

лапароскопических – $14,4 \pm 0,89$ койко-дня. Средняя длительность операций: лапаротомии составила $85,7 \pm 4,98$ мин, а лапароскопических $95 \pm 3,69$ мин. В 9 (19,1%) случаях были сформированы превентивные стомы на переднюю брюшную стенку при лапаротомиях и в 11 (27,5%) случаях при лапароскопиях. Адъювантная химиотерапия проводилась при лапаротомическом доступе у 11 (23,4%) пациентов, в 4 (36,4%) случаях при 4 стадии и в 7 (63,6%) случаях при 2 стадии. Основные схемы лечения: капецитабин (средняя продолжительность $5 \pm 1,67$ курсов), оксалиплатин+ 5-фторурацил (средняя продолжительность 3 ± 1 курса), FOLFOX (средняя продолжительность $5 \pm 0,5$ курсов). Адъювантная химиотерапия при лапароскопическом доступе проводилась у 17 (42,5%) пациентов, в 5 (29,4%) случаях при 4 стадии и в 12 (70,6%) случаях при 2 стадии. Основные схемы лечения: капецитабин (средняя продолжительность $4 \pm 1,76$ курса), фторафур (средняя продолжительность 4 ± 0 курса), FOLFIRI (средняя продолжительность 3 ± 0 курса), $P < 0,05$. По данным патоморфологических исследований все виды операций выполнены радикально с необходимым объемом лимфодиссекции.

Выводы. Оба метода обеспечивают сопоставимый объем резекции и адекватную лимфодиссекцию. Лапароскопический метод применялся чаще при левосторонней локализации ККР. Лапаротомическим методом чаще пользовались при правосторонней локализации ККР. Преимущества лапаротомических операций: длительность операции несколько меньше, чем при лапароскопии. Преимущества лапароскопической операции: менее травматичны, экономически целесообразны за счет снижения пребывания в стационаре.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рак ободочной кишки, ректосигмоидного соединения и прямой кишки / М. Ю. Федянин, О. А. Гладков, С. С. Гордеев [и др.] // Злокачественные опухоли. – 2023. – Т. 13, № 3S2-1. – С. 425-482. – doi: 10.18027/2224-5057-2023-13-3s2-1-425-482.

ВЛИЯНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЦИФРОВЫХ УСТРОЙСТВ НА САМОЧУВСТВИЕ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ

Литвинова А. Д.

Гродненский государственный медицинский университет
Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Мойсеёнок Е. А.

Актуальность. Современный образовательный процесс невозможно представить без активного использования цифровых устройств. Смартфоны, ноутбуки и планшеты применяются студентами для поиска информации, просмотра лекций, подготовки конспектов и общения в учебных сообществах [1]. Однако в период экзаменационной сессии интенсивность экранной нагрузки

значительно возрастает, что может негативно сказываться на зрении, опорно-двигательном аппарате, уровне утомляемости и психоэмоциональном состоянии [2]. В связи с этим актуальным является изучение особенностей использования цифровых устройств студентами и их субъективной оценки влияния экранной нагрузки на самочувствие и продуктивность в период сессии.

Цель. Изучить особенности использования цифровых устройств студентами в период экзаменационной сессии и оценить влияние экранной нагрузки на самочувствие.

Методы исследования. Исследование проведено методом добровольного анонимного онлайн-анкетирования с использованием платформы Google Forms. В опросе приняли участие 68 студентов 1–4 курсов. Анкета включала вопросы о демографических характеристиках (возраст, пол, курс обучения), интенсивности и целях использования цифровых устройств, условиях организации рабочего места, а также субъективной оценке частоты возникновения соматических и зрительных жалоб в период подготовки к экзаменам.

Результаты и их обсуждение. Основной целью использования цифровых устройств являлся поиск учебной и научной информации (95,6%), а также просмотр лекций и вебинаров (76,5%). Более половины студентов применяли гаджеты для составления конспектов и рефератов (57,4%), а также общения в учебных чатах (67,6%). При этом 23,5% респондентов отмечали, что в период подготовки проводили за экранами более 6 часов подряд. Наиболее частыми жалобами являлись усталость и напряжение глаз (часто и постоянно – 60,2%), общая утомляемость и раздражительность (постоянно – 39,7%), а также боли в шее, плечах и спине (30,9%). Головные боли часто или постоянно отмечали 47,1% студентов. Большинство респондентов сообщило о наличии перерывов во время подготовки (89,7%), однако регулярное соблюдение режима отдыха отмечалось лишь у небольшой части опрошенных. Несмотря на это, только 38,2% студентов постоянно использовали специальные средства для снижения зрительной нагрузки.

Выводы. Установлено, что использование цифровых устройств является неотъемлемой частью учебной деятельности студентов, особенно в период экзаменационной сессии. Высокая продолжительность экранной нагрузки и недостаточно рациональная организация рабочего места способствуют развитию зрительного перенапряжения, общей утомляемости и болевого синдрома. Полученные результаты указывают на необходимость формирования у студентов навыков гигиены труда при работе с цифровыми устройствами и повышения информированности о профилактике негативных последствий длительной экранной нагрузки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Васильева, Т. Е. Вред человека? / Т. Е. Васильева, Е. В. Герасимова // Студенческая наука и XXI век. – 2021. – Т. 18, № 1-1 (21). – С. 14-16.
2. Перцев, А. М. Экранное время для глаз (обзор) / А. М. Перцев, А. А. Яковлев, А. А. Налетов // Научный форум. Сибирь. – 2022. – Т. 8, № 1. – С. 36-38.