

УДК 614.1

***СТРЕСС КАК ТРИГГЕР ДЛЯ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЕМ:  
ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЮ  
ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ.***

***Нуриев И.И.***

*обучающийся на 4 курсе лечебного факультета*

*ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия*

*Ижевск, Россия*

***Звездин Д.А.***

*обучающийся на 4 курсе лечебного факультета*

*ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия*

*Ижевск, Россия*

***Толмачев Д.А.***

*доктор медицинских наук, доцент кафедры общественного здоровья и  
здравоохранения*

*ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия*

*Ижевск, Россия*

**Аннотация:** Одним из наиболее распространенных проявлений девиантного поведения является употребление веществ, влияющих на восприятие реальности. Врачи, находящиеся под постоянным стрессом, сталкивающиеся с нестандартным рабочим графиком, огромной ответственностью и высокой психологической нагрузкой, часто подвержены риску злоупотребления психоактивными веществами. Не менее важно отметить, что не только врачи, но и студенты медицинских ВУЗов подвержены этой проблеме. Поэтому кроме выявления проблемы необходимо предпринимать активные меры по профилактике связанных с алкоголем проблем среди студентов, обучающихся в медицинских учебных заведениях.

**Ключевые слова:** алкогольная зависимость, студенты-медики, диагностика, факторы риска, аддиктивное поведение.

***STRESS AS A TRIGGER FOR ALCOHOL ABUSE: FACTORS  
CONTRIBUTING TO THE FORMATION OF DEPENDENCE IN STUDENTS***

***Nuriev I.I.***

*Student*

*Izhevsk State Medical Academy*

*Izhevsk, Russia*

***Zvezdin D.A.***

*Student*

*Izhevsk State Medical Academy*

*Izhevsk, Russia*

***Tolmachev D.A.***

*Doctor of Medical Sciences, Associate Professor of the Department of Public  
Health and Public Health*

*Izhevsk State Medical Academy*

*Izhevsk, Russia*

**Abstract:** One of the most common manifestations of deviant behavior is the use of substances that affect the perception of reality. Doctors who are under constant stress, faced with non-standard work schedules, huge responsibilities and high psychological stress are often at risk of substance abuse. It is equally important to note that not only doctors, but also students of medical universities are susceptible to this problem. Therefore, in addition to identifying the problem, it is necessary to take active measures to prevent alcohol-related problems among students studying in medical schools.

**Keywords:** alcohol dependence, medical students, diagnostics, risk factors, addictive behavior.

**Актуальность:** Актуальность данного исследования обусловлена несколькими факторами. Во-первых, современная студенческая жизнь полна вызовов: учеба, финансовые трудности, социальное давление и неопределенность будущего, что приводит к повышенному уровню стресса. [8,9]

Во-вторых, алкоголь часто используется студентами как средство снятия стресса, что может привести к рискованному употреблению и развитию зависимости.[1] Важно подчеркнуть негативные последствия рискованного употребления алкоголя: ухудшение академической успеваемости, проблемы с психическим и физическим здоровьем, риск травм и увеличение риска проявления агрессивного поведения [6,7]. Кроме того, необходимо разрабатывать профилактические меры, чтобы предотвратить злоупотребление алкоголем и способствовать здоровому образу жизни среди студентов. Понимание роли стресса в формировании рискованного употребления алкоголя позволит разработать эффективные профилактические программы [3,4]. Не стоит забывать и о социально-экономических последствиях: рискованное употребление алкоголя среди студентов негативно влияет на общество в целом, приводя к потере продуктивности, росту расходов на здравоохранение и увеличению социальных проблем.[2] В целом, данное исследование актуально ввиду необходимости глубокого понимания взаимосвязи между стрессом, потреблением алкоголя и риском развития зависимости среди студентов для разработки эффективных стратегий профилактики и предотвращения негативных последствий.

**Цель исследования:** Цель исследования заключается в анализе связи между стрессом и рискованным употреблением алкоголя у студентов. Конкретные задачи исследования: 1. Определить наличие стресса среди студентов 2. Изучить частоту и количество употребления алкоголя среди студентов с помощью опроса. 3. Изучить взаимосвязь между уровнем стресса и рискованным употреблением алкоголя. 4. Идентифицировать факторы, способствующие рискованному употреблению алкоголя в условиях стресса (например, социальное давление, учебная нагрузка). Данное исследование позволит лучше понять взаимосвязь между стрессом и рискованным употреблением алкоголя среди студентов, что в дальнейшем может помочь разработать эффективные профилактические программы и стратегии помощи.

**Материалы и методы:** В исследовании приняли участие 110 студентов медицинского университета. Средний возраст участников составил 22 года. Выборка состояла из 67,4% мужчин и 32,6% женщин (Рис. 1).

Все участники дали информированное согласие на участие в исследовании. Критериями включения в исследование являлись: Возраст от 18 до 30 лет. Обучение в университете на очной форме. Отсутствие серьезных хронических заболеваний. Отсутствие текущих проблем с алкогольной зависимостью. В ходе исследования использовалась анкета, содержащая вопросы о уровне стресса, частоте и количестве употребления алкоголя, а также о факторах, влияющих на поведение студентов (социальное давление, учебная нагрузка, доступность алкоголя). Для проведения исследования был выбран тест AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test), утвержденный Всемирной организацией здравоохранения, как простой и быстрый скрининг пациентов на предмет злоупотребления алкоголем и алкогольной зависимости. Впервые AUDIT был опубликован в 1989 году и в настоящее время переведен на 40 языков.[5] Кроме того, проведенные исследования показали, что тест наиболее точен для людей, относящихся к молодой и средней возрастной группе. Тест

состоит из 10 вопросов. Чувствительность и специфичность тестовых заданий рассчитываются по кратности и среднему ежедневному количеству потребляемого алкоголя в дозах (По определению Всемирной организации здравоохранения, одна «доза» содержит 10 г чистого алкоголя: 30–35 мл водки, или 100 мл вина, или 280 мл пива), повторяющимся симптомам интоксикации, наличию хотя бы одного симптома зависимости.

Для выявления взаимосвязи между уровнем стресса и употреблением алкоголя был использован корреляционный анализ. Для изучения влияния стресса и других факторов на частоту и количество употребления алкоголя был применен регрессионный анализ. Качественные данные, полученные в ходе интервью, были проанализированы методом контент-анализа.

**Результаты исследования и их обсуждение:** По результатам тестирования было выяснено, что 29,4% студентов набрали более 8 баллов за тест AUDIT, что говорит о злоупотреблении алкоголем. 3,0% студентов набрали 20 и более баллов, что говорит о сформировавшейся зависимости. 67,6% студентов набрали менее 8 баллов, что является хорошим диагностическим признаком в отношении отсутствия алкогольной зависимости.

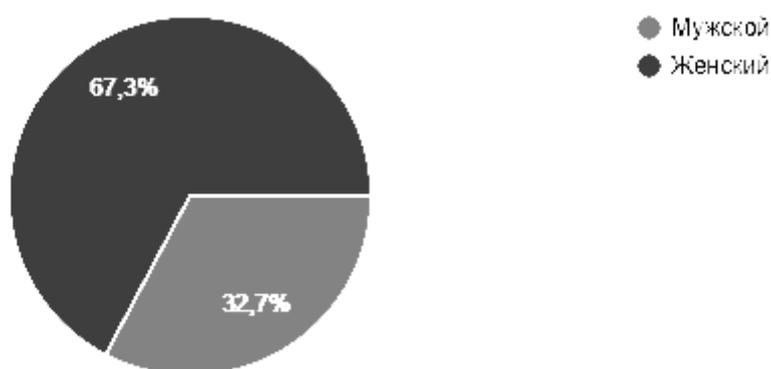


Рисунок.1 – Пол опрашиваемого. Прим. Авторская разработка

Выборка состояла из 67,4% мужчин и 32,6% женщин обучающихся медицинского высшего учебного заведения.

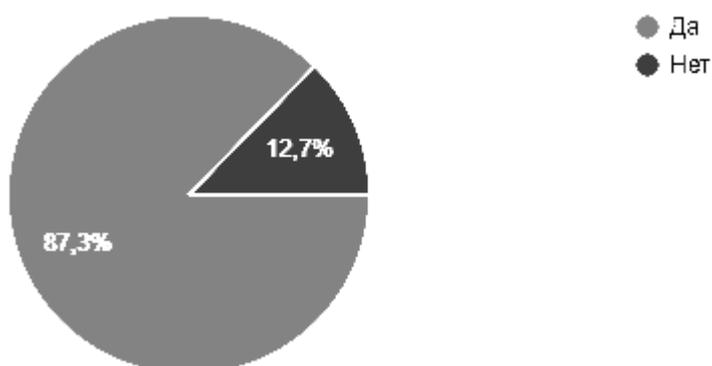


Рисунок.2 – Ответ на вопрос начали ли вы испытывать стресс после поступления в ВУЗ. Прим. Авторская разработка

Под стрессом понимается сильное неблагоприятное, отрицательно влияющее на организм воздействие. По результатам опроса большинство студентов ощущает это воздействие.

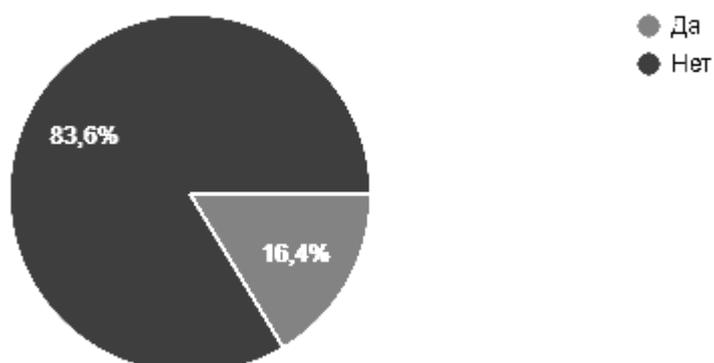


Рисунок.3 –Злоупотребляете ли вы алкоголем. Прим. Авторская разработка

Признание проблемы является очень важным этапом в получении положительных результатов в динамике решения проблемы. Часто

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

зависимые отрицают свое пристрастие. В результате опроса 83,6% признают свою проблему.

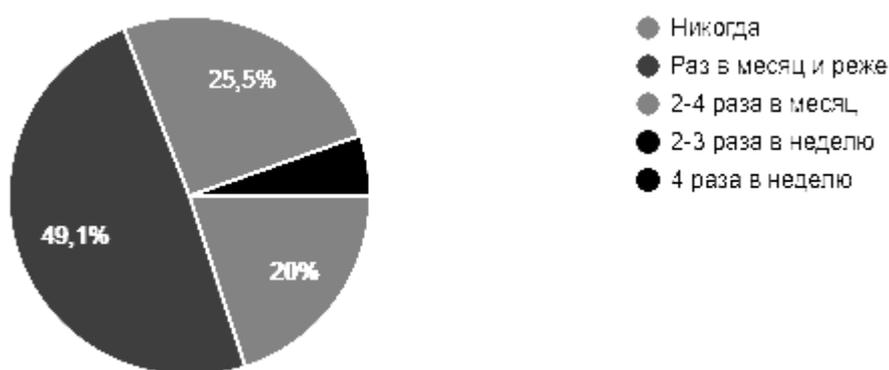


Рисунок.4 –Частота употребления алкоголя. Прим. Авторская разработка

Частота употребления алкоголя может быть разной и зависит от индивидуальных особенностей организма. Более безопасным считается приём спиртного до 2–3 раз в неделю, не чаще. Регулярное превышение этих норм считается физиологической и психологической зависимостью от алкоголя, которая требует врачебного вмешательства.

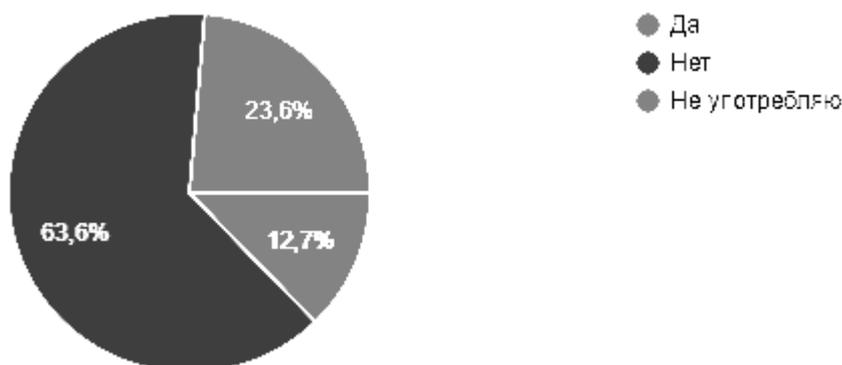


Рисунок.5 –Субъективное мнение студентов о связи стресса и употребления алкоголя. Прим. Авторская разработка

Показатель интактных к алкоголю студентов 24,0%. Около половины студентов (49,0%) (Рис.4) выпивают раз в месяц и реже. Требуют внимания данные об употреблении алкоголя более 2-4 раза в месяц – 25,5% опрошенных в сумме. При этом 5,5% студентов употребляют алкоголь более 4 раз в неделю. 2) Данные о количестве употребляемых «доз» говорят об отсутствии злоупотребления спиртными напитками – больше половины студентов (51,4%) выпивают 1-2 «дозы» алкоголя. 3) В результате исследования выяснено, что 52,7% не пьют крепкий алкоголь. Таким образом, согласно критериям оценки зависимости среди признаки уже сформировавшейся зависимости имеют 3,0% опрошенных, их сумма баллов составила 20 и более. формированию зависимости могут быть подвержены студенты, набравшие от 8 до 15 баллов, а это 29,4% от всех опрошенных студентов. И 67,6% студентов набрали менее 8 баллов, что указывает на их положение вне группы риска. Следует отметить, что 16,0% студентов считают себя зависимыми от алкоголя (Рис. 4).

**Вывод:** Употребление любых психоактивных веществ является не просто угрозой, а уже проблемой для современного общества. Можно предположить, что отрицательные тенденции употребления алкоголя среди студентов медицинских вузов обусловлены ауторитарной мотивацией и аддиктивным поведением, направленным на самый доступный способ ухода от реальности — использование психоактивных веществ для снятия стресса и эмоционального напряжения.

Студенты медицинских университетов представляют собой одну из наиболее уязвимых групп в обществе [8,9]. Это связано с высокой доступностью алкогольной продукции, недостатком организованного досуга и отдыха, а также с сильными стрессами и психологическими перегрузками; многие совмещают учебу с работой в медицинских учреждениях.

Кроме того, студенческий период является критическим этапом в формировании привычек и стиля жизни, так как большинство студентов покидают семью и начинают самостоятельную жизнь в новом городе, что ведет к выработке определенной модели поведения в различных ситуациях.

Таким образом, важно сосредоточить внимание на исследовании склонности к алкоголю и психологических предпосылках к алкоголизации среди студентов медицинских вузов с целью разработки эффективных профилактических программ.

### **Библиографический список:**

1. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. Учебное пособие. — СПб.: Речь, 2005. – 445 с.
2. Аверин А. Н. Профилактика употребления психоактивных веществ. Книга 2: Учебно-методическое пособие. — Ижевск: Изд-во «Парус», 2013.
3. Чеверикина Е. А. Социально-психологические особенности студентов, склонных к зависимости от психоактивных веществ // Казанский педагогический журнал. — 2012. — № 5
4. Умейте управлять стрессом: психологический практикум // Студенческий меридиан, 2001. – С 36–39.
5. Прокопенко Л.А. ОСОБЕННОСТИ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ В СТУДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ // Международный журнал экспериментального образования. – 2016. – № 3-2. – С. 284-287; URL: <https://expeducation.ru/ru/article/view?id=9719> (дата обращения: 09.10.2024).
6. Попова Наталья Митрофановна, Исхакова Марьям Камильевна, Рустамов Машариф Арслонович, Закирова Айгуль Айдаровна, Баязитов Роберт Рашитович Анализ уровня тревожности и состояния здоровья учеников

сельских и городских школ // Научный журнал. 2017. №4 (17). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-urovnya-trevozhnosti-i-sostoyaniya-zdorovya-uchenikov-selskih-i-gorodskih-shkol> (дата обращения: 09.10.2024).

7. Владыкина К.В., Михайлова А.Г., Каменева Я.В. УРОВЕНЬ НЕВРОТИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ ИГМА И ИЖГСХА // Форум молодых ученых. 2018. №11-1 (27). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/uroven-nevrotizatsii-lichnosti-u-studentov-igma-i-izhgsha> (дата обращения: 09.10.2024).

8. Толмачёв Д.А., Рязанова Е.В., Мухачёва Е.В. Анализ состояние тревожности у студентов первого курса // Дневник науки. - 2024. - №4(88).

9. Толмачёв Д.А., Иванова А.С., Туктарова З.С., Влияние учебы на образ жизни студента 1 курса // Психология человека и общества. - 2019 -№5(10). -

С. 5

*Оригинальность 88%*