

к улучшению результатов при работе под лампой холодного света, затем накаливания; худшие результаты продемонстрированы при освещении лампой тёплого света. Выявлено, что коэффициент правильности выполнения корректурного теста при работе с лампами накаливания выше на 9,5% по сравнению с группой контроля ($p < 0,05$), что приводит к наибольшему повышению работоспособности; со светодиодными лампами холодного света выше на 8,5% ($p < 0,05$); с лампами тёплого света выше на 6% по сравнению с контролем ($p < 0,05$). Лучшее цветовосприятие наблюдали при использовании ламп накаливания, наименьшее — с лампами холодного света. Тенденция к увеличению тревожности (тест Люшера) наиболее выражена при работе с лампами холодного света, наименьшая — с лампами накаливания.

Выводы: выявлены отчетливые изменения работоспособности и тенденции изменений психоэмоционального состояния при оборудовании рабочего места различными источниками света, что, вероятно, связано со спектральной характеристикой света ламп [2]. Наиболее благоприятное влияние на работоспособность оказывают лампы накаливания; наименее благоприятное влияние на работоспособность — светодиодные лампы теплого света, на психоэмоциональное состояние — лампы холодного света.

Литература

1. Быков А.А., Нестерчук А.Л. О здоровьесберегающих технологиях обучения в условиях города с неблагоприятной эколого-гигиенической ситуацией // Студенческая наука-2018. Рецензируемые научно-практические материалы Всероссийского научного форума студентов и молодых ученых с международным участием. СПб., 2018. С. 122.
2. Буйских С.А. Гигиеническая оценка влияния различных современных источников искусственного освещения на психофизиологическое состояние // Студенческая наука-2018. Рецензируемые научно-практические материалы Всероссийского научного форума студентов и молодых ученых с международным участием. СПб., 2018. С. 121.
3. Львов С.Н., Васильева И.В., Земляной Д.А., Щерба Е.В. Гигиеническая характеристика физических свойств воздуха и микроклимата помещений. СПб.: СПбГПМУ, 2018. 70 с.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА УРОВНЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ИНСТИТУТА И ВРАЧЕЙ С РАЗНЫМ СТАЖЕМ РАБОТЫ

Мовсесян А.А.

Научный руководитель: к. м. н., доцент Перминова Л.А.

Кафедра фундаментальной медицины

Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта г. Калининград

Актуальность исследования: в настоящее время заметно ухудшение условий труда врачей: увеличение нагрузки, неуважительное отношение со стороны пациентов, СМИ, коллег и руководителей. Это приводит к перегрузке и быстрому физиологическому, психическому истощению. Масштабы распространенности профессионального выгорания среди медицинских работников значительны и отмечены даже у студентов медицинских специальностей [1]. Эти факты требуют дополнительного изучения и разработки, внедрения методов профилактики синдрома выгорания

Цель исследования: оценить уровни эмоционального выгорания у студентов-медиков 1, 6 курсов и врачей со стажем работы менее 10 лет, более 10 лет, и сравнить уровни «выгорания».

Материалы и методы: опросник для определения уровня выгорания по методике К. Маслач; математическая, статистическая обработка результатов с помощью программы Microsoft Excel 2010.

Результаты: 1. Наименьший уровень эмоционального истощения у врачей со стажем менее 10 лет, наибольший — у студентов 6 курса; 2. Наименьший уровень деперсонализации у врачей со стажем работы более 10 лет, наибольший — у студентов 6 курса; 3. Наименьший уровень

редуцирования персональных достижений у врачей со стажем работы более 10 лет, наибольший — у студентов 6 курса; 4. Общий уровень эмоционального выгорания является наименьшим для врачей со стажем работы более 10 лет, наибольшим — для студентов 6 курса.

Выводы: высокие показатели выгорания во всех группах можно объяснить напряженной умственной деятельностью, нерациональным режимом и неблагоприятными условиями труда/учебы. Самый низкий общий уровень выгорания отмечается у врачей со стажем работы более 10 лет, что можно объяснить полной адаптацией к работе в системе здравоохранения, снижением эмоционального реагирования. Самый высокий общий уровень выгорания отмечается у студентов 6 курса Медицинского института, что можно объяснить высоким уровнем эмоционального реагирования, некоторой идеализацией статуса врача, предстоящим поступлением в ординатуру и постоянно возникающими изменениями в системе последипломного медицинского образования.

Литература

1. Николаев Е.Л. Что волнует медицинского работника на рабочем месте: психологический контекст профилактики профессионального стресса // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2015. Т. 11. № 3.

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ К ПРОБЛЕМЕ ТВЕРДЫХ БЫТОВЫХ ОТХОДОВ В САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Мурзагалиева Ж.А., Гамидова З.С

Научный руководитель: ассистент Коваленко Е.В.

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

(с курсами правоведения и истории медицины)

Саратовский Государственный Медицинский Университет им. В.И. Разумовского

Актуальность исследования: проблема утилизации и переработки твердых бытовых отходов является одной из глобальных проблем на сегодняшний день. Увеличение числа твердых бытовых отходов, свалок носит угрожающий характер не только для экологии, но и для здоровья человека [1].

Цель исследования: изучить значимость проблемы твердых бытовых отходов для Саратова и отношение к ней.

Материалы и методы: нами было разработано онлайн-анкетирование в программе Webanketa среди студентов СГМУ, в котором приняли участие 300 студентов-медиков. Анкетирование состояло из 19 вопросов.

Результаты: анкетирование показало: большинство (88%) студентов обеспокоены проблемой ТБО. 61% опрошенных отметили плачевное экологическое состояние города. Причиной появления мусора и несанкционированных свалок 64% студентов считают низкую культуру населения; 21% — рост производства товаров одноразового использования; 12% — недостаточное количество урн. 76% готовы отказаться от одноразовых товаров и перейти на более «чистые» материалы. Студенты захотели перейти к раздельному сбору мусора (74%). Большинство не знают о мероприятиях и раздельном сборе мусора, проходящие в Саратове, о местах приёма опасных отходов (батареек, градусников). Лучшим способом переработки отходов 75% опрошенных считают «рециклинг». Для очищения улиц от выбрасываемого мусора 39% опрошенных предлагают ввести штрафы, 56% — общественные работы по уборке мусора, 3% предлагают лишать свободы.

Выводы: решением является информирование жителей Саратова о масштабе проблемы, тесное взаимодействие городских властей и жителей. Воспитание экологического сознания у нового поколения, популяризация мероприятий по раздельному сбору отходов, а также ужесточение административных наказаний для нарушителей.

Литература

1. Краснянский М.Е. «Утилизация отходов».