

Шмаков Михаил Алексеевич

Студент

Научный руководитель

Пушкина Клара Владимировна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный

университет им. И.Н. Ульянова»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

СИНДРОМ СТУДЕНТА-МЕДИКА

Аннотация: в статье рассматривается синдром студента-медика, его распространённость среди студентов медицинского факультета ЧГУ им. И.Н. Ульянова. Автором производится сравнительный анализ частоты встречаемости нозофобии и ипохондрии у студентов медицинских и немедицинских специальностей.

Ключевые слова: синдром, симптомы ипохондрии, симптомы нозофобии, студенты медицинского профиля.

В течение последних нескольких десятилетий, особенно в нынешнее беспокойное время, в медицинских университетах распространено такое понятие как «синдром студента-медика» (синдром интерна, синдром второго года обучения), поражающих в первую очередь людей, изучающих медицинскую науку. Студент медицинской специальности, начиная со второго года обучения, начинает встречаться с различными заболеваниями как в теории, так и на практике. Знакомство с большим количеством знаний о многих заболеваниях может привести к поиску некоторых их симптомов у себя, преувеличению незначительных признаков, неправильной самодиагностике из-за нехватки опыта и профессионализма, что обычно приводит к излишнему беспокойству.

Целью данной работы является выяснение основных причин возникновения «синдрома интерна» у студентов медицинских специальностей, особенностей его проявления и наиболее эффективных методов профилактики.

Для того чтобы достичь данной цели, нами был поставлен ряд задач:

- 1) дать наиболее корректное и сжатое определение «синдрому студента-медика», которое будет наиболее полно отражать суть данного состояния;
- 2) изучить особенности проявлений данного синдрома у студентов медицинского факультета ЧГУ им. И.Н. Ульянова;
- 3) сравнить полученные результаты от студентов медицинских специальностей со студентами других (немедицинских) направлений;
- 4) разработать рекомендации для профилактики данного состояния.

Практическая значимость данной работы заключается в предоставлении обобщенной, необходимой для студентов информации, о «синдроме студента-медика», а также о методах снижения вероятности его возникновения.

«Синдром студента-медика» – это состояние, при котором обучающиеся на медицинских специальностях студенты испытывают беспокойство по поводу своего здоровья. Теоретически, оно может возникнуть в процессе изучения какого-либо конкретного заболевания.

Понятие «синдрома студента-медика» многогранно, поскольку зависит от того, что подразумевается под указанным синдромом. Например, ученый Бернанд Баарс в своей работе «В Театре сознания: Рабочее пространство ума.» описывает данный феномен как временный вид ипохондрии [1].

Ипохондрия в свою очередь – это состояние, при котором человек чрезмерно и неоправданно беспокоится о своём здоровье, постоянно выискивая у себя какие-либо несуществующие заболевания. Имеется много факторов, влияющих на развитие ипохондрии, но чаще всего возникновение данного расстройства в литературе связывают со следующими:

- 1) сильный стресс, болезнь или потеря близкого человека;
- 2) наличие серьезных соматических заболеваний;

3) наличие проблем с психическим здоровьем, таких как тревога, депрессия или компульсивное расстройство.

4) вид деятельности, способствующий развитию ипохондрии (чтение о болезнях в Интернете).

В своих работах Бернард Баарс приводит следующие симптомы ипохондрии, как стойкое убеждение человека в наличие у него серьезного физического заболевания, стойкое недоверие к словам врача, изучение большого количества медицинских текстов и интернет-сайтов, проблемы со сном, а также проблемы с социализацией из-за беспокойства о своем здоровье.

Также некоторые ученые, такие как Р.К. Хантер, Ю.Г. Лоренц, А.Е. Шварцман утверждают в своих статьях что данное состояние следует трактовать, как нозофобия [5].

Нозофобия (болезненная боязнь) – это ничем не подтвержденный страх заболеть. Если тревожность о своем здоровье и забота о нем является нормой, то при нозофобии это нормальное состояние гиперболизируется. При этом все мысли человека направлены только на данный неоправданный страх.

Согласно исследованиям Р.К. Хантера, причинами возникновения нозофобии могут служить следующие:

- 1) идентификация знакомых историй болезней близких, прошлых пациентов или самих себя с текущими пациентами или текущим я [3];
- 2) влияние средств массовой информации и, в частности, Интернета [5];
- 3) история болезни семьи. Причина, когда человек боится повторения заболевания, которое имелось у близкого родственника [5].

На основании проанализированных статей можно предположить последствия данных состояний:

- 1) данные состояния могут являться толчком для развития других более тяжелых заболеваний;
- 2) данные состояния сильно влияют на повседневную жизнь, а также на взаимоотношения с другими людьми;

3) от слепой ничем не подтвержденной веры мнительный человек может совершить роковой необдуманный поступок;

4) вред неправильного самолечения.

Для установления факта наличия «синдрома студента-медика» нами было проведено анкетирование двух групп респондентов:

1) студенты медицинских специальностей;

2) студенты немедицинских специальностей;

Для анкетирования был использован опросник, составленный Катериной Крысюк, содержащий вопросы о симптомах ипохондрии и нозофобии [2].

Мы проанализировали разницу в частоте встречаемости симптомов нозофобии между студентами медицинского (63 человека) и немедицинского профиля (10 человек) обучения и получили следующие результаты. Так, например, на вопрос: «Я боюсь заболеть, даже если в данный момент мне ничего не угрожает» 56% респондентов, обучающихся на медицинском факультете, дали положительный ответ (рис. 1), в то время как, студенты немедицинского профиля имели такие мысли только в 30% случаях. 9% опрошенных затруднились дать ответ (рис. 2). Из этого следует, что студенты медицинских специальностей более склонны к нозофобии, чем студенты немедицинских направлений. Данные результатов нашего исследования отражены в диаграммах.

Студенты медицинских направлений



Рис. 1. Анализ уровня нозофобии у студентов медицинского направления

Студенты немедицинских направлений



Рис. 2. Анализ уровня нозофобии у студентов немедицинских направлений

Далее мы проанализировали разницу в уровне проявления симптомов ипохондрии между студентами медицинского и немедицинского профиля обучения. Так, на вопрос: «Вызывают ли у вас страх подозрения на тревожные симптомы?» 37% студентов медицинского профиля (рис. 3) и 50% опрошенных респондентов немедицинского профиля (рис. 4) соответственно дали положительный ответ. Из этого следует, что несмотря на высокий показатель нозофобии студентов медицинского профиля, уровень ипохондрии оказался ниже, чем у студентов, не обучающихся медицине.

Студенты медицинского профиля



Рис. 3. Анализ уровня ипохондрии у студентов медицинского профиля

Студенты немедицинского профиля



Рис. 4. Анализ уровня ипохондрии у студентов немедицинского профиля

Исходя из полученных результатов опроса среди студентов ЧГУ им. И.Н. Ульянова можно сделать вывод, что студенты, обучающиеся на медицинском факультете, из-за большей осведомленности в клинических и доклинических дисциплинах менее склонны к ипохондрии чем студенты немедицинских специальностей. Следовательно, теория Бернарда Баарса не подтверждается. Уровень нозофобии, напротив, оказался выше, что может свидетельствовать о более ответственном отношении студентов медиков к своему здоровью.

Для того, чтобы избежать «синдрома студента-медика» обучающемуся необходимо соблюдать ряд простых правил:

- 1) не только расширять и совершенствовать свои знания о клинических заболеваниях, но и правильно их применять [4];
- 2) использовать меры личной профилактики с целью уменьшения вероятности реального заражения, а, следовательно, уменьшения страха;
- 3) в спорных ситуациях обращаться к специалисту, которому вы доверяете;
- 4) научиться контролировать свое психологическое состояние в стрессовых ситуациях;
- 5) вести здоровый образ жизни, поскольку предупреждение заболеваний – лучшее лекарство от ипохондрии.

Список литературы

1. Баарс Б. Дж. В театре сознания. In the theatre of consciousness. – N.Y.: Oxford: Oxford Univ. Press, 1997. XIV, 193 P. bibliogr. : P. 183–187.
2. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие. – Самара: Бахрах-М, 2011. – 57 с.
3. Сандлер Дж. Пациент и психоаналитик: основы психоаналитического процесса. – М.: Когито-Центр, 1992. – 409 с.
4. Тишова А.О. Исследование психологических особенностей учебного стресса студентов-медиков / А.О. Тишова, К.В. Пушкина // Сборник научных трудов молодых ученых и специалистов. – Чебоксары, 2018. – С. 506–510.
5. Хантер Р.К. Нозофобия и ипохондрия у студентов-медиков / Р.К. Хантер, Ю.Г. Лоренц, А.Е. Шварцман // Журнал нервных и психических заболеваний. – 1964. – 139 (2). – С. 147–152.