

КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
Кафедра физической культуры, лечебной физкультуры и
врачебного контроля



РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ СИНДРОМА ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ У СТУДЕНТОВ КУБГМУ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

Научный руководитель: Десенко О.П.

Докладчики: студенты 5 курса
Парасунько Т.Р., Певзнер Д.А.

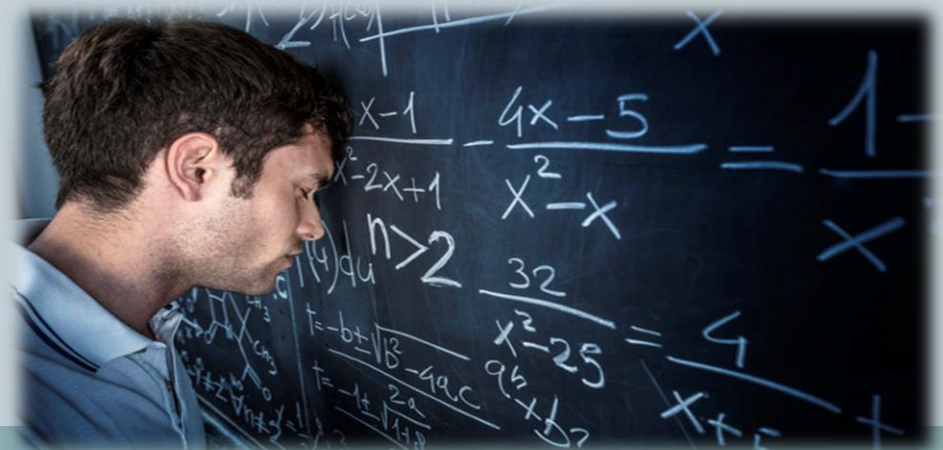


Актуальность:



Синдром хронической усталости (СХУ) -серьезное расстройство, характеризующееся постоянной усталостью в последствие даже небольших нагрузок и существенными симптомами, связанными с когнитивной, иммунной и автономной дисфункцией.

Поэтому изучение распространенности патологии носит очень значимый характер.



Актуальность:



По статистическим данным ВОЗ(2017) в мире распространенность **синдрома хронической усталости (СХУ)** составляет до **2,8%**.

В России синдрому подвержены около **14% людей** от 18 до 25 лет

Заболевание является актуальным и для стран СНГ не только в медицинском, но также в экономическом и социальном аспектах.

Синдром хронической усталости также входит в международную классификацию болезней МКБ-10.

G 93.3

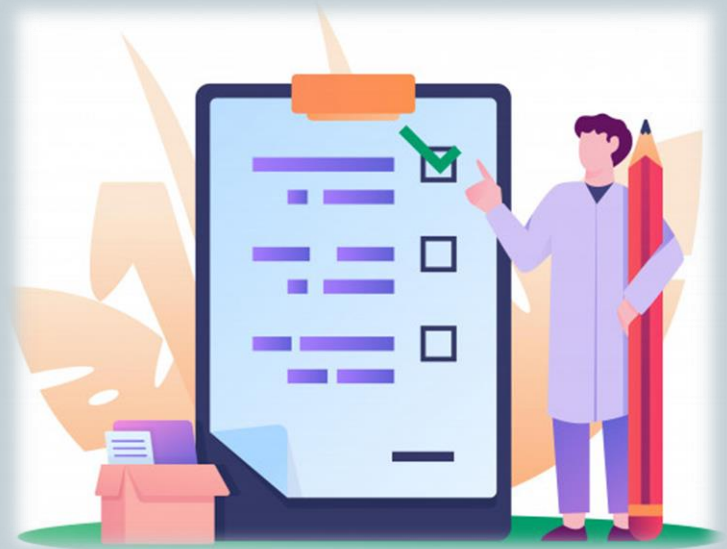
R 53.82



Цель работы:



Изучить распространённость
синдрома хронической усталости у
студентов **Кубанского**
Государственного Медицинского
университета **различных**
возрастных группах



Задачи:



- Изучить материалы темы
- Составить анкету для опроса студентов
- Проанализировать полученные данные
- Выявить статистику встречаемости патологии среди студентов
- Сделать выводы о распространенности патологии среди студентов КубГМУ



Материалы и методы:



На базе Кубанского Государственного Медицинского университета проведено анкетирование студентов лечебных факультетов(1-5 курсы)

В исследовании приняло участие:

- 100 студентов старших курсов(4-5 курсы):
50 юношей , 50 девушек
- 100 студентов младших курсов(1-3курсы):
50 юношей , 50 девушек



Материалы и методы:

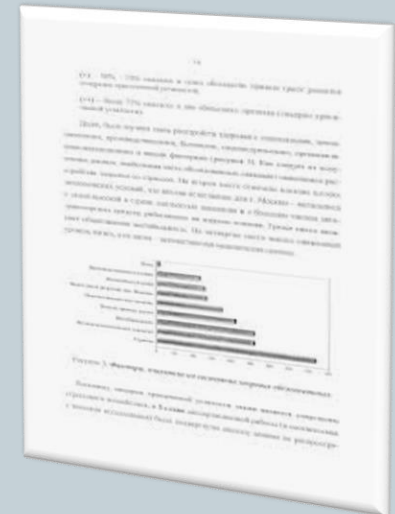


Для исследования использована анкета «**Критериев синдрома хронической усталости**»

Наличие синдрома хронической усталости определяется исходя из сочетания симптомов:

- менее 50% «малых» признаков (отсутствие синдрома хронической усталости),
- более 50% «малых» признаков (низкая вероятность),
- 50%) - 75% «малых» и один «большой» признак (риск развития синдрома хронической усталости),
- более 75% «малых» и два «больших» признака (синдром хронической усталости).

Диагноз СХУ достоверен, если у больного проявляются два главных признака и четыре дополнительных признака, которые также наблюдаются не менее 5 месяцев.



Анкета С.Г. Комарова «Критериев синдрома хронической усталости»



Анкета «Критерии синдрома хронической усталости» -разработана С.Г.Комаровым на основе анализа научной медицинской литературы с целью определения наиболее полного состава синдрома хронической усталости и степенью его выраженности.

Анкета включает в себя ряд вопросов о симптомологическом (психическом и физическом) проявлении синдрома и делится на 2 группы симптомов(признаков): большие(наличие хронических заболеваний, необъяснимой физической усталости) и малые(головные боли,зуд,гиперемия,боли в мышцах,снижение работоспособности и др.).



Исходя из сочетания симптомов можно сделать вывод о степени выраженности синдрома у каждого пациента.

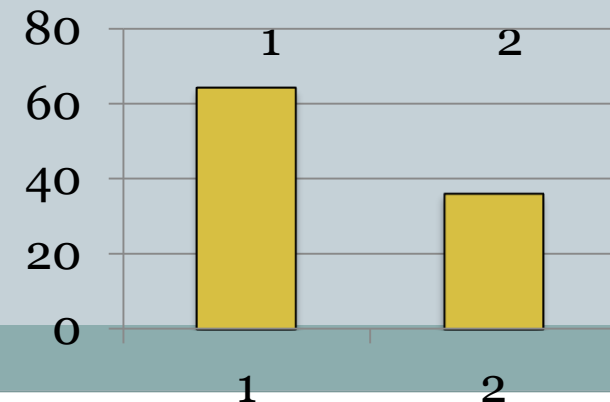
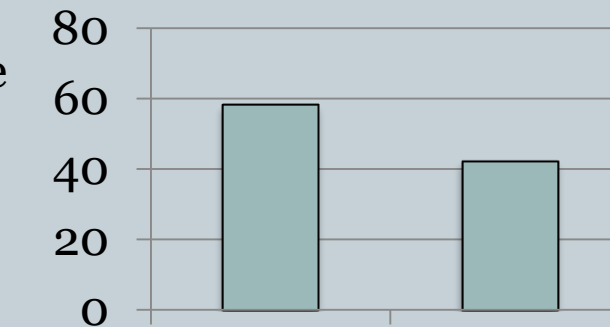
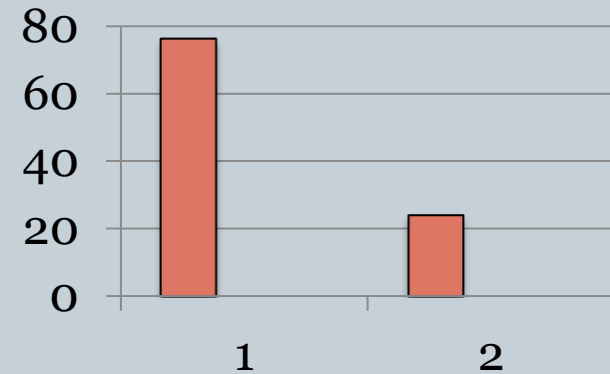
Результаты:



Выраженность синдрома хронической усталости преобладает у студентов старших курсов(1) в сравнении с младшими(2) (**76% к 24%**).

Студенты старших курсов(1) просыпаются утром чаще с чувством усталости (**58% к 42%**) в сравнении со студентами младших курсов(2).

Студенты старших курсов в большей степени жалуются на ухудшения памяти, в сравнении со студентами младших курсов (**64 % к 36%**)



Выводы:



Мы можем сделать вывод, что существует преобладание в процентном соотношении выраженности СХУ у студентов старших курсов в сравнении с младшими курсами. Кроме того, данная группа студентов чаще жалуются на проблемы с запоминанием учебного материала, что, несомненно, отражается на учебном процессе.



Рекомендации:



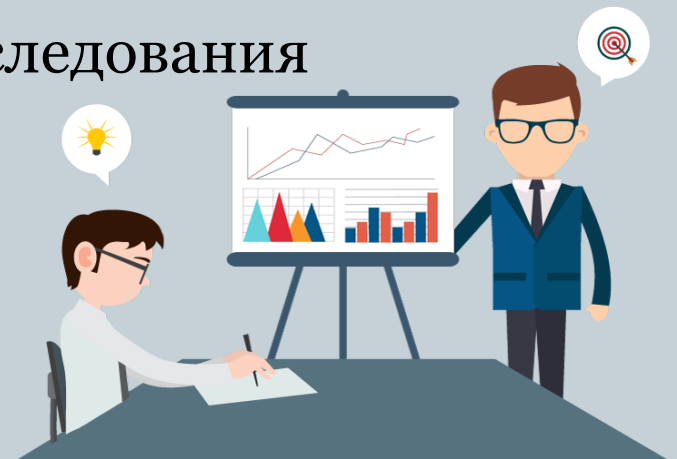
В настоящее время имеется **проблема низкой эффективности** имеющихся способов и методов лечения синдрома хронической усталости. Главным принципом лечения является **комплексный подход**.

Больному необходим постоянный контакт с лечащим врачом. В основе программы лечения синдрома хронической усталости должны быть включены: аутогенная тренировка, психотерапия, массаж как общий, так и сегментарный совместно с лечебной физической культурой и водными процедурами, разгрузочно-диетическая терапия, стабилизация **отдыха**.

Степень личного участия:



- Изучение материалов по выбранной теме
- Подбор анкеты для проведения исследования
- Анкетирование учащихся
- Анализ полученных данных
- Статистическое сравнение полученных данных
- Формирование выводов о распространенности синдрома хронической усталости у студентов КубГМУ



*Спасибо за внимание!
Будьте здоровы!*

