

ЦИФРОВОЙ МОДУЛЬ СКРИНИНГА И ПРОФИЛАКТИКИ СНИЖЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ С УЧЁТОМ ТИПОВ ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ

Фаттахова А.С., Тарасова Г.А.

Научный руководитель: доктор мед. наук,
доцент О.Н. Солодчук

Ярославский государственный медицинский университет
Минздрава России, Ярославль, Россия

Ключевые слова: дети; скрининг; качество жизни;
вегетативная регуляция; цифровой мониторинг

Актуальность. Здоровье и качество жизни подростков — приоритет современной педиатрии. Снижение физической активности, психоэмоциональные и социальные трудности негативно влияют на здоровье подростков; анализ типов вегетативной регуляции (ВР) позволяет выявлять группы риска и формировать целенаправленные профилактические мероприятия. **Цель:** определить взаимосвязи типов ВР и качества жизни подростков и возможности цифрового мониторинга состояния их здоровья.

Материалы и методы. Обследовано 220 подростков 15–17 лет, распределённых по типам ВР. Качество жизни (КЖ) определяли по шкале с 4 компонентами: умственное развитие, физическое, психоэмоциональное и социальное функционирование. По общему баллу были выделены 3 группы подростков: здоровые дети (≥ 20 баллов), сниженное КЖ (21–45 баллов) и выраженные нарушения КЖ (≥ 46 баллов). Для сбора данных и ежедневного мониторинга использовалось мобильное приложение «Гармония» (опросник QoL, трекер активности/настроения и встроенный тест ВР), что позволило получить динамические данные профиля состояния здоровья подростков.

Результаты. Установлено, что в выборке здоровые подростки составили 29%, со сниженным КЖ — 52%, с выраженными нарушениями — 19%. При нормотонии сниженное КЖ было выявлено у 10%, при ваготонии — у 48%, при симпатикотонии — у 13% подростков. Дисперсионный анализ (ANOVA) выявил значимые различия по физическому ($F = 4,28; p = 0,0166$), умственному ($F = 3,57; p = 0,0320$) и социальному функционированию ($F = 3,73; p = 0,0274$). Тест χ^2 подтвердил зависимость типа ВР и группы здоровья ($\chi^2 = 17,25; p = 0,0017$). Данные, полученные с помощью приложения «Гармония», усилили чувствительность скрининга за счёт ежедневного трекинга и позволили выявить кратковременные изменения настроения и активности подростков, коррелирующие с ухудшением качества их жизни.

Заключение. Качество жизни подростков зависит от типа ВР: нормотонический тип ассоциируется с лучшими показателями, ваготонический и симпатикотонический — с более частыми выраженными нарушениями, особенно в психоэмоциональной и социальной сферах. Интеграция цифрового мониторинга («Гармония») обеспечивает раннюю идентификацию ухудшений и повышает адресность профилактических вмешательств; рекомендуется дальнейшая валидация прогностической модели на продольной выборке.

* * *