

сократимость, также вносят вклад в генерацию свободных радикалов. Итогом такой перестройки становится ослабление инотропного ответа и усиление окислительного стресса.

ЛИТЕРАТУРА

1. Rozec, B. Beta3-adrenoceptors in the cardiovascular system: putative roles in human pathologies / B. Rozec, C. Gauthier // Pharmacol Ther. – 2006. – Vol. 111, № 3. – P. 652-673.
2. Rockman, H. A. Seven-transmembrane-spanning receptors and heart function / H. A. Rockman, W. J. Koch, R. J. Lefkowitz // Nature. – 2002. – Vol. 415, № 6868. – P. 206-212.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТОРОВ РИСКА ЦЕФАЛГИИ У СТУДЕНТОВ

Николаенко Е. А., Гончар А. В.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Есис Е. Л.

Актуальность. Головная боль (цефалгия) является одной из наиболее распространенных жалоб среди студенческой молодежи, существенно снижая качество жизни и успеваемость [1, 2]. С позиций гигиены особый интерес представляет изучение модифицируемых факторов образа жизни, которые могут провоцировать или усугублять цефалгические проявления.

Цель. Выполнить гигиеническую оценку основных факторов риска развития цефалгии у студентов.

Методы исследования. Исследование проводилось методом социологического опроса с помощью специально составленной анкеты на базе платформы Google forms. В опросе приняли участие 76 студентов учреждения образования «Гродненский государственный медицинский университет».

Результаты и их обсуждение. Сон является важнейшим восстановительным периодом, во время которого происходят процессы, обеспечивающие нормальное функционирование центральной нервной системы и церебральной гемодинамики. Нарушения гигиены сна могут непосредственно провоцировать возникновение головных болей или снижать порог чувствительности к другим неблагоприятным факторам. При этом отсутствие регулярного проветривания помещения приводит к накоплению углекислоты, снижению концентрации кислорода, что ухудшает оксигенацию тканей головного мозга и может способствовать развитию гипоксических цефалгий, особенно в утренние часы.

Результаты анкетирования показали, что только половина студентов (51,3%) всегда проветривают комнату перед сном, что соответствует гигиеническим рекомендациям. Остальные респонденты либо делают это эпизодически (46,1%), либо крайне редко (2,6%).

Достаточное пребывание на открытом воздухе и регулярная физическая активность также относятся к основным гигиеническими факторами, обеспечивающими адекватную оксигенацию тканей, тренировку сердечно-сосудистой системы и поддержание тонуса сосудов головного мозга [1, 2]. Ежедневные прогулки продолжительностью не менее 1 часа совершают лишь 23,7% студентов. Столько же (23,7%) гуляют 2–3 раза в неделю, 18,4% – только по выходным, а наиболее многочисленная группа, включающая 34,2% респондентов проводят на открытом воздухе крайне мало времени. Длительное нахождение в закрытых помещениях с повышенным содержанием углекислоты и пониженным содержанием кислорода приводит к формированию стойкой тканевой гипоксии, к которой наиболее чувствительны нейроны головного мозга.

Выводы. Проведенное исследование позволило выявить комплекс гигиенических факторов риска, ассоциированных с развитием цефалгий у студентов и оценить распространенность нарушений основных элементов здорового образа жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гайфулина, Р. И. Влияние здоровьесберегающего поведения, самочувствия и головной боли на результаты учебной деятельности студентов лечебного факультета медицинского университета / Р. И. Гайфулина, А. В. Шульмин // Вестник Витебского государственного медицинского университета. – 2025. – Т. 24, № 5. – С. 95-102. – doi: 10.22263/2312-4156.2025.5.95.
2. Орлов, Ф. В. Головная боль у студентов: распространенность, структура, провоцирующие факторы / Ф. В. Орлов, А. В. Голенков, В. В. Чернышов // Acta Medica Eurasica. – 2018. – № 2. – С. 27-34.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ И ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИОННОГО ИСКАЖЕНИЯ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКОГО РЕЗУЛЬТАТА В ПСИХОДИАГНОСТИКЕ

Новик Л. И.¹, Касаткин Д. А.², Солтан А. С.¹

¹Гродненский государственный медицинский университет,

²Гродненский государственный университет им. Янки Купалы

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Луговская А. А.

Актуальность. Опросник «Методика измерения психологической защиты» оценивает структуру психологических защит (ПЗ). «Шкала на выявление лжи» (ШЛ) в опроснике повышает достоверность и выявляет мотивационное искажение результатов, общие тенденции которых возможно определять в широкомасштабных исследованиях.