бессонницы, вследствие чего, распространённость её в мировой популяции находится в диапазоне от 15% до 30% [1].

Цель. Оценить факторы, влияющие на субъективную оценку эффективности и восприятие пациентами стратегий коррекции легких нарушений сна для увеличения уровня приверженности лечению.

Методы исследования. Анализ результатов скринингового исследования объективных параметров сна в процессе коррекции, с использованием трех стратегий, у 24 добровольцев в возрасте от 22 до 25 лет, а также анализ субъективных оценок эффективности методов, пациентами после окончания курса коррекции.

Результаты и их обсуждение. Равным группам добровольцев, было предложено использовать в течение 7 дней несколько различных стратегий коррекции нарушений сна: использование трансовой релаксации перед сном, использование ноотропных седативных средств перед сном, комбинированное использование двух предыдущих методов. Объективная оценка показала схожую эффективность стратегий коррекции в отношении улучшения качества сна, в диапазоне от 76% до 84%. Было установлено достоверное увеличение ($p \leq 0,05$) медианных показателей эффективности сна, в сравнении с предыдущим периодом, отмечалось во всех трех группах, однако, в 1-ой группе в 24% случаев стабильное улучшение параметров эффективности сна наблюдалось начиная с 4 дня применения методик. В свою очередь, достоверное увеличение ($p \leq 0,05$) медианных показателей удельного веса глубокого дельта сна, в сравнении с предыдущим периодом, отмечалось лишь в 3-ей группе. Объективно наблюдалось отсутствие достаточного эффекта в отношении снижения частоты ночных пробуждений во всех трех группах [2]. Опрос по результатам использования стратегий показал, что в первой и второй группе 71% испытуемых желал бы продолжить коррекцию сна. При этом 86% (1-я группа) и 71% (2-я группа) отмечают наличие субъективных улучшений качества сна. Использование трансовых методов показало меньшую приверженность испытуемых: 71% не хотели бы продолжать, в связи с тем, что сами не отмечали улучшений.

Выводы. Ключевыми факторами, влияющими на субъективную оценку и восприятие эффективности стратегий к являются: сложности с выполнением трансовых методик и необходимость соблюдения определенного режима.

ЛИТЕРАТУРА

1. Matheson, E. M. Treatment of Chronic Insomnia in Adults / E. M. Matheson, B. D. Brown, A. O. DeCastro // Am Fam Physician. – 2024. – Vol. 109, № 2. – P. 154-160.
2. Савицкий, И. С. Объективная оценка эффективности коррекции легких и умеренных нарушений сна / И. С. Савицкий, А. С. Крот // Актуальные проблемы медицины : сборник материалов итоговой научно-практической конференции, Гродно, 29 января 2026 г. / редкол.: И. Г. Жук (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2026. – С. 232-234. – 1 CD-ROM.

ОБОСНОВАНИЕ СТЕРЕОТИПНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ УРОВНЕ ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Крот А. С.

Гродненский государственный медицинский университет
Научный руководитель: Марковцова О. А.

Актуальность. На данный момент актуальной темой для исследования в детской психиатрии являются расстройства аутистического спектра (РАС). Формирование стереотипов в обществе приводит к серьезным проблемам у детей с РАС и их родителей: нарушаются процессы социализации, снижается вероятность получения полноценного образования, появление коммуникационных барьеров, уход на общественную периферию и появление психологических проблем [1].

Цель. Определение обоснованности распространенных стереотипов о интеллекте детей с РАС через сравнительный анализ их содержания и данных о реальном уровне интеллекта.

Методы исследования. Анкета «Исследование представления о расстройствах аутистического спектра», анализ результатов детского варианта теста интеллекта Д. Векслера (WISC) в адаптации Ю. И. Филимоненко.

Результаты и их обсуждение. В ходе исследования мы проанкетировали 125 человек в возрасте от 18 лет, представителей разных профессий и сфер деятельности, не связанных с медициной. Исследуя уже существующие стереотипы, было выявлено, что большая часть респондентов (52,8%) согласна с тем, что аутизм – это болезнь. При этом вопрос взаимосвязи аутизма и гениальности вызывает согласие лишь у 8%, а 61 респондент (48,8%) сомневаются в том, что гениальность может быть вызвана РАС. Если же говорить о вопросах взаимосвязи РАС и умственной отсталости в представлении людей, не задействованных во врачебной сфере, можно утверждать, что мнение