

Н.Ю. Черных, М.В. Васильева, Е.П. Мелихова
КАЧЕСТВО ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ
И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ

ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России, каф. общей гигиены

Резюме. Человеческое общество перешло из индустриальной эры в информационную эпоху. Подключение к интернету – это очень большая часть нашей повседневной жизни. Диапазон онлайн-деятельности включает в себя практически все, от образования до торговли. В России количество интернет-пользователей, по данным Digital 2020, составило 118 миллионов. Это значит, что интернетом пользуется 81% россиян. Сравнительно чаще, чем другие группы людей, интернетом пользуются студенты. Чрезмерное увлечение интернетом связывают с разными психологическими проблемами, такими как депрессия, синдром дефицита внимания и гиперактивности, нарушение сна и др.

В настоящем исследовании изучены вопросы интернет-зависимости и качества жизни среди студентов медицинского вуза. Наши данные свидетельствуют, что, в отличие от результатов исследования в некоторых других странах, студенты-медики в ВГМУ имеют лучшие показатели качества жизни и умеренную склонность к интернету.

Ключевые слова: качество жизни студентов, интернет-зависимость.

Актуальность. Широкое использование интернета в студенческой среде вызывает серьезное беспокойство во всем мире. Чрезмерная онлайн-активность может привести к негативным побочным эффектам. Эти эффекты могут включать в себя как физические проблемы – ослабление зрения, боли в спине и головные боли, так и социальные, такие как интернет-зависимость и социальная тревожность. Мировым экспертом по интернет-зависимости и расстройствам поведения в интернете с 1996 года считается доктор Кимберли Янг. В России данное состояние изучается с 2000 года.

Под интернет-зависимостью или патологическим использованием интернета подразумевается неспособность индивида контролировать свое использование сети, что в итоге приводит к дистрессу и функциональным нарушениям в повседневной жизни [1].

Несколько исследований, проведенных для оценки распространенности чрезмерного использования интернета среди студентов-медиков и его влияния на их академическую успеваемость и общее состояние здоровья, показали, что результаты пребывания в сети могут меняться в зависимости от целей, для которых она используется. Например, студенты, которые использовали интернет для учебы имели более высокую успеваемость по сравнению с теми, у кого цели использования имели общий характер [2]. Чрезмерное использование интернета также может негативно сказаться на качестве жизни студентов. Это важно, так как качество жизни положительно коррелирует с успеваемостью [3,4].

Качество жизни студентов-медиков может сказаться на их будущей работе в качестве врачей, что, в свою очередь, может иметь негативные последствия для пациентов. Кроме того, медицинская наука воспринимается как стрессовая и сложная область исследования, интернет-зависимость в такой ситуации может стать одним из способов, с помощью которого студенты попытаются справиться с психологическим

напряжением. Результаты настоящего исследования могут помочь понять, насколько это верно и, следовательно, нужны ли мероприятия, которые помогут снять стрессовое состояние студентов-медиков, не влияя на их продуктивность.

Материал и методы исследования. Методом исследования явилось анкетирование. После простой случайной выборки был проведен опрос для сбора необходимых данных. Выборку составляли 102 студента-медика ВГМУ всех учебных лет.

Для достижения цели настоящего исследования были использованы 3 основных инструмента. Первый состоял из социально-демографических характеристик участников. Второй раздел включал оценку распространенности и степени интернет-зависимости среди студентов-медиков. Для этого применялся тест на интернет-зависимость Янга (IAT) в переводе и модификации В.А. Буровой. Третий использовался для оценки качества жизни с помощью краткого опросника Всемирной организации здравоохранения (WHOQL) –BREF [5].

Полученные результаты и их обсуждение. Средний возраст студентов составил 23 года (28% мужского пола). Подавляющее большинство студентов (72 человека) проживали со своими родителями, 15 – в одиночку, 12 – с соседом по комнате, 3 студента не дали ответа на этот вопрос.

Средний балл по результатам опросника, связанного с интернет-зависимостью, составил 53 (есть некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом) из всех учащихся. В общей сложности у 61% студентов результат составил от 50 и выше, тогда как 39% студентов имели результат менее 50 (обычный пользователь интернета). Среднее качество жизни не имело каких-либо существенных различий между двумя группами. Студенты считают состояние своего здоровья хорошим и в целом довольны качеством своей жизни.

Все корреляции между физическими, психологическими, социальными и экологическими составляющими качества жизни не были значимыми.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют о том, что опрошенные студенты имеют лишь умеренный уровень интернет-зависимости. Более того, качество жизни большинства студентов оценивается в диапазоне выше среднего.

Полученные нами данные контрастируют с теми исследованиями, в которых, как было сказано выше, обнаружен низкий уровень качества жизни по интернет-зависимым студентам медицинских вузов.

Возможно, это связано с тем, что студенты-медики в России и других странах сталкиваются с разными проблемами из-за различий в социальных структурах и образе жизни (предвзятость исключается использованием стандартного вопросника, разработанного ВОЗ).

В частности, по мнению ряда авторов, социальные структуры во многих зарубежных странах имеют сложности из-за ослабления связей между разными поколениями [6,7], что приводит к ряду социальных, экологических и экономических проблем. Если говорить о России, то результаты современных исследований указывают

в большей степени на общность, нежели на различия в сфере ценностей поколенческих групп [8].

Выводы. Необходимо предусмотреть возможность адаптировать анкету на основе уникальных социальных характеристик к условиям России и использовать результаты для проведения более тщательных исследований.

Данная социальная проблема, по нашему мнению, должна обсуждаться в системе образования и здравоохранения.

Литература.

1. Young K.S. Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment. / L. VandeCreek, T.L. Jackson// *Innov Clin Pract.*- 1999;17: 19-31. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)
2. Krajewska-Kułak E. Internet addiction among students of the medical university of Białystok/ W. Kułak // *NUPC.* -2011;29:657-61. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)
3. Bakarman M. Internet addiction among senior medical students in King Abdulaziz University, prevalence and association with depression/ M. Bakarman // *Glob J Health Sci.*-2017;9:60-7. URL: <https://doi.org/10.5539/gjhs.v9n10p60> (дата обращения 24.02.21).
4. Nath K. A cross-sectional study on the prevalence, risk factors, and ill effects of internet addiction among medical students in Northeastern India/https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru S. Naskar, R. Victor// *The primary care companion for CNS.*- 2016;31:18. URL: https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 24.02.21)
5. Cheung Y.B. Reliability and Validity of the English-, Chinese- and Malay-Language Versions of the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF) Questionnaire in Singapore/ K.K. Yeo, K.J. Chong // *Ann Acad Med Singapore.*- 2017;46:461-9. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)
6. Shareef M.A. The interplay between academic performance and quality of life among preclinical students / A.A. Abdulhadi, A.A. Al-Khateeb // *BMC Med Edu.*- 2015;15:193. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)
7. Holstein B. E. Perceived problems with computer gaming and internet use among adolescents: measurement tool for non-clinical survey studies / B. E. Holstein. // *BMC Public.*- 2014;14:361. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 24.02.21)
8. Пипия К. Куда пропал конфликт отцов и детей / К. Пипия // *Ведомости: мнения, аналитика* – 2018. URL:<https://www.vedomosti.ru/opinion/articles/> (дата обращения 22.02.21).

Abstract.

N.Yu. Chernykh, M.V. Vasilieva, E.P. Melikhova

QUALITY OF LIFE FOR MEDICAL STUDENTS AND INTERNET DEPENDENCE

Voronezh State Medical University, dep. of General Hygiene

Human society has moved from the industrial era to the information age. Connecting to the internet is a very large part of our daily life. The range of online activities includes almost everything from education to trading. In Russia, the number of Internet users, according to Digital 2020, amounted to 118 million. This means that 81% of Russians use the Internet. Students use the Internet comparatively more often than other groups of people. Excessive hobby for the Internet is associated with various psychological problems, such as depression, attention deficit hyperactivity disorder, sleep disturbance, etc.

This study examined the issues of Internet addiction and quality of life among medical students. Our data indicate that, in contrast to the results of research in some other countries, medical students at VSMU have better indicators of quality of life and a moderate propensity to use the Internet.

Keywords: quality of life of students, internet addiction.

References.

1. Young K.S. Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment. / L. VandeCreek, T.L. Jackson// *Innov Clin Pract.*- 1999;17: 19-31. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)

2. Krajewska-Kułak E. Internet addiction among students of the medical university of Białystok/ W. Kułak //NUPC. -2011;29:657-61. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)

3. Bakarman M. Internet addiction among senior medical students in King Abdulaziz University, prevalence and association with depression/ M. Bakarman //Glob J Health Sci.-2017;9:60-7. URL: <https://doi.org/10.5539/gjhs.v9n10p60> (дата обращения 24.02.21).

4. Nath K. A cross-sectional study on the prevalence, risk factors, and ill effects of internet addiction among medical students in Northeastern Indiahttps/ S. Naskar, R. Victor// The primary care companion for CNS.- 2016;31:18. URL: https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 24.02.21)

5. Cheung Y.B. Reliability and Validity of the English-, Chinese- and Malay-Language Versions of the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF) Questionnaire in Singapore/ K.K. Yeo, K.J. Chong //Ann Acad Med Singapore.- 2017;46:461-9. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)

6. Shareef M.A. The interplay between academic performance and quality of life among preclinical students / A.A. Abdulhadi, A.A. Al-Khateeb // BMC Med Edu.- 2015;15:193. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 19.02.21)

7. Holstein B. E. Perceived problems with computer gaming and internet use among adolescents: measurement tool for non-clinical survey studies / B. E. Holstein. //BMC Public.- 2014;14:361. URL:https://z5h64q92x9.net/proxy_u/en-ru.ru. (дата обращения 24.02.21).

8. Pipia K. Where did the conflict of fathers and children disappear / K. Pipia // Vedomosti: opinions, analytics - 2018. URL: <https://www.vedomosti.ru/opinion/articles/> (date of treatment 02.22.21).

Сведения об авторах: Черных Наталья Юрьевна – к.м.н., доцент ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко, кафедра общей гигиены nt.chernykh@mail.ru; Васильева Мария Васильевна – ассистент ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко, кафедра общей гигиены, Vasileva.Mariy1989@yandex.ru; Мелихова Екатерина Петровна – к.б.н., доцент ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко, кафедра общей гигиены katerina.2109@mail.ru.