

простота в реализации своих желаний формируют чувство собственного достоинства, социальную смелость, независимость, легкость в общении и связанную с этими качествами хорошую стрессоустойчивость [3].

Неопределенный уровень невротизации отмечается у 4 % мужчин (1 человек) и 20 % женщин (5 человек). Вероятность диагностирования наличия или отсутствия невротизации при таком уровне приблизительно одинаковы. Это не позволяет с достаточной уверенностью сделать психодиагностическое заключение относительно невротизации.

Выводы

При сравнительной оценке показателей УН среди юношей и девушек можно сделать следующий вывод: частота встречаемости отклонений в общих показателях невротизации у представителей разного пола примерно одинакова. Также, несмотря на большой объем нагрузки, с которым сталкиваются студенты медицинского профиля, большинство из них обладает низким уровнем невротизации, что способствует успешному функционированию во всех сферах жизни.

Кроме того, при оценке полученных результатов с использованием критерия Пирсона статистически значимые различия при критическом уровне значимости $p \leq 0,05$ были обнаружены только при выявлении очень низкого уровня невротизации. В остальных случаях статистически значимых различий не наблюдалось.

Следовательно, уровень невротизации не имеет прямой связи с принадлежностью человека к тому или иному полу, а является вариативной личностной переменной и в первую очередь обусловлен индивидуальными особенностями.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дмитриева, К. П. Изучение уровня невротизации и психопатизации условно здоровых граждан / К. П. Дмитриева // Научное обозрение. Медицинские науки. 2016. № 4. С. 26–29.
2. Поляков, А. М. Психология развития / А. М. Поляков. 2-е изд. Минск : ТетраСистемс, 2006. 304 с.
3. Шкала для психологической экспресс-диагностики уровня невротизации (УН) / Б. В. Иовлев [и др.]; под общ. ред. А. И. Вассерман. — Санкт-Петербург: 1999. — 29 с.

УДК 612.66-055-057.875

ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА СТУДЕНТОВ ГОМЕЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Цвец В. А.

Научный руководитель: старший преподаватель Г. А. Медведева

**Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь**

Введение

Один из законов геронтологии повествует: «Стареют все и всё внутри всех с разной скоростью». Именно поэтому при едином паспортном возрасте абсолютно разных людей, степень их постарения неодинакова, что привело к введению понятия «биологический возраст». Биологический возраст — это понятие морфологического и физиологического развития человека, в частности это возраст тела, а не количество лет с момента рождения. Биологический возраст, помимо генетической наследственности в большинстве своем зависит от образа жизни и условий окружающей нас среды. Поэтому люди преклонного возраста при одинаковом календарном возрасте, могут выглядеть абсолютно по-разному. Наиболее молодыми окажутся те, у кого была хорошая наследственность в сочетании со здоровым образом жизни [1].

Чрезмерная умственная нагрузка, уменьшение количества сна и приемов пищи — пагубно влияют на функционирование организма человека, что может привести к ускоренному старению и увеличению биологического возраста по сравнению с календарным. Среди медицинских работников это явление видно невооруженным глазом, что не скажешь о людях, работающих в офисе или сфере обслуживания. Большинство геронтологов считают, что по биологическим процессам старение женщин замедлено на 6–7 лет, по сравнению с мужчинами. Зная это, возникает необходимость более подробного исследования процесса старения людей в зависимости от гендера, а также от их рода профессиональной деятельности.

Цель

Определение гендерных особенностей показателей биологического возраста студентов Гомельского государственного медицинского университета (ГомГМУ) и сравнение фактического их биологического возраста с должным.

Материал и методы исследования

В обследовании приняло участие 30 человек (15 юношей и 15 девушек) 2 и 3 курса Гомельского государственного медицинского университета. Для определения биологического возраста использовалась методика В. П. Войтенко [2], которая содержит анкету на самооценку здоровья и ряд тестов: тест на статическую балансировку (СБ), тест на подвижность, быстроту реакции и др. Для расчета биологического возраста по формуле были измерены необходимые показатели: артериальное давление, задержка дыхания на вдохе и выдохе, а также масса тела. Все данные были обработаны с помощью программы «Statistica» 10.0 и программного обеспечения «Microsoft Office Excel 2010». Для сравнения двух независимых групп был использован критерий Манна — Уитни. В анализе полученных результатов статистически значимыми считали различия при критическом уровне значимости $p \leq 0,05$.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе исследования был вычислен биологический возраст (БВ) юношей и девушек в результате проведения ряда тестов: тест на подвижность, быстрота реакции, тест на нажатие и статическую устойчивость, а так же вычислен по формуле. Полученные результаты сравнили между собой в зависимости от гендера (таблица 1).

Таблица 1 — Гендерные различия биологического возраста студентов ГомГМУ

Название теста	Обследованные		p-уровень
	девушки	юноши	
Тест на нажатие, с	9,0 [8,0; 12,0]	9,0 [8,0; 12,0]	$p \geq 0,05$
СОЗ, баллы	21,0 [19,0; 23,0]	12,0 [10,0; 15,0]	$p \leq 0,05$
Тест на статическую балансировку, с	18,0 [5,0; 15,0]	4,0 [2,0; 5,0]	$p \leq 0,05$
Тест на быстроту реакции, см	22,0 [17,0; 25,0]	22,0 [19,0; 25,0]	$p \geq 0,05$
ФБВ вычисленный по формуле, лет	44,0 [41,0; 46,0]	44,0 [41,0; 47,0]	$p \geq 0,05$

По результатам теста на нажатие, который позволяет определить и оценить скорость восстановления капиллярного кровотока после его сдавления, и у юношей и у девушек показатели получились одинаковые и составили 9 с, что соответствует биологическому возрасту 50–55 лет.

Показатели теста на самооценку здоровья позволяют выявить уровень самочувствия обследованных студентов. При отличном самочувствии показатель СОЗ равен 0–2 баллов, при плохом — 28. Полученные данные показывают, что существует значимые различия ($p \leq 0,05$) между юношами и девушками: среднее значение индекса СОЗ у девушек равно — 21 балл, у юношей — 12 баллов. В обоих случаях это говорит о том, что показатели их самочувствия находятся на очень низком уровне.

Статическая балансировка измеряется без тренировки при стоянии обследуемого на одной (левой) ноге, глаза закрыты, без обуви, руки опущены вниз, вдоль туловища. В показатели заносится лучший результат из 3 попыток с промежутками между попытками в 5 мин. Результаты теста на статическую балансировку указывают на значимые различия ($p \leq 0,05$) в показателе между полами: у девушек он составил 18 с, что соответствует БВ равному 35–45 лет, а у юношей всего 4 с, что соответствует БВ 70 лет.

Результаты теста на быстроту реакции показали, что данный параметр не имеет половых различий: и у девушек, и у юношей он равен 22 сантиметра, что соответствует биологическому возрасту 20 лет.

Последним мы рассчитывали биологический возраст по формуле В. П. Войтенко. При математическом расчете БВ также не установлено гендерных различий в показателе. Средние значения БВ у юношей и у девушек получились одинаковые — 44 года, что свидетельствует о явном превышении их биологического возраста над календарным и показывает очевидный износ организма.

В ходе выполнения работы нами также был оценен фактический биологический возраст (ФБВ) обследованных студентов, определенный по ряду выше-рассмотренных тестов с рассчитанным должным биологическим возрастом (ДБВ). Полученные результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 — Сравнение ФБВ и ДБВ по ряду тестов среди студентов медицинского вуза

Название теста	Пол	Соотношение ФБВ и ДБВ, %		
		ФБВ > ДБВ	ФБВ = ДБВ	ФБВ < ДБВ
Тест на нажатие	Жен.	100	—	—
	Муж.	100	—	—
Тест на статическую балансировку	Жен.	80	20	—
	Муж.	100	—	—
Тест на подвижность	Жен.	40	60	—
	Муж.	33	67	—
Тест на быстроту реакции	Жен.	33	40	27
	Муж.	33	40	27
СОЗ	Жен.	100	—	—
	Муж.	100	—	—
ФБВ, вычисленный по формуле	Жен.	100	—	—
	Муж.	100	—	—

Из данных таблицы 2, мы видим, что у большинства девушек и юношей по тестам на нажатие, статическую балансировку, самооценку здоровья и биологический возраст, вычисленный по формуле, значения фактического биологического возраста (ФБВ) выше значений должного (ДБВ). По тестам на подвижность и быстроту реакции у большинства студентов (как девушек, так и юношей) фактический биологический возраст совпадает с должным.

Выводы

1. Повышенные психоэмоциональные нагрузки и несбалансированные режимы питания и сна негативно сказываются на показателях биологического возраста студентов медвуза.

2. Отмечено превышение фактического биологического возраста по сравнению с должным по тестам на нажатие, статическую балансировку, СОЗ и при расчете БВ по формуле.

3. Установлены значимые гендерные различия ($p \leq 0,05$) в значениях БВ по тестам на самооценку здоровья и статическую балансировку.

Полученные результаты, дали основания полагать, что своевременный прием пищи, активный отдых и увеличение количества сна, может положительно влиять на функционирование организма, что является залогом здоровья и долголетия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Павловский, О. М. Биологический возраст человека / О. М. Павловский. М.: Изд-во МГУ, 1987. 454 с.
2. Маркина, Л. Д. Определение биологического возраста человека методом В. П. Войтенко: учеб. пособие / Л. Д. Маркина. ВГМУ, 2001. 25 с.