

УДК 159.9.075

***ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОГИ И ДЕПРЕССИИ СРЕДИ  
СТУДЕНТОВ ИЖЕВСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО  
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА***

***Малкова А.А.***

*к.м.н., доцент,*

*Ижевский государственный медицинский университет,*

*Ижевск, Россия*

***Савельева А.Е.***

*студентка 4 курса лечебного факультета,*

*Ижевский государственный медицинский университет,*

*Ижевск, Россия*

***Зиякаева Э.И.***

*студентка 4 курса лечебного факультета,*

*Ижевский государственный медицинский университет,*

*Ижевск, Россия*

**Аннотация**

Тревожность и депрессия становятся все более распространенной проблемой в современном обществе, о чем свидетельствуют данные различных исследований. Студенты колледжей и университетов оказываются в группе повышенного риска. Их эмоциональное состояние периодами нестабильно и напрямую зависит от учебного цикла – будь то начало семестра, напряжённый период экзаменов или относительно

спокойное время между ними. Целью нашего исследования явился анализ результатов анкетирования «Госпитальная шкала тревоги и депрессии» (HADS, 1983г.) среди студентов 1 и 4 курса лечебного факультета Ижевского государственного медицинского университета. В ходе проведенного исследования было установлено, что студенты 1 и 4 курса Ижевского государственного медицинского университета характеризуются повышенным уровнем тревоги и проявления депрессивных расстройств, при этом среди студентов 4 курса чаще встречались тревожно-депрессивные расстройства имеющие субклинический и клинический характер с превалированием у девушек, в сравнении со студентами 1 курса. Полученные данные свидетельствуют о том, что хронический стресс, связанный с высокой учебной нагрузкой, социальными и профессиональными страхами, оказывает значительное влияние на психоэмоциональное состояние студентов.

**Ключевые слова:** тревога, депрессия, студенты-медики, стресс, анкетирование.

***A STUDY OF THE LEVEL OF ANXIETY AND DEPRESSION AMONG  
STUDENTS OF IZHEVSK STATE MEDICAL UNIVERSITY***

***Malkova A.A.***

*Candidate of Medical Sciences, Associate Professor,  
Izhevsk State Medical University,  
Izhevsk, Russia*

***Savelyeva A.E.***

*4th year student of the Faculty of Medicine,  
Izhevsk State Medical University,  
Izhevsk, Russia*

**Ziyakayeva E.I.**

*4th year student of the Faculty of Medicine,*

*Izhevsk State Medical University,*

*Izhevsk, Russia*

### **Abstract**

Anxiety and depression are becoming an increasingly common problem in modern society, as evidenced by various studies. College and university students are at increased risk. Their emotional state is unstable at times and directly depends on the academic cycle – whether it's the beginning of a semester, a busy exam period, or a relatively quiet time in between. The purpose of our study was to analyze the results of the questionnaire "Hospital scale of anxiety and depression" (HADS, 1983) among 1st and 4th year students of the Faculty of Medicine of Izhevsk State Medical University. In the course of the study, it was found that 1st and 4th year students of Izhevsk State Medical University are characterized by an increased level of anxiety and manifestations of depressive disorders, while among 4th year students, anxiety-depressive disorders of a subclinical and clinical nature were more common, with a predominance in girls, compared with 1st year students. The data obtained indicate that chronic stress associated with high academic workload, social and professional fears has a significant impact on the psycho-emotional state of students.

**Keywords:** anxiety, depression, medical students, stress, questionnaire.

Тревожность и депрессия становятся все более распространенной проблемой в современном обществе, о чем свидетельствуют данные

различных исследований. Студенты колледжей и университетов оказываются в группе повышенного риска. Их эмоциональное состояние периодами нестабильно и напрямую зависит от учебного цикла – будь то начало семестра, напряжённый период экзаменов или относительно спокойное время между ними [1; 2; 4]. Недаром 21 век считают веком тревоги, которая занимает центральное место среди проблем современной цивилизации. Состояние тревоги возникает под влиянием многочисленных социальных и психологических факторов [8; 9]. Сама по себе тревожность является нормальным и необходимым условием развития личности, но опасения вызывает высокий уровень тревожности, который отрицательно влияет на различные аспекты жизни [6; 12]. Необходимо отметить, что учёные всего мира выделяют высокую распространенность психопатологических нарушений у студентов медицинских вузов. К самым частым из них относится депрессия. Студенты-медики подвержены двойному стрессовому воздействию: эмоциональная напряженность и высокие учебные нагрузки [7; 10; 13]. Обучение в медицинских вузах не относится к разряду простых и сопровождается выраженным нервно-психическим напряжением, что может приводить к ухудшению как физического, так и психического здоровья. Хронический стресс приводит к замедлению нейрогенеза в области гиппокампа, что в последствие влечёт за собой клинику депрессии. Основными клиническими признаками депрессии являются: сниженное настроение, замедление мышления, двигательная заторможенность [3; 7; 11]. Зачастую студенту трудно влиться в университетскую жизнь быстро. Они встречаются со множеством препятствий, что накладывает свой отпечаток. Согласно научным данным тревожно-депрессивным состояниям подвержены около 20 % студентов первых курсов. В последующие же годы обучения процент снижается, но

сохраняется достаточно высокая доля учащихся с выявленными нервно-психологическими расстройствами [5; 6; 9].

Целью нашего исследования явился анализ результатов анкетирования «Госпитальная шкала тревоги и депрессии» (HADS, 1983г.) среди студентов 1 и 4 курса лечебного факультета Ижевского государственного медицинского университета.

Работа проводилась в 2025-2026 учебном году в Ижевском государственном медицинском университете. В исследовании приняло участие 402 студента лечебного факультета, из которых 201 студент (50%) 1 курса и 201 студент (50%) 4 курса. Статистическая обработка всех данных осуществлялась с использованием программного обеспечения Microsoft Excel 2021.

Среди опрашиваемых 1 курса количество лиц мужского пола составило 60 человек (31,8%), женского пола – 141 (70,1%), среди 4 курса лиц мужского пола – 64 (31,8%), женского пола – 137 человек (68,1%). На 1 курсе в возрасте 17 лет обучается 23 человека (11,4%), 18 лет – 146 (72,6%), 19 лет – 14 (7%), 20 лет – 9 (4,5%), 21 года – 4 (2%), 22 лет – 4 (2%), 23 лет – 1 (0,5%), среди них девушек 17 лет - 14 (60,9%), 18 – 104 (71,2%), 19 – 10 (71,4%), 20 – 7 (77,7%), 21 – 3 (75%), 22 – 2 (50%), 23 – 1 (100%), парней 17 лет - 9 (39,1%), 18 – 42 (28,8%), 19 – 4 (28,6%), 20 – 2 (22,3%), 21 – 1 (25%), 22 – 2 (50%). Все данные приведены в Таблице 1.

На 4 курсе в возрасте 20 лет обучается 47 человека (23,4%), 21 год – 113 (56,2%), 22 года – 22 (11%), 23 лет – 11 (5,5%), 24 лет – 4 (2%), 25 лет – 2 (1%), 26 лет – 1 (0,5%) 27 лет – 1 (0,5%), среди них девушек 20 лет – 35 (74,5%), 21 года – 79 (69,9%), 22 лет – 11 (50%), 23 лет – 7 (63,6%), 24 лет – 3 (75%), 25 лет – 2 (100%), среди них парней 20 лет – 12 (25,5%), 21 года – 34 (30,1%), 22 лет – 11 (50%), 23 лет – 4 (36,4%), 24 лет – 1 (25%), 26 лет – 1 (100%) 27 лет – 1 (100%). Все данные приведены в Таблице 1.

Количество работающих студентов на 1 курсе составило 18 человек (9%), не работающих – 183 человека (91%), из них работающих девушек 12 (66,6%), а именно в возрасте 17 лет – 1 (5,5%), 18 лет – 3 (16,7%), 19 лет – 1 (5,5%), 20 лет – 4 (22,2%), 21 года – 1 (5,5%), 22 лет – 2 (11,1%), работающих парней 6 (33,4%), а именно в возрасте 18 лет – 3 (16,7%), 19 лет – 1 (5,5%), 21 года – 1 (5,5%), 22 лет – 1 (5,5%), на 4 курсе работающих студентов составило 51 человек (25,4%), неработающих – 150 (74,6%), из которых работающих девушек 32 (62,7%), а конкретно в возрасте 20 лет – 4 (7,8%), 21 года – 19 (37,3%), 22 лет – 5 (9,8%), 23 лет – 2 (3,9%), 24 лет – 1 (2%), 25 лет – 1 (2%), работающих парней – 19 (37,3%), а именно в возрасте 20 лет – 1 (2%), 21 года – 10 (19%), 22 лет – 4 (7,8%), 23 лет – 2 (3,9%), 24 лет – 1 (2%), 27 лет – 1 (2%). Все данные приведены в Таблице 1.

В результате исследования у студентов 1 курса нормальные результаты уровня тревоги и депрессии были зафиксированы у 132 (65,6%) человек и 163 (81,1%) соответственно, проявления субклинической формы тревоги и депрессии – у 34 (16,9%) и 28 (13,9%) соответственно, клинической формы – у 35 (17,4%) и 10 (5%) человек соответственно. У девушек 1 курса нормальные результаты уровня тревоги и депрессии – у 90 (68,2%) человек и 117 (71,8%) соответственно, субклиническая форма тревоги и депрессии прослеживается у 25 (73,5%) и 20 (71,4%) соответственно, клиническая форма – у 26 (74,3%) и 4 (40%) человек соответственно. Парни 1 курса показали следующие результаты: нормальные результаты уровня тревоги и депрессии – у 42 (31,8%) человек и 46 (28,2%) соответственно, субклиническая форма тревоги и депрессии - у 8 (26,5%) и 8 (28,6%) соответственно, клиническая форма – у 9 (25,7%) и 6 (60%) человек соответственно. Все данные приведены в Таблице 1.

У студентов 4 курса нормальные результаты уровня тревоги и депрессии были зафиксированы у 103 (51,2%) человек и 152 (75,6%) соответственно,

проявления субклинической формы тревоги и депрессии – у 43 (21,4%) и 29 (14,4%) соответственно, клинической формы – у 55 (27,4%) и 20 (9,6%) человек соответственно. У девушек 1 курса нормальные результаты уровня тревоги и депрессии – у 67 (65%) человек и 104 (68,4%) соответственно, субклиническая форма тревоги и депрессии прослеживается у 26 (60,5%) и 19 (65,5%) соответственно, клиническая форма – у 44 (80%) и 13 (65%) человек соответственно. Парни 1 курса показали следующие результаты: нормальные результаты уровня тревоги и депрессии – у 36 (35%) человек и 48 (31,6%) соответственно, субклиническая форма тревоги и депрессии - у 17 (39,5%) и 10 (34,5%) соответственно, клиническая форма – у 11 (20%) и 7 (35%) человек соответственно. Все данные приведены в Таблице 1.

Таблица 1. Результаты, полученные в ходе исследования.

Критерий	1 курс n=201 (50%)	4 курс n=201 (50%)
Пол:		
Мужской	60 (31,8%)	64 (31,8%)
Женский	141 (70,1%)	137 (68,1%)
Возраст:		
17 лет	23 (11,4%)	
18 лет	146 (72,6%)	
19 лет	14 (7%)	
20 лет	9 (4,5%)	47 (23,4%)
21 год	4 (2%)	113 (56,2%)
22 года	4 (2%)	22 (11%)
23 года	1 (0,5%)	11 (5,5%)
24 года		4 (2%)
25 лет		2 (1%)
26 лет		1 (0,5%)
27 лет		1 (0,5%)
Работающие студенты	18 (9%)	51 (25,4%)
Неработающие студенты	183 (91%)	150 (74,6%)
Работающие девушки	12 (66,6%)	32 (62,7%)
Работающие мужчины	6 (33,4%)	19 (37,3%)
Нормальные результаты уровня тревоги и депрессии:	132 (65,6%) и 163 (81,1%)	103 (51,2%) и 152 (75,6%)
У девушек	90 (68,2%) и 117 (71,8%)	67 (65%) и 104 (68,4%)
У мужчин	42 (31,8%) и 46 (28,2%)	36 (35%) и 48 (31,6%)

Результаты уровня тревоги и депрессии субклинического характера	34 (16,9%) и 28 (13,9%)	43 (21,4%) и 29 (14,4%)
У девушек	25 (73,5%) и 20 (71,4%)	26 (60,5%) и 19 (65,5%)
У мужчин	8 (26,5%) и 8 (28,6%)	17 (39,5%) и 10 (34,5%)
Результаты уровня тревоги и депрессии клинического характера	35 (17,4%) и 10 (5%)	55 (27,4%) и 20 (9,6%)
У девушек	26 (74,3%) и 4 (40%)	44 (80%) и 13 (65%)
У мужчин	9 (25,7%) и 6 (60%)	11 (20%) и 7 (35%)

Большинство исследователей считают тревогу более легкой и ранней формой психологической патологии. Это объясняет более высокий процент субклинических форм тревоги в нашем исследовании. Более высокие показатели нормального уровня тревоги и депрессии наблюдаются у студентов 1 курса, а вот результаты субклинической и клинической формы депрессивных расстройств выше у студентов 4 курса, результаты которых приведены в Таблице 1.

Таким образом, по результатам проведенного исследования было установлено, что студенты 1 и 4 курса Ижевского государственного медицинского университета характеризуются повышенным уровнем тревоги и проявления депрессивных расстройств, при этом среди студентов 4 курса чаще встречались тревожно-депрессивные расстройства имеющие субклинический и клинический характер с превалированием у девушек, в сравнении со студентами 1 курса. Полученные данные свидетельствуют о том, что хронический стресс, связанный с высокой учебной нагрузкой, социальными и профессиональными страхами, оказывает значительное влияние на психоэмоциональное состояние студентов. Это подчеркивает необходимость постоянного контроля за психическим состоянием студентов и разработки мер по снижению тревожности и депрессии.

**Библиографический список**

1. Башурова А. А. Анализ депрессии и повышенной тревожности среди студентов медицинского университета Г. Ижевска / А. А. Башурова, О. Г. Калинина // Modern Science. – 2019. – № 4-3. – С. 9-11.
2. Боброва В. В., Мурыгина К. Д. Анализ тревоги и депрессии у студентов 4 курса Медицинской академии г. Ижевска // Инновационная наука. 2023. №5-1.
3. Винокурова Д. А. Оценка выраженности тревоги и депрессии у студентов медико-профилактического факультета 3 и 4 курсов / Д. А. Винокурова, Д. Э. Суровцева, К. Р. Дорохина // Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения : Материалы IV Международной научно-практической конференции молодых учёных и студентов, IV Форума медицинских и фармацевтических вузов России «За качественное образование», посвященные 100-летию со дня рождения ректора Свердловского государственного медицинского института, профессора Василия Николаевича Климова, Том 2. – Екатеринбург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Уральский государственный медицинский университет" Министерства здравоохранения Российской Федерации, 2019. – С. 735-739.
4. Гладышева А. А. Психологическое состояние студентов третьего курса технических специальностей в межсессионный период / А. А. Гладышева, А. Д. Михалева, В. Ю. Ковязина // Человеческий капитал. – 2023. – № 11-1(179). – С. 250-258.
5. Дибраева С. А. Исследование показателей тревожности и депрессии у студентов-медиков / С. А. Дибраева, Н. К. Иминова, Н. Н. Яралиев // Materials of the 72st All-Russian Scientific Conference of Young Scientists

- and Students with International Participation : Conference Proceedings, Makhachkala, – Makhachkala: ALEF Publishing House, 2024. – P. 306-307.
6. Дренчик И.Д., Белова В.А., Сквиря И.М. Исследование уровня тревоги и тревожности среди студентов 1 и 5 курса гомельского государственного медицинского университета // *Universum: медицина и фармакология : электрон. научн. журн.* 2023. 4-5(98).
  7. Заварухин Н. Е., Вишникина Е. С., Безуглый Т. А. Тревога и депрессия студентов-медиков и факторы, их определяющие // *Медицинский научный журнал «Синописис».* 2025. №1
  8. Задорожная О.В., Кушнерев И.С. Тревожные и депрессивные расстройства у студентов медицинских университетов в контексте особенностей поколения z // *Современные проблемы науки и образования.* 2021. № 2. ;
  9. Иванова М. А. Риск возникновения тревожно-депрессивных расстройств у студентов 1-го курса различных государственных учреждений / М. А. Иванова, А. В. Климов, Е. Н. Денисов. — Текст : непосредственный // *Молодой ученый.* — 2021. — № 22 (364). — С. 435-437.
  10. Карнаухова Е. В. Исследование уровня тревоги и депрессии среди студентов 3 и 4 курса ИГМА / Е. В. Карнаухова, А. И. Мирзашаехова, В. Н. Савельев // *Modern Science.* – 2020. – № 11-1. – С. 348-351.
  11. Кашковская М. А. Распространенность депрессии у студентов разных курсов лечебного факультета по данным скринингового исследования с помощью шкалы Цунга / М. А. Кашковская, О. В. Авилов // *Инновационное развитие: потенциал науки и современного образования : сборник статей Международной научно-практической конференции: в 3 частях, Том Часть 1.* – Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2018. – С. 256-260.
  12. Кушнирчук М. Н. Сравнительная оценка тревоги и депрессии у студентов Тюменского государственного медицинского университета / М.

Н. Кушнирчук, И. И. Баширова // Актуальные проблемы теоретической, экспериментальной, клинической медицины и фармации : Материалы 53-й ежегодной Всероссийской конференции студентов и молодых ученых, посвященной 90-летию доктора медицинских наук, профессора, члена-корреспондента Российской Академии Естествознания Бышевского Анатолия Шулимовича – Тюмень: РИЦ "Айвекс", 2019. – С. 131.

13. Лисовский О.В., Господарец М.А., Лисица И.А., Фокин А.А., Панкратова П.А., Близнякова Д.С. Оценка уровня тревоги и депрессии у студентов 1 курса медицинского университета // Общественное здоровье и здравоохранение. 2024. № 2 (81).