

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
Харківський національний медичний університет
(кафедра фізіології)
Харківський національний фармацевтичний університет
(кафедра біології, фізіології і анатомії людини)
Харківська спілка медичної валеології

**ФІЗІОЛОГІЯ
МЕДИЦИНИ, ФАРМАЦІЇ ТА ПЕДАГОГІЦІ:
«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ТА СУЧАСНІ
ДОСЯГНЕННЯ»**

**Тези доповідей
III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології
з міжнародною участю**

18 травня 2016 року

Харків – 2016

Фізіологія медицині, фармації та педагогіці: «Актуальні проблеми та сучасні досягнення»: тези доповідей III Всеукр. студент. наук. конф. з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків: ХНМУ, 2016. – 158 с.

Физиология медицине, фармации и педагогике: «Актуальные проблемы и современные достижения»: тезисы докладов III Всеукр. студен. науч. конф. по физиологии с международным участием (20 мая 2016 г.). – Харьков: ХНМУ, 2016. – 158 с.

Physiology to Medicine, Pharmacy and Pedagogics: «Actual problems and Modern Advancements»: brief outline reports of III Ukrainian Students Scientific Conference of Physiology with international participation (May, 18 2016). – Kharkov: KhNMU, 2016. – 158 p.

Конференція зареєстрована в Харківському інституті науково-технічної та економічної інформації (Укр ІНТЕІ), посвідчення № 819 від 3 грудня 2013 р.

Редакційна колегія: *Д.І. Маракушин (головний редактор),
Л.М. Малоштан,
І.А. Іонов,
Н.І. Пандікідіс,
Н.В. Деркач,
Т.Є.Комісова.*

Адреса редколегії: м. Харків, пр. Науки, 4, ХНМУ, кафедра фізіології.

Булгакова Е.А., **Сокол Е.Н., Зеленская А.Н.** ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ ЗРИТЕЛЬНОЙ ПЕРЦЕПЦИИ В УСЛОВИЯХ ИНТЕНСИВНЫХ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ НАГРУЗОК // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Буньо И.Б., Бракова Ю.М., **Сокол Е.Н.** СОСТОЯНИЕ СЕНСОМОТОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ ПРИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ НАГРУЗКАХ // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Буц А.В., **Григоренко Н.В.** ВЛИЯНИЕ ВЫСОКОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ И ВЛАЖНОСТИ ВОЗДУХА НА ФИЗИЧЕСКУЮ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Гавриленко Н.В., **Маслова Н.М.** ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ АККОМОДАЦИОННО – КОНВЕРГЕНТНОЙ СИСТЕМЫ ПОДРОСТКОВ // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Горбунова А. Ю., **Пандикидис Н. И.** ВЛИЯНИЕ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО СТРЕССА НА ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Гордиенко М.Н., Кеся В.Ю., **Сокол Е.Н.** ИССЛЕДОВАНИЕ ДИНАМИКИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЦВЕТОВОГО ТЕСТА ЛЮШЕРА И СТРУКТУРЫ ТРЕВОЖНОСТИ В УСЛОВИЯХ АДАПТАЦИИ К ИНФОРМАЦИОННОМУ СТРЕССОРУ // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Гордон А., **Григоренко Н.В.** ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ПРОЦЕССЕ МОНОТОННОГО ТРУДА // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Дворник Н.А., **Шенгер С.В.** ЯИЧНИКИ В СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЯХ// Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Долгова Т.С., **Шенгер С.В.** ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ ЖЕНЩИНЫ В ПОСЛЕРОДОВОЙ ПЕРИОД // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Дрокин А.Р., Усик Д.Д., **Сокол Е.Н.** ВЛИЯНИЕ ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА НА СОСТОЯНИЕ СЕНСОМОТОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ПРИ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНОМ НАПРЯЖЕНИИ // Тези доповідей III Всеукраїнської студентської наукової конференції з фізіології з міжнародною участю (18 травня 2016 р.). – Харків. – 2016. – С.

Дядичев А.В., **Пандикидис Н. И.** ИССЛЕДОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ПРОЦЕССОВ ПАМЯТИ ОТ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ОРГАНИЗМА//

вырабатывает структурный след адаптации. На этом принципе построены все тренировки спортсменов. При предъявлении зрительной системе нагрузки на пределе ее функциональных возможностей тренировки системы и улучшения ее функций не происходит, система не переходит на более высокий функциональный уровень, а ухудшает свои возможности, снижаются резервы, вплоть до развития спазма аккомодации и близорукости.

Горбунова А. Ю., Пандикидис Н. И.

ВЛИЯНИЕ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО СТРЕССА НА ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ

Харьковский национальный медицинский университет, г. Харьков, Украина

В настоящее время в конце каждого семестра студент сдает от двух экзаменов за полный курс по соответствующим предметам. Это является достаточно сильным стрессом для студента и оказывает определенное влияние на его эмоциональное и физическое состояние, что может стать достаточно серьезной помехой при сдаче экзаменов и повлиять на способность организма к иммунному ответу.

Стресс может спровоцировать практически любое заболевание. В связи с этим в настоящее время расширяется потребность как можно больше узнать о стрессе и способах предотвращения его последствий.

Воздействие стрессоров на индивида имеет интегральный, комбинированный характер, вовлекая одновременно и физиологические и психологические процессы. Поэтому целью данного исследования было изучение влияния экзаменационного стресса на различные физиологические системы организма.

Степень влияния стрессоров на наш организм может быть самой различной: от лёгкого возбуждения в предвкушении, допустим, завтрашней контрольной, до тяжелейшего психосоматического расстройства. В любом случае стресс оказывает влияние на все компоненты нашей индивидуальности: память, мышление, речь, эмоционально-волевую сферу, вегетативные висцеральные системы, дефектный обмен липидов, углеводов, электролитов и др.

Стресс с одной стороны можно рассматривать как положительный адаптационный фактор, позволяющий приспособиться к меняющимся условиям, с другой – как основу развития того или иного вида патологий. В момент истощения резервных возможностей организма (нервной, эндокринной, иммунной систем и др.), наступает развязка,

выражающаяся болезнью, которая ложится на почву сниженного иммунного и интерферонового статуса.

Необходимо отметить, что:

1. Стрессу одинаково подвержены все живые организмы способные взаимодействовать с окружающей средой.

2. Реакция стресса направлена на адаптацию организма к изменяющимся условиям внутренней и внешней среды.

3. Адаптационные ресурсы организма у разных людей разные и соответственно способности к их восстановлению так же различаются индивидуально.

4. Влияние одного и того же стрессора на разных людей различаются степенью выраженности стресса по силе влияния на адаптационные возможности индивида.

Экзаменационный стресс занимает одно из первых мест среди причин, вызывающих психическое напряжение у учащихся. Следует отметить, что экзаменационный стресс не всегда носит вредоносный характер, приобретая свойства «дистресса». В определенных ситуациях психологическое напряжение может иметь стимулирующее значение, помогая учащемуся мобилизовать все свои знания и личностные резервы для решения поставленных перед ним учебных задач. И, тем не менее, очень часто экзамен становится психотравмирующим фактором, который учитывается даже в клинической психиатрии при определении характера психогении и классификации неврозов.

В развитии стресс реакции важную роль, по нашим данным, играет уровень тревожности. Существует оптимальный уровень тревожности, при котором достигается наибольшая успешность деятельности. Также показано, что высокие показатели успеваемости демонстрируют студенты, обладающие одновременно высоким уровнем интеллектуальных способностей и высоким уровнем личной тревожности.

Огромное значение имеет оптимизация (коррекция) уровня экзаменационного стресса, т. е. снижение его у сверх тревожных учеников с чрезмерно лабильной психикой и, возможно, некотором повышении его у инертных, мало мотивированных учащихся.

Чрезвычайно актуальным является также выявление прогностических критериев устойчивости организма к психо-эмоциональным стресс-факторам. Решение этой проблемы невозможно без детального изучения как физиологических, так и психологических составляющих экзаменационного стресса с обязательным учетом индивидуальных личностных особенностей.

Одним из важнейших проявлений стресс-реакций является сниженный иммунный ответ организма, который значительным образом влияет на протекание физиологических реакций.

С целью определения причины снижения иммунитета, нами было проведено анкетирование среди студентов второго курса медицинского вуза в зимнюю сессию.

Анкетирование предполагало следующие цели:

1. Выявить влияние экзаменационного стресса на здоровье учащихся.
2. Попытаться выяснить основные причины влияния эмоционального стресса на здоровье учащихся.
3. Выработать рекомендации по профилактике дистрессорных последствий экзаменационного напряжения.

Исходя из проделанной нами работы, мы сделали следующие выводы:

– Протекание экзаменационного стресса имеет гендерные особенности. Было отмечено меньшее влияние психо-эмоционального стресса на студентов-юношей, как следствие они чувствовали себя лучше и больше спали в ночь перед экзаменом. Девушки-студенты в свою очередь, отмечали сильное ухудшение самочувствия и оценивали свой уровень стресса, как высокий или очень высокий.

– Четкие гендерные различия в проявлении стресс-реакции были выявлены и в отношении иммунной системы. Юноши в целом более индифферентно относились к ситуации экзаменационного стресса. Это объясняет изначально зафиксированную разницу в снижении иммунитета практически в два раза у девушек, чем у юношей.

– По нашим данным экзаменационный стресс сопровождали следующие вегетативные реакции: нарушение в работе желудочно-кишечного тракта, тремор рук, ощущение озноба и стывающих конечностей, нарушение координации, головная боль, проблемы мышления и запоминания. Наиболее частыми нарушениями как у девушек, так и у юношей были проблемы в работе центральной нервной системы, а конкретно нарушение функций памяти и мышления. Также было зафиксировано наличие симптоматики связанной с тремором рук и нарушениями в работе органов пищеварения. Длительное и весьма значительное эмоциональное напряжение приводило к активации симпатического отдела вегетативной нервной системы, а также к развитию переходных процессов, сопровождающихся нарушением вегетативного гомеостаза.

Гордиенко М.Н., Кеся В.Ю., Сокол Е.Н.