

УДК: 159.99

ОЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКОГО СТАТУСА НАСЕЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID – 19

Артем Викторович Копытич¹, Галина Дмитриевна Смирнова², Светлана Павловна Сивакова³

¹⁻³Гродненский государственный медицинский университет, Гродно, Республика Беларусь

¹kopytsich@yandex.ru

Аннотация

Введение. Возникновение пандемии COVID-19 оказало существенное воздействие на физическое здоровье и психосоматическое состояние населения. Для определения стратегии и основных принципов медицинской и психологической помощи населению в условиях пандемии важное значение приобретает оценка общего и психосоматического состояния людей. **Цель исследования** – оценка состояния здоровья и психологического статуса населения. **Материалы и методы.** В ходе исследования проводился опрос населения на платформе Google forms с помощью структурированной анкеты. Результаты обработаны с использованием методов непараметрической статистики с помощью пакета анализа Google forms, STATISTICA 10,0 и Excel. Основные методы диагностического психологического тестирования включали: самооценку состояния здоровья (по Войтенко) и динамику жизненных ценностей. **Результаты.** В условиях пандемии 68,1% (n=75) респондентов не заметили ухудшения здоровья. Однако чувство истощения и слабости на фоне пандемии COVID-19 отметили 31,8% (n=35) респондентов и 36,3% (n=40) видят необходимость улучшения состояния здоровья. У 50,9% (n=56) респондентов в последнее время наблюдались устойчивые головные боли. Неудачниками считают себя 7,3% (n=8), 9% (n=10) участников опроса думают, что жизнь безнадежна, а 4,5%, (n=5), думали о том, что жить не стоит, 10,9% (n=12) респондентов думали о суициде. **Обсуждение.** Результаты исследования показывают, что в шкале жизненных ценностей молодежи здоровье находится на 2 месте. Большинство респондентов не заметили существенного ухудшения здоровья в условиях пандемии. При этом практически у половины участников исследования в последнее время отмечались головные боли и чувство напряжения в голове. Значительное количество респондентов отметили ухудшение качества сна и психологического состояния в условиях пандемии. **Выводы.** В результате исследования выяснено, что большинство респондентов оценивают свое состояние как удовлетворительное. Однако значительная часть участников опроса испытывала напряжение, раздражительность, нарушения сна, а также расстройства тревожно-депрессивного спектра. **Ключевые слова:** пандемия COVID-19, оценка состояния здоровья, психологический статус, расстройства тревожно-депрессивного спектра.

ASSESSMENT OF THE HEALTH AND PSYCHOLOGICAL STATUS OF THE POPULATION IN THE CONDITIONS OF THE COVID – 19 PANDEMIC

Artiom V. Kopytich¹, Galina D. Smirnova², Svetlana P. Sivakova³

¹⁻³Grodno State Medical University, Grodno, Republic of Belarus

¹kopytsich @yandex.ru

Abstract

Introduction. The emergence of the COVID-19 pandemic has had a significant impact on the physical health and psychosomatic state of the population. To determine the strategy and basic principles of medical and psychological assistance to the population in a pandemic, it is important to assess the general and psychosomatic state of people. **The aim of the study** – to assess the health and psychological status of the population. **Materials and methods.** In the course of the study, a survey of the population was conducted on the Google forms platform using a structured questionnaire. The results were processed using nonparametric statistics methods using the analysis package Google forms, STATISTICA 10.0 and Excel. The main methods of diagnostic psychological testing included: self-assessment of the state of health (according to Voitenko) and the dynamics of life values. **Results.** In the conditions of the pandemic, 68.1% (n=75) of respondents did not notice a deterioration in their health. However, the feeling of exhaustion and weakness against the background of the COVID-19 pandemic was noted by 31.8% (n=35) of respondents and 36.3% (n=40) see the need to improve their health. 50.9% (n=56) of respondents have recently experienced persistent headaches. 7.3% (n=8) consider themselves losers, 9% (n=10) of survey participants think that life is hopeless, and 4.5% (n=5) thought that life is not worth living, 10.9% (n=12) of respondents thought about suicide. **Discussion.** The results of the study show that in the scale of life values of young people, health is on the 2nd place. The majority of respondents did not notice a significant deterioration in health in the context of the pandemic. At the same time, almost half of the study participants have recently had headaches and a feeling of tension in the head. A significant number of respondents noted a deterioration in the quality of sleep and psychological state in the conditions of the pandemic. **Conclusions.** As a result of the study, it was found that the majority of respondents assess their condition as satisfactory. However, a significant part of the survey participants experienced tension, irritability, sleep disorders, as well as anxiety-depressive spectrum disorders.

Keywords: COVID-19 pandemic, health assessment, psychological status, anxiety-depressive spectrum disorders.

ВВЕДЕНИЕ

Начиная с января 2020 года весь мир живет в условиях пандемии COVID-19. Пандемия оказала серьезное влияние на физическое и психическое здоровье миллионов людей. Оказалось, что последствия коронавирусной инфекции (SARS-CoV-2) не менее опасны, чем сама инфекция. Как известно, COVID-19 прежде всего способен вызывать тяжелые осложнения со стороны легких,

сердечно-сосудистой системы (ССС), мозга, почек и других жизненно важных систем и органов человека.

Психосоматический статус – это совокупность личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки (перегрузки), обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья. Возникновение пандемии COVID-19 вызвало беспокойство среди населения, связанное с неоправданным страхом заражения SARS-CoV-2, смертью и неуверенностью в будущем. Это привело к нарушению не только физического здоровья, но и к нарушению психосоциального поведения, затронувшего значительную часть населения во всем мире. Социальное дистанцирование, потеря структурированной образовательной базы, изменение условий занятости, плохой социально-экономический статус, межличностные конфликты, частое общение в социальных сетях и недостаточная социальная поддержка – дополнительные факторы, способствующие возникновению расстройств тревожно-депрессивного спектра [1,2]. Все это привело к повышенной тревожности среди населения в целом и у людей с ранее существовавшими психическими заболеваниями, что в свою очередь ведет к дискриминации и стигматизации.

Проблема оценки общего и психосоматического состояния людей в условиях пандемии значима для определения направлений медицинской и психологической помощи в практической медицине, для определения основных принципов при построении этой работы.

Цель исследования – оценить общее и психосоматическое состояние здоровья населения.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Проведено валеолого-диагностическое исследование 110 респондентов в возрасте от 16 до 62 лет: молодые люди от 16 до 35 лет составили 75,5% (n=83; n – количество респондентов), лица старшей возрастной группы от 36 до 62 лет – 24,5% (n=27). Из них женщин было 65,4% (n=72;), мужчин – 34,6% (n=38). Критерии включения: наличие информированного согласия. Результаты обработаны с использованием методов непараметрической статистики с помощью пакета анализа Google forms, STATISTICA 10,0 и Excel. Анкетирование проводилось в сети Интернет на платформе Google forms. Основные методы диагностического психологического тестирования, используемые нами в проведении исследования, включали: самооценку состояния здоровья (по Войтенко); динамику жизненных ценностей [3].

РЕЗУЛЬТАТЫ

Оценивая свое состояние в условиях пандемии 68,1% (n=75) респондентов не заметили ухудшения здоровья. Однако изменения в самочувствии отметили 20,9% (n=23) участников анкетирования, чувство истощения и слабости на фоне пандемии COVID-19 в обеих возрастных группах отметили 31,8% (n=35) респондентов и 36,3% (n=40) видят необходимость улучшения состояния здоровья.

Оценивая свою работоспособность 34,5% (n=38) ответили, что не заметили изменений в качестве работы, а 44,5% (n=49) справлялись со почти всеми задачами. В результате нарушений сна 49,1% (n=54) респондентов в течении дня чувствуют усталость и 41,8% (n=46) были раздражены, а 22,7% (n=25) участников исследования отметили у себя возникновение панического настроения без видимой причины, при этом у 27,3% (n=30) это проявлялось в виде нервозности и напряжения.

Необходимо отметить, что у 50,9% (n=56) респондентов в последнее время наблюдались устойчивые головные боли, еще 14,5% (n=16) на данный вопрос ответили «Скорее да». У 42,7% (n=47) участников исследования появилось чувство дискомфорта в голове. 30% (n=33) респондентов вне зависимости от пола и возраста ощущали «приливы» в организме, сопровождающиеся ощущением жара и холода.

Оценивая качество сна в последнее время 38,1% (n=42) заявили, что не могли заснуть из-за волнения и еще 14,5% (n=16) также отметили, что чаще, чем обычно имели проблемы со сном. 19,1% (n=21) участников исследования положительно ответили на вопрос «Вам было трудно снова заснуть, когда Вы просыпались?» и еще столько же ответили «Скорее да». Необходимо отметить, что приблизительно одинаковое количество респондентов 28,1% (n=31) и 32,7% (n=36) отрицательно ответили на два предыдущих вопроса.

В целом неплохо справлялись со своими профессиональными обязанностями 37,3% (n=41) респондентов и 44,5% (n=49) скорее справлялись, чем нет. При этом 30% (n=33) остались довольны качеством работы и 49% (n=54) не совсем остались довольны тем, как выполнили свои задачи. Негативно оценили свою деятельность только 4,5% (n=5) участников исследования. Большинство респондентов чувствовали, что делали, что-то полезное и почти 90% (n=99) были способны самостоятельно принимать решения. При этом большинство из них (56,4% (n=62)) получали удовольствие от повседневных дел.

Оценивая свое психологическое состояние, большинство респондентов (62,7% (n=69)) никогда не считали себя никудышными людьми и 60,1% (n=66) участников исследования не считают, что жизнь безнадежна. Основная часть респондентов (74,5% (n=82)) никогда не думали о самоубийстве или о том, что не стоит жить (80,9% (n=89)). При этом определенную настороженность вызывает тот факт, что 7,3% (n=8) респондентов считают себя неудачниками, 9% (n=10) участников опроса думают, что жизнь безнадежна, а 4,5% (n=5) к сожалению, думали о том, что жить не стоит, еще 12 респондентов (10,9%) думали о суициде, причем в эту группу входят представители различных возрастов.

ОБСУЖДЕНИЕ

Данные, полученные по результатам исследования, показали, что каждый респондент определяет здоровье по-своему. В общей массе упор делается только на физическое благополучие, тогда как духовное и социальное не рассматриваются как необходимые и жизненно важные аспекты. Как выяснилось в ходе диагностики, в шкале жизненных ценностей молодежи

здоровье находится на 2 месте (39,8% (n=33)). Современная молодежь больше значения придает своему внешнему виду (43,4% (n=36)) и здоровью близких (10,8% (n=9)). У взрослого населения (35 – 62 лет) здоровье близких находится на 1 месте (66,7% (n=18)), собственное здоровье – на 2 месте (25,9% (n=7)) и внешний вид на 3 (11,1% (n=3)).

По мнению респондентов, здоровье оказывает влияние на успешность учебной деятельности и работы, на семейно-бытовые отношения, а также на стабильность настроения и жизнеспособность личности. Такой вывод делают 78,2% (n= 86) респондентов не зависимо от возраста и пола.

ВЫВОДЫ

Таким образом, даже при наличии незначительных изменений в состоянии здоровья, большинство респондентов оценивают свое состояние как удовлетворительное. При этом значительная часть респондентов испытывала напряжение и раздражительность, а также нарушения сна. Настораживает тот факт, что у некоторого количества респондентов все же присутствуют расстройства тревожно-депрессивного спектра, возможно вызванные пандемией COVID-19.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Влияние covid-19 на психологическое состояние людей / Шакирова А. Т., Койбагарова А.А., Осмоналиев М. К. и др. // Евразийский Союз Ученых. – 2020. – №10-3 (79).
2. Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Исследования психического состояния людей в условиях пандемии COVID-19 // Современная зарубежная психология. – 2021. – Том 10. № 1. – С. 48–56.
3. Шурыгина Ю. Ю. Научно-практические основы здоровья: учебное пособие – Улан-Удэ.: Изд-во ВСГТУ, 2009. – 220 с.

Сведения об авторах

А.А. Копытич – студент

Г.Д. Смирнова – старший преподаватель

С.П. Сивакова – кандидат медицинских наук, доцент

Information about the authors

A.A. Kopytich – student

G.D. Smirnova – Senior Lecturer of the Department

S.P. Sivakova – Candidate of Science (Medicine), associate professor

УДК: 613.6

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ШВЕЙНОГО АТЕЛЬЕ И УСЛОВИЙ ТРУДА РАБОТНИКОВ ШВЕЙНОГО ПРОИЗВОДСТВА

Ирина Александровна Курбет¹, Мэхрибан Абилфатовна Данилова²

^{1,2}ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Екатеринбург, Россия

¹irakurbet@yandex.ru