

Заключение. Неблагоприятная динамика умственной работоспособности вызывает тревогу, т. к. это может свидетельствовать о быстрой истощаемости центральной нервной системы и является признаком отрицательного влияния учебной нагрузки на психическое здоровье обучающихся.

* * *

* * *

УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Шестёра А.А., Транковская Л.В., Нагирная Л.Н.

Тихоокеанский государственный медицинский
университет Минздрава России, Владивосток, Россия

Ключевые слова: умственная работоспособность;
студенты; психическое здоровье

Актуальность. В последние годы частота выявления нервно-психических расстройств среди студентов колеблется от 7% до 80%. В большинстве случаев нервно-психические расстройства отмечаются у первокурсников, для которых характерны обсессивно-фобические нарушения (страхи, опасения и неуверенностью в своих поступках и решениях). Данное состояние значительно влияет на социально-психологическую адаптацию к учебному процессу. Ведущим показателем функционального состояния психики является умственная работоспособность, интегрирующая основные свойства — восприятие, память и др. **Цель:** определить особенности умственной работоспособности студентов-первокурсников медицинского вуза.

Материалы и методы. Обследованы 72 студента 1-го курса: 15 юношей и 57 девушек в возрасте $18,4 \pm 0,7$ года. Уровень умственной работоспособности изучали с помощью корректурной пробы Тулуз-Пьерона (онлайн-версия) в динамике учебного дня и учебной недели. Статистический анализ данных проводили с использованием программы «StatTech v. 3.1.7».

Результаты. Анализ индивидуальных изменений умственной работоспособности обучающихся выявил, что её дневная динамика с четверга по субботу характеризуется быстрым падением показателей и преобладанием выраженного утомления (28,6, 27,6 и 31,5% наблюдений соответственно). В течение учебной недели изменения умственной работоспособности студентов в большинстве случаев развиваются по неблагоприятному типу ($62,8 \pm 5,1\%$ наблюдений), из них первые признаки утомления регистрировались у $30,6 \pm 6,2\%$ обучающихся, наступившее утомления — у $10,6 \pm 5,1\%$, выраженное — у $21,6 \pm 8,1\%$. Благоприятные сдвиги работоспособности в течение недели отмечены лишь у $37,3 \pm 5,1\%$ студентов.