

протекали на фоне патологии со стороны сердечно-сосудистой системы, других болезней кожи, органов дыхания и пищеварения, что приводит к увеличению на 7,2 дня среднего срока пребывания в стационаре. Полученные данные позволят акцентировать внимание не только на медицинском, но и на социальном, профессиональном и психологическом аспектах, что позволит улучшить состояние здоровья данной группы населения.

Литература

1. Решетникова Т.Б. Современные методы терапии акантолитической пузырчатки / Т.Б. Решетникова // Российский журнал кожных и венерических болезней. – 2005. – №6. – С.45-48.
2. Самцов, А.В. О линейном IgA/IgG буллезном дерматозе / А.В.Самцов, И.Э.Белоусова // Вестник дерматологии и венерологии. – 2010. – №2. – С.43-47.
3. Глухенький, Б.Т. Иммунозависимые дерматозы: экзема, атопический дерматит, истинная пузырчатка, пемфигоиды / Б.Т.Глухенький, С.А.Грандо – Киев, 1990.
4. *Patricio, P.* Autoimmune bullous dermatosis: a review / P. Patricio et.al. // Ann. N. Y. Acad. Sci. – 2009. –Vol. 1173. – P.203-210.
5. Романенко, И.М. Лечение кожных и венерических болезней: Руководство для врачей / И.М.Романенко, В.В.Кулага, С.П.Афонин – М.: ООО «МИА», 2006. – Т.2. – 888с.

©ГрГМУ

ВЗАИМОСВЯЗЬ ХРОНОТИПА С ХАРАКТЕРОМ ОРГАНИЗАЦИИ СНА И ПСИХО-ВЕГЕТАТИВНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ СТУДЕНТОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ В ВУЗЕ

П.П. ЛОЖКО, О.А. БАЛБАТУН

The article describes interconnection between the duration of sleep in students of the 2-4TH year of study and their psycho-vegetative characteristics

Ключевые слова: хронотип, сон, личностная ответственность, тонус вегетативной нервной системы, успеваемость

1. ВВЕДЕНИЕ

Суточная потребность во сне у студентов в среднем составляет 8,5 часов. Ночной сон длительностью 7,2–7,4 часа сопровождается снижением учебной успеваемости. Ночной сон менее 6,5 часов является непосредственной угрозой для здоровья студентов. Особенно остро проблема недостаточной длительности сна возникает при обучении в вузе и, в частности, у студентов изучающих медицинские науки.

Характер сна тесно связан с суточной организацией биоритмов (хронотипом), полом и психологическими особенностями человека. Однако, общепринятая точка зрения об особенностях продолжительности и нехватки сна, проценте долго-короткоспящих у студентов с различным хронотипом во взаимосвязи с их успеваемостью, в научной литературе отсутствует. Иногда даже встречаются парадоксальные утверждения, что молодые люди скорее склонны злоупотреблять сном и вопрос нехватки сна гиперболизирован, являясь скорее не физиологической, а психологической проблемой [1].

2. ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

Изучить взаимосвязь между хронотипом, характером организации сна, личностной ответственностью, тонусом вегетативной нервной системы и успеваемостью студентов 2-4 курсов медицинского вуза.

3. ОБЪЕКТ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Объектом обследования являлись 140 студентов обоего пола 2–4 курсов Гродненского государственного медицинского университета в возрасте 19–25 лет. В процессе исследования проводилось определение хронотипа, личностной ответственности, качества сна с помощью индекса PSQI, тонуса вегетативной нервной системы и успеваемости студентов.

4. РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате проведенного исследования установлено, что качество сна, вегетативный тонус и личностная ответственность взаимосвязаны с хронотипом и успеваемостью студентов. Утренний хронотип характеризуется высокими личностной ответственностью и успеваемостью, повышением тонуса парасимпатического отдела ВНС, малым количеством жалоб на качество сна. Вечерний хронотип – низкими личностной ответственностью и успеваемостью, повышением тонуса симпатического отдела ВНС, увеличением количества жалоб предъявляемых по поводу качества ночного сна.

Литература

1. *Harrison, Y.* Should we be taking more sleep? / Y. Harrison, J.A. Horne // Sleep. – 1995. – Vol. 18, № 10. – P. 901–907.