**Кателевская Н. Н., Павликова А. А.**

**АНАЛИЗ ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ СТРЕССА У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**

**Кафедра гигиены и экологии № 1**

**Харьковский национальный медицинский университет,**

**г. Харьков, Украина**

**Научный руководитель: к.мед.н. Кателевская Н.Н.**

Актуальность работы: Согласно литературным данным о состоянии здоровья населения разных стран в настоящее время отмечается стойкая тенденция к росту распростаненности психо-эмоциональных расстойств у людей молодого возраста. Существенную роль среди них играют пограничные стрессовые состояния, развитие которых связано воздействием множества факторов, обусловленных как спецификой внутрисредовых факторов, так и особенностями компенсаторно-адаптационных механизмов у молодых лиц различных возрастных групп.

Цель работы: Анализ факторов риска развития стресса у лиц молодого возраста в современных условиях и его последствий, влияющих на их здоровье и социальную адаптацию.

Методы исследования**:** Аналитическая обработка литературных данных.

Согласно литературным источникам, в частности данным ВОЗ, распростаненность психо-эмоциональных расстройств у лиц молодого возраста составляет порядка 11%, при этом стрессовые расстройства различной степени выраженности встречаются более чем у 70% подростков и 55% лиц в возрасте от 18 до 35 лет. Следует заметить, что во многих случаях именно недиагностированное пограничное стрессовое расстройство становится причиной развития депрессии, которая в дальнейшем является основой для развития психосоматический или психической патологии, а в ряде случаев и причиной социальной дезадаптации.

Особое внимание ученые обращают на причины развития, как острого, так и хронического срессового расстройства. Оценивая факторы, влияющие на развитие стресса, следует заметить, что в различных возрастных группах превалируют вопросы социальной устроенности, в то же время для подростков значительную роль играют вопросы социальной внутрисредовой идентичности и профессионального становления. Так у 12% старшеклассников отмечается страх быть в одиночестве, у 14% - боязнь быть «неопределенными» после окончания школы. Студенты же в большей степени обеспокоены вследствие недостатка сна (12,4%), материальной неустроенности (23,2%), 17,3% респондентов не удовлетворены результатами своей деятельности. Следует отметить, что вопросы личных отношений и семейных проблем были практически в 22% случаев были важны, как для подростков, так и для представителей студенчества. Все эти факторы, безусловно, влияют на развитие стресса. Исходя из результатов субъективной оценки, 34,3% опрошенных часто находятся в стрессовом состоянии, не часто подвергаются стрессам 39,2%, и всего лишь 18,6% живут беззаботно. При этом среди методов борьбы со стрессом молодые люди выбирают следующие методы: 18,6% избавляются от стресса путем общения с друзьями, 16,2% - пытаются просто о нем не думать и укладываются спать, 11,5% - с помощью физических нагрузок и занятий спортом.

Выводы: анализ факторов риска у современной молодежи позволяет сделать вывод о значительном влиянии на формирование пограничных стрессовых расстройств различных факторов, ведущую роль среди которых играют внутри средовые и экономические проблемы. При этом вопросам психо-профилактики развития стресса, а также методам борьбы с ним уделяется недостаточное внимание, вследствие чего в ряде случаев развиваются стрессогенные психические и психосоматические заболевания, в частности, депрессивные расстройства, неврозы, неврозоподобные состояния, вегето-сосудистая дистония и прочие.