

Т.П. Склярова, Л.Е. Механтьева, А.В. Петрова, Г.И. Сапронов
АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПРОФИЛАКТИКИ СОСТОЯНИЙ
ДЕЗАДАПТАЦИИ У СПЕЦИАЛИСТОВ,
УЧАСТВУЮЩИХ В ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

*ГБОУ ВПО ВГМА им. Н.Н. Бурденко Минздрава России,
каф. медицины катастроф и безопасности жизнедеятельности*

Резюме. В статье рассматривается проблема адаптации к экстремальным условиям деятельности специалистов, участвующих при ликвидации ЧС (пожаров), а также проведение восстановительных мероприятий для сохранения профессионального здоровья и активного долголетия сотрудников пожарной части г. Воронежа с использованием современных методов и оценка эффективности медико-психофизиологической реабилитации.

Ключевые слова. Экстремальные условия деятельности специалистов, восстановительные мероприятия, функциональное состояние.

Актуальность. По данным МЧС России, в совокупности в России ежегодно уничтожается пожарами средний город с численностью населения примерно 130 000 человек со всей инфраструктурой: ночными клубами, больницами, школами.. [5]. Следует отметить, что в последние годы по свидетельству статистики происходит снижение количества пожаров на 5%. Примерно на такой же процент уменьшается количество погибших. [6].

Условия деятельности по ликвидации пожаров относятся к экстремальным (высокий уровень риска потерять здоровье, собственную жизнь или получить травму). Ведущими повреждающими факторами на пожароопасных, взрывопожароопасных и взрывоопасных объектах являются: открытый огонь, высокие температура и влажность, взрывы, воздушная ударная волна, обломки сооружений, сильное задымление, снижение концентрации кислорода и наличие токсичных продуктов горения, значительное нервно-психическое напряжение, большие физические нагрузки. Зачастую экстремальные события, которые возникают в процессе выполнения ликвидационных работ в силу специфичности условий в аварийной зоне, можно обозначить как первичные стрессогенные факторы [4].

Нами было проведено исследование, целью которого явился: анализ состояния здоровья сотрудников, участвующих при ликвидации ЧС (пожаров); проведение восстановительных мероприятий для сохранения профессионального здоровья и активного долголетия сотрудников пожарной части г. Воронежа с использованием современных методов и критериев оценки медико-психофизиологической реабилитации специалистов пожарной части.

Материал и методы исследования. Работа проводилась на базе ПЧ г. Воронежа. Выборку исследования составили мужчины (участники пожаротушения), в возрасте 23-45 лет. Анкетирование проводилось анонимно на базе поликлиники медико-санитарной части МВД России по Воронежской области для изучения состояния здоровья и образа жизни специалистов пожарной службы. Для психодиагностического обследования использовались стандартизированные методы [2,3]. Контроль функционального состояния и работоспособности проводился на

аппарате «Психофизиолог», который обеспечивает регистрацию частоты сердечных сокращений, времени реакции на световые стимулы, а также вариантов и времени ответов на вопросы психологических тестов. Аппарат сохраняет и обрабатывает данные, результаты отображаются на жидкокристаллическом дисплее.

Полученные результаты и их обсуждение. Из числа обследованных 20,9 % участников пожаротушения имеют отклонения со стороны здоровья (повышенные цифры АД), а часть из них – хронические заболевания. Недостаток в питании и полноценном отдыхе в совокупности с вредными привычками (48% курит на данный момент, причем средний стаж курения превышает 10 лет) приводит к понижению адаптационных возможностей организма, что способствует быстрейшему эмоциональному выгоранию. По результатам анкетирования и уровню адаптационного потенциала, отражающего «качество здоровья», все обследуемые были разделены на 3 группы. Особо нами отмечены две группы:

1. группа со сниженными функциональными резервами – 16,6 %;
2. группа с неудовлетворительной адаптацией к условиям окружающей среды, имеющие отдельные симптомы заболеваний – 3,9 %.

С этими двумя группами мы провели восстановительную работу с использованием аппаратов: «АСИР», «Альфария» с целью повышения защитных свойств организма, усиления его компенсаторных возможностей.

Аппарат визуальной цветоимпульсной стимуляции с биологической обратной связью (БОС) - «АСИР» предназначен для ритмической фоторефлексотерапии электромагнитным излучением в диапазоне видимого света с целью профилактики, лечения и реабилитации состояний, для снятия эмоционального напряжения.

Аппарат «Альфария» предназначен для лечения и профилактики депрессии, неврозов, бессонницы, различных видов зависимостей, снятия болевых синдромов. Принцип лечебного воздействия основан на активации альфа-ритмов мозга, нормализации других биоритмов мозга, увеличении концентрации серотонина, ацетилхолина, мет-энкефалина и бета-эндорфинов.

Оценка эффективности восстановительной работы проведена с использованием психодиагностических, проективных методик и объективных психофизиологических методов (прибор «Психофизиолог»). В результате проведения восстановительных мероприятий отмечается улучшение функционального состояния организма. Так, на 26,7% случаев возросло оптимальное функциональное состояние и на 3,4% случаев уменьшилось негативное функциональное состояние. У лиц, имеющих органические нарушения, изменения процентного значения не произошло, восстановительные мероприятия не улучшили функционального состояния и в данных случаях необходимо медицинское обследование и медикаментозное лечение на базе ЛПУ.

Выводы.

1. Профессиональная деятельность, особенно в условиях недостаточного отдыха, приводит к истощению психофизических ресурсов сотрудников пожарной

службы. Даже оптимальные индивидуальные адаптационные качества и стереотипы не могут справиться с разрушительными для личности последствиями хронического стресса в сочетании с периодическими экстремальными ситуациями.

2. В результате проведения восстановительных мероприятий отмечается улучшение функционального состояния организма, что способствует укреплению здоровья, повышению работоспособности и профессиональному долголетию.

3. Проведенное нами исследование и полученные результаты подтверждают необходимость внедрения в практику всех пожарных частей современных методов медико-психофизиологической реабилитации с использованием критериев объективной оценки функционального состояния, работоспособности специалистов пожарной части.

Литература.

1. Бовин Б.Г. Проведение психофизиологического обследования кандидатов в дежурную службу пожаротушения : метод. рекомендации / Б.Г. Бовин. – Москва, 2005.

1. Реан А.А. Психология адаптации личности / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. – Санкт-Петербург, 2008.

2. Собчик Л.Н. Психология индивидуальности / Л.Н. Собчик. – Москва : Изд-во «Речь», 2008. – 624 с.

3. Экстремальные ситуации : справочник практического психолога / под ред. И.Г. Малкиной-Пых. – Москва : Эксмо, 2005.

Abstract

T.P. Sklyarova, L.E. Mechantieva, A.V. Petrova, G.I. Sapronov

ACTUALITY QUESTIONS BY CONDITION OF DESADAPTATION PREVENTIVE IN GROUP OF PARTICIPATING IN EMERGENCY

*Voronezh state medical academy by N.N. Burdenko Ministry Of Health
The Department of disaster medicine and life safety*

In the article problem of adaptations specialists to extreme factors of work in firefighting teams is described. Also the article report about life safety activity to improvement function of an organism and active longevity in group of employees of a fire brigade from Voronezh with help of modern methods and evaluation of medico-psycho-rehabilitation effectiveness.

Keywords: extreme factors of work, life safety activity, functional condition of an organism.

References:

1. Bovin B.G. Psychophysiological examination of candidates for the duty service extinguishing method recommendations / B.G. Bovin. – Moscow, 2005.

2. Extreme. Handbook of Practical Psychology / ed. I.G. Malkina-Puff. – Moscow : Penguin Books, 2005.

3. Rean A.A. Psychology of personality adaptation. / A.A. Rean, A.R. Kudashev, A.A. Rams. – St. Petersburg, 2008.

4. Sobchik L.N. Psychology of personality / L.N. Sobchik. – Moscow : Speech, 2008. – 624 p.

Сведения об авторах:

Механтьева Людмила Евгеньевна, доктор медицинских наук, профессор, зав. кафедрой медицины катастроф и безопасности жизнедеятельности ВГМА им. Н.Н. Бурденко.

Склярова Татьяна Петровна, кандидат медицинских наук, старший преподаватель кафедры медицины катастроф и безопасности жизнедеятельности ВГМА им. Н.Н. Бурденко 89092137358, SklyarovaT@yandex.ru

Петрова Анна Викторовна, врач-психиатр, ассистент кафедры психиатрии ВГМА им. Н.Н. Бурденко, 89507553432, petrann@list.ru

Сапронов Геннадий Иванович, кандидат медицинских наук, доцент кафедры медицины катастроф и безопасности жизнедеятельности ВГМА им. Н.Н. Бурденко