ФГБОУ ВО «Смоленский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации

Оценка утомления и переутомления среди студентов медицинского ВУЗа

ВВЕДЕНИЕ

Систематические переработки, хроническая усталость способны привести к серьезным последствиям для здоровья.
Переутомление влияет и на результаты деятельности: усталость понижает интерес к работе, все тяжелее дается решение производственных задач, возрастает недовольство условиями службы, появляется зацикленность на недоделках и недостатках.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ:

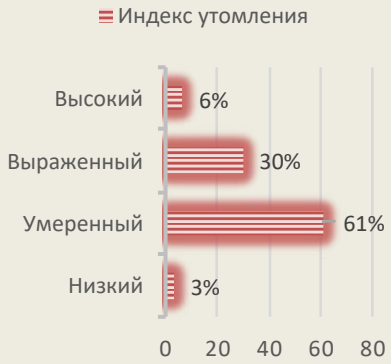
Выявить среди студентов медицинского ВУЗа, обучающихся с признаками умственного утомления и переутомления.

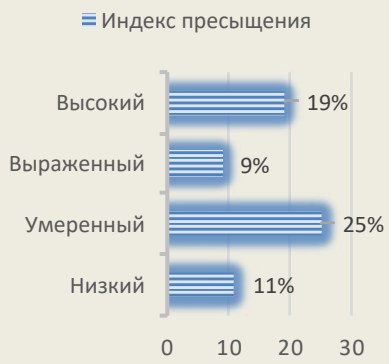
МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

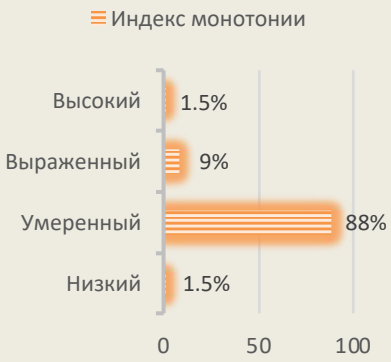
В исследовании приняли участие 64 студента - добровольца (юноши и девушки) 1-4 курсов лечебного факультета Смоленского государственного медицинского университат.
Критериями выявления умственного утомления являлись данные анкетирования.
Для проведения анкетирования использовали систему опроса.
Методика дифференцированной оценки состояний сниженной работоспособности (ДОРС) разработана на основе теста BMSII немецких психологов Х. Пласа и Р. Рихтера.
Данная методика позволяет выделить и оценить симптомы следующих психических состояний: монотония, психическое пресыщение, стресс, утомление.

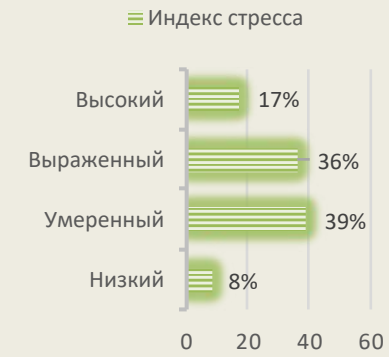
Никифоров Антон Алексеевич,
Бардун Даниэла Петровна
Студенты 3 курса 314 группы лечебного факультета
Научный руководитель: ассистент кафедры общей гигиены
Цукарева Екатерина Александровна

УЧЁТ РЕЗУЛЬТАТОВ









ВЫВОДЫ

- ✓ На основе полученных данных в ходе опроса можно сделать вывод о том, что **61%** респондентов имеют умеренный индекс утомления, **30%** имеют выраженный индекс утомления, и всего лишь **6%** студентов имеют высокий индекс утомления и **3%** имеют низкий индекс утомления.
- ✓ Анализируя данные степени пресыщения: **25%** опрошенных имеют умеренный индекс пресыщения, **19%** имеют высокий индекс пресыщения, и **11%** студентов имеют низкий индекс пресыщения, **9%** имеют выраженный индекс пресыщения.
- ✓ **88%** респондентов имеют умеренный индекс монотонии, у **9%** респондентов индекс монотонии выражен, и всего лишь у **1,5%** студентов - высокий и низкий индекс монотонии.
- ✓ Оценивая результаты выраженности стресса, мы отметили, **39%** студентов имеют умеренный индекс стресса, **36%** имеют выраженный индекс стресса, у **17%** высокий индекс стресса, и у **8%** низкий индекс стресса.

Используемая литература:

1) Алексеев, С. В. Гигиена труда / С.В. Алексеев, В.Р. Усенко. - М.: Медицина, 2016. - 576 с
2) Каспаров, А. А. Гигиена труда и промышленная санитария / А.А. Каспаров. - М.: Медицина, 2012. - 368 с.
3) Грязева Е.Д., Кузнецов О.Ю., Петрова Г.С. Гигиена учебного труда студентов: учебное пособие. Изд. 2-е, испр. и доп. – Тула: Изд-во ТулГУ, 2013. – 158 с.
4) Пальчевская, Е. С. О гигиене умственного труда / Е. С. Пальчевская, М. В. Куимова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 11 (91). — С. 701-703. — URL: https://moluch.ru/archive/91/20205/ (дата обращения: 24.12.2022).
5) http://doctorvic.ru/info/prevention/o-gigiene-umstvennogo-truda