

ГАПОУ «Липецкий медицинский колледж»

Научно-исследовательская работа по теме: « Исследование использования психотропных препаратов студентами ЛМК в период обучения»



Выполнили:

Мананкова Т. студентка 1к1леч

Баранов М. студент 1к1леч

Исанов С. студент 1к1леч

Полякова А. 2к 1 леч

Научный руководитель Тюменцева Л. В.,
преподаватель дисциплины
Фармакология

Актуальность:

- В настоящее время люди очень много испытывают стресса, особенно в мегаполисах, по этому в надежде избавиться от проблем, суеты жизни, многие принимают психотропные препараты, в том числе и студенты учебных заведений.
- Фармацевты и психиатры спорят пока еще о их безопасном применении.
- Поэтому изучение влияния веществ влияющих на ЦНС особенно актуально в наше не легкое время.

Цели и задачи

- Целью нашей исследовательской работы является изучение использования студентами психотропных препаратов период сессии на основе анализа литературы, проведения опроса и исследования.
- Основные задачи нашего исследования следующие
- Изложить теоретические вопросы о стрессе в жизни студентов и использование студентами психотропных средств.
- Методом анкетирования выяснить о наличии стресса в жизни студентов и какое количество студентов знакомы с психотропными препаратами, определить уровень их осведомлённости о влиянии психотропных препаратов на организм человека.
- Сделать общий вывод об использовании студентами психотропных препаратов.

Краткая информация об исследовательской работе

- **Объект исследования** являются студенты Липецкого медицинского колледжа.
- **Предмет исследования:** прием психотропных препаратов среди студентов.
- **Гипотеза исследования:** прием психотропных препаратов как способ подготовки к экзаменам и борьбы со стрессом в современных условиях.
- **Методы получения информации:** анкетирование, математическая обработка полученных данных, работа с литературой, интернетом.
- **Новизна исследования** заключается в том, что часто студенты прибегая к психотропным препаратам, не знают о влиянии психотропов на организм человека и не осведомлены о побочных эффектах и противопоказаниях.

В ходе исследования мы формировали общие и профессиональные компетенции

- **Исследовательская работа состоит из 2-х частей: теоретической и практической.**
- Мы исследовали учебную и научную литературу, статистические данные, материалы сайтов интернета.
- Основными вопросами, которые легли в пункты анкеты были:
- Стресс в жизни студента;
- Проблемы в изучении и усвоении студентом учебного материала в процессе обучения;
- Способы борьбы с трудными ситуациями;
- Роль экзамена во время сессии;
- Прибегает ли студент к использованию психотропных препаратов;
- Кто посоветовал принимать психотропные препараты;
- Знает ли студент о противопоказаниях приема психотропных средств и побочных эффектах?
- Чувствует ли студент эффект от приема психотропных препаратов?
- Считает ли студент прием психотропных препаратов безопасным?

Теоретическая часть

- Есть ли жизнь во время сессии? Да и еще какая! Студенты испытывают такой стресс в это время, что у них открываются способности о которых они и сами не подозревали, под воздействием гормона адреналина их работоспособность усиливается, улучшается реакция, забывают о сне а так же и о других жизненно важных потребностях, в это время организм считает что ему грозит смерть, однако это всего лишь ожидание перед сдачей экзаменов, что в итоге приведет к психическому и физическому истощению организма.
- Так что же такое стресс? **Стресс** – это эмоциональное состояние, которое вызывается неожиданной и напряженной обстановкой. В нашем случае мы будем говорить о подготовке к экзаменам. Для человека стресс является защитной реакцией организма, по отношению источника страха. Таким образом страх стимулирует нас к активным действиям и решениям. Но в настоящее время стресс видоизменился, если сравнивать его с нашими предками, их задачей было выжить любой ценой, например не стать чьим то обедом.
- В наше же время мы испытываем стресс даже в пустяковых ситуациях если по сути разобраться. Страх перед экзаменом воспринимается нашим организмом как угроза жизни, хотя здесь и близко такого нет.

Признаки стресса



Физические признаки:



- Бессонница, головные боли, запоры, понос, частое мочеиспускание, усиление сердцебиения, боли в животе, тошнота или рвота, потеря аппетита или постоянное чувство голода, нарушение менструального цикла, сыпь на теле, кожный зуд.

Эмоциональные признаки:



- Импульсивное поведение, пониженное настроение, гнев, нарушение памяти и концентрации внимания, беспокойный сон (кошмары), необоснованная агрессивность, раздражительность, частые слезы, невозможность сосредоточиться, путаница мыслей, импульсивное, непредсказуемое поведение.

Поведенческие признаки:



- Кручение волос, кусание ногтей, потеря интереса к внешнему облику, морщение лба, скрежетание зубами, пронзительный нервный смех, усиленное курение, притоптывание ногой или постукивание пальцем, чрезмерное потребление лекарств.

Как же справиться со стрессом?

- У каждого студента конечно есть способ как адаптироваться к этому важному и нужному процессу.
- Одним из способов многие студенты выбирают прием психотропных препаратов.



Группы психотропных препаратов

- Лекарственные средства, избирательно влияющие на сложные психические функции человека, регулирующие его эмоциональное состояние, мотивацию, поведение и психомоторную активность, относят к психотропным средствам. Применяют эти препараты в основном для лечения и профилактики психических расстройств, а также соматических заболеваний.
- Классификация психотропных препаратов:
 - нейролептики;
 - транквилизаторы;
 - седативные средства;
 - антидепрессанты;
 - психостимуляторы.
 - ноотропные препараты.

Наиболее популярные группы психотропных препаратов среди студентов

Ноотропы

Психостимуляторы



Ноотропы

- Ноотропы — это вещества, оказывающие специфическое влияние на высшие интегративные функции мозга, улучшающие память, облегчающие процесс обучения, стимулирующие интеллектуальную деятельность, повышающие устойчивость мозга к повреждающим факторам, улучшающие кортикально-субкортикальные связи.



Психостимуляторы

- Психостимуляторы представляют собой группу психоаналептических средств. Их характерными свойствами являются повышение умственной и физической работоспособности, выносливости к нагрузкам, уменьшение утомления, сохранение и продление состояния бодрствования и временное снижение потребности во сне, улучшение настроения, подавление чувства голода и потребности в пище.



Кофеин

- Кофеин — самый распространённый психостимулятор в мире, ежедневно потребляемый большинством населения в виде кофе, чая или безалкогольных напитков типа Кола. Кофеин усиливает и регулирует процессы возбуждения в коре головного мозга, в результате чего повышается умственная работоспособность, облегчается восприятие, ускоряются двигательные реакции, увеличивается двигательная активность, уменьшаются утомляемость и сонливость.

Содержание кофеина



Побочное действие Кофеина

- Кофеин способен вызывать не только побочные эффекты со стороны ЦНС, но и тахикардию, аритмии, загрудинные боли, повышение артериального давления, тошноту. Иногда отмечаются боли в эпигастрии, особенно при использовании натошак, что связано со стимулирующим влиянием на секрецию желудочного сока.



Побочное действие психостимуляторов и ноотропов

- Наиболее типичны для всех препаратов беспокойство, психомоторное возбуждение, бессонница, способность вызывать лекарственную зависимость, нечастые аллергические реакции (кожная сыпь).

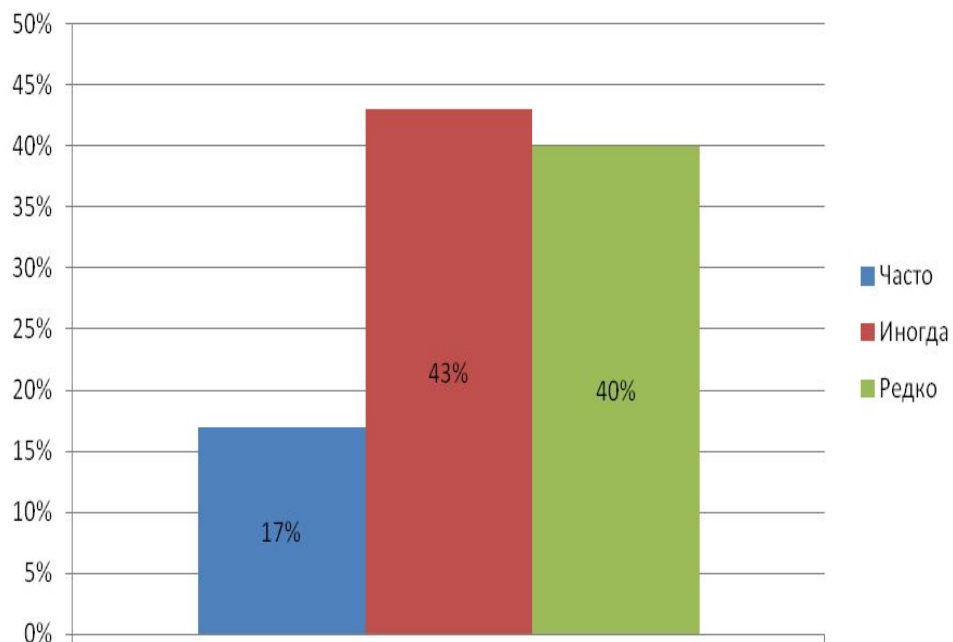


Профилактика стресса

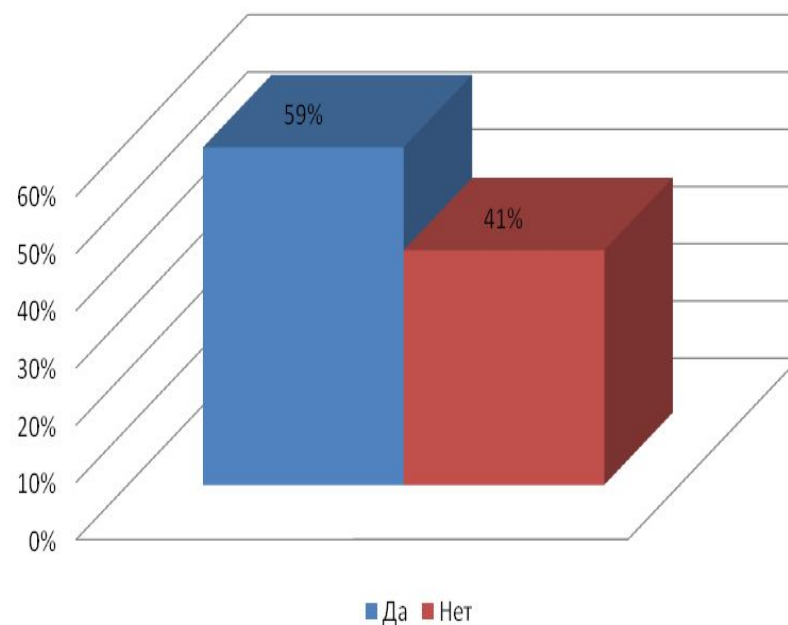
- Хотя стресс в жизни студента и является неотъемлемой частью, нужно чтобы экзамен не стал причиной нервного срыва. Вот некоторые рекомендации, для того чтобы избежать нервных перегрузок во время сессии.
- Желательно объективно оценивать свои знания и верить в себя. Обычно человек рисует себе страшные картины, но на самом деле это обычный рабочий процесс для преподавателя.
- Не пытайтесь быть совершенными. Для чего нужна именно эта оценка? Желательно придерживаться золотой середины и не пытаться брать невозможные барьеры.
- Сейчас экзамены кажутся масштабным мероприятием в жизни, но если смотреть на них в аспекте всей жизни, то это всего лишь незначительное событие.
- Желательно не пить перед экзаменами слишком много чая, кофе и газированных напитков. Кофеин возбуждает мозг и делает его невосприимчивым к информации. Лучше съесть апельсин, банан или грецкие орехи. Многие студенты знают о приливах сил после шоколада. Некоторые запасаются на период сессии шоколадками, но эффект бодрости от него кратковременный и длится примерно полчаса.

Практическая часть

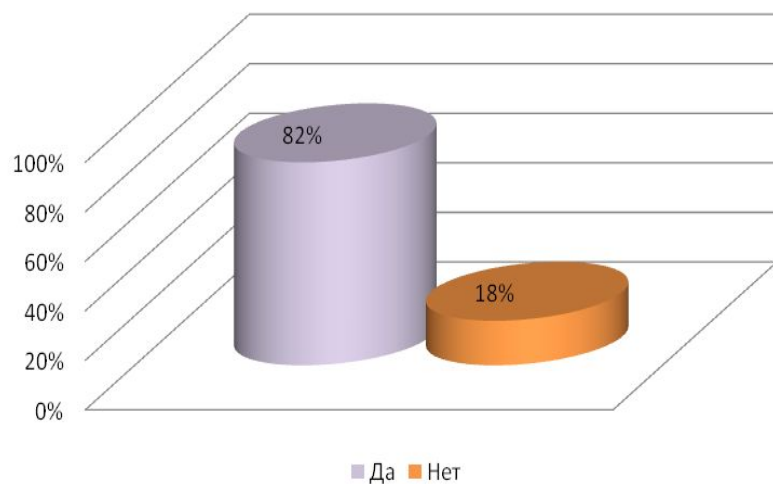
1. Часто ли вы испытываете чувство страха?



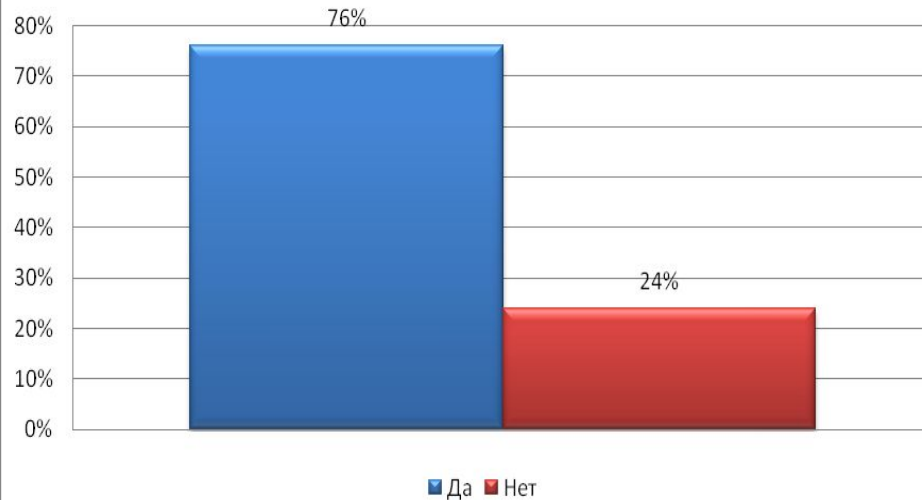
2. Вы считаете себя стрессоустойчивым?



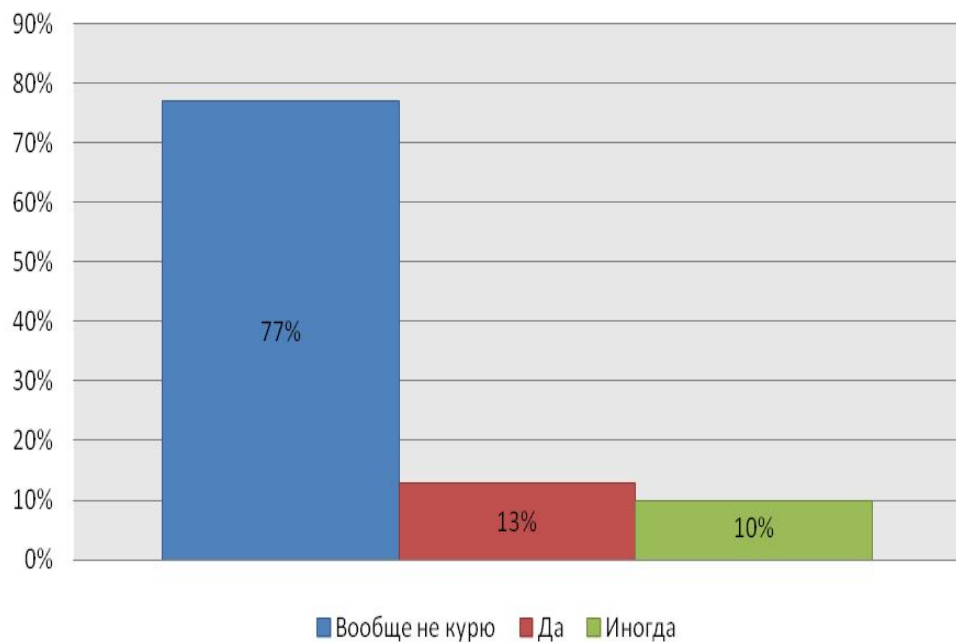
3. Испытываете ли вы чувство страха перед экзаменом?



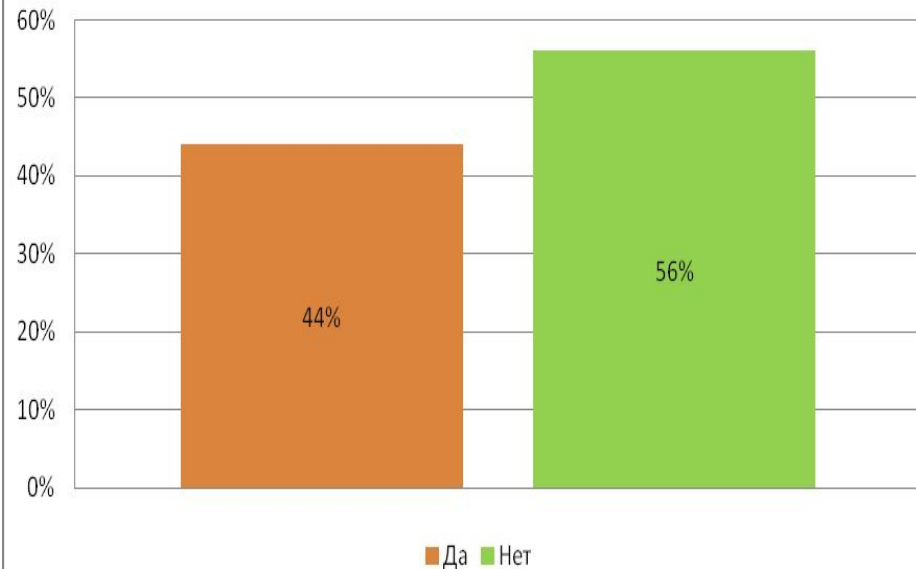
4. Знаете ли вы о психотропных препаратах?



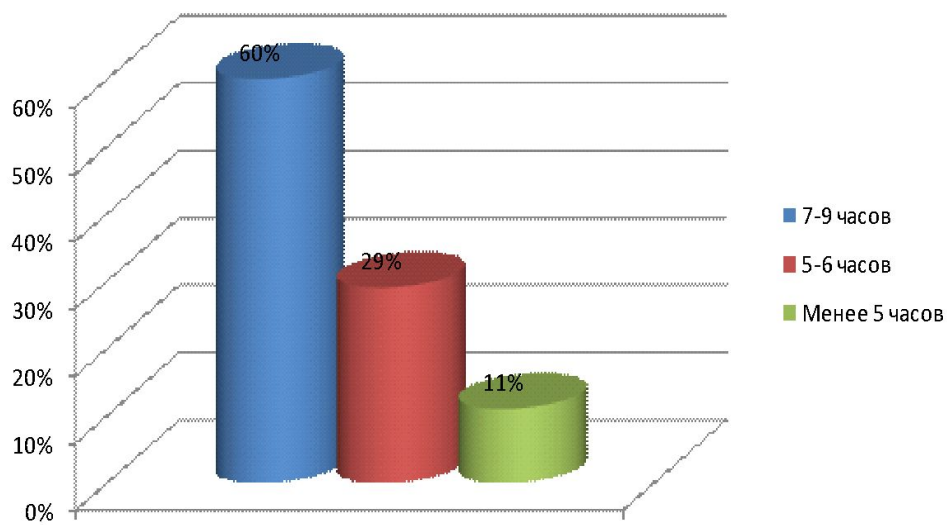
5. Курите ли вы во время стресса?



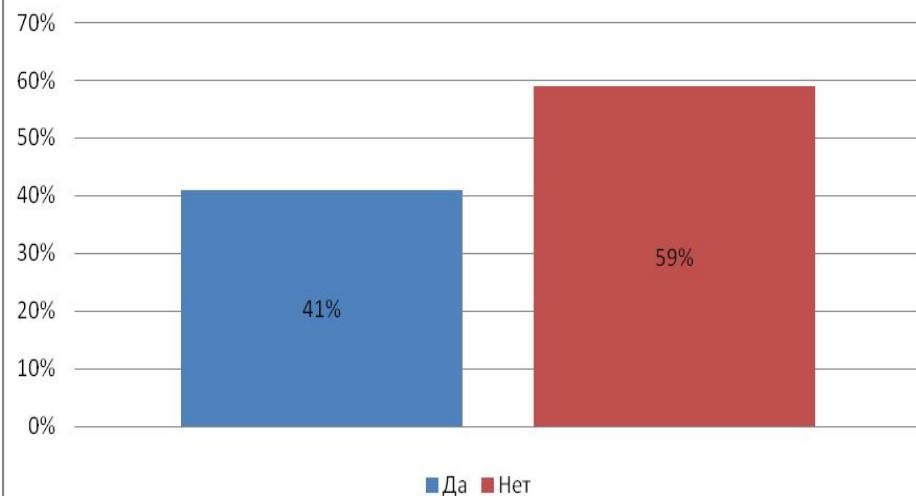
6. Испытываете ли вы трудности при обучении в колледже?



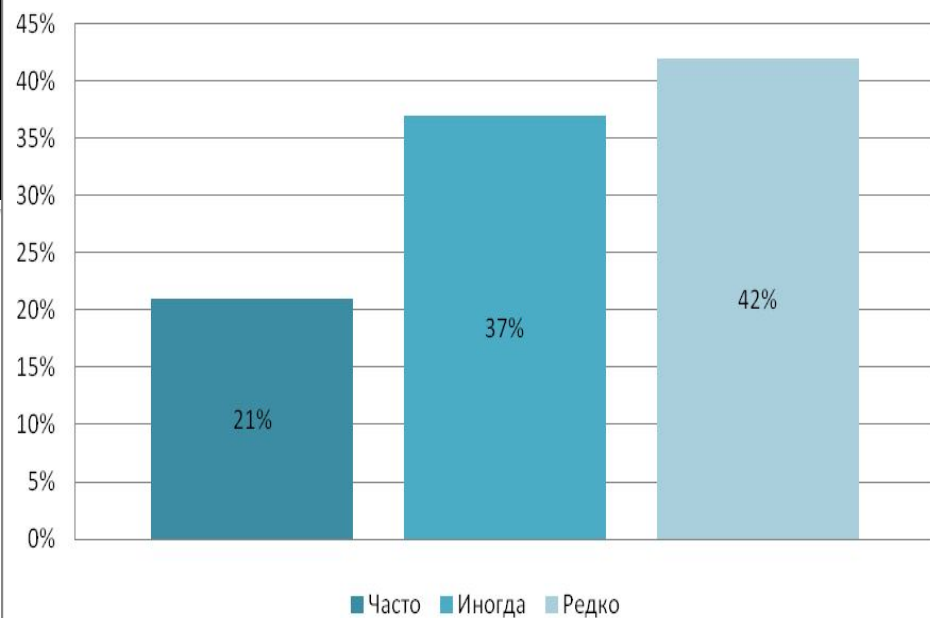
7. Как долго вы спите?



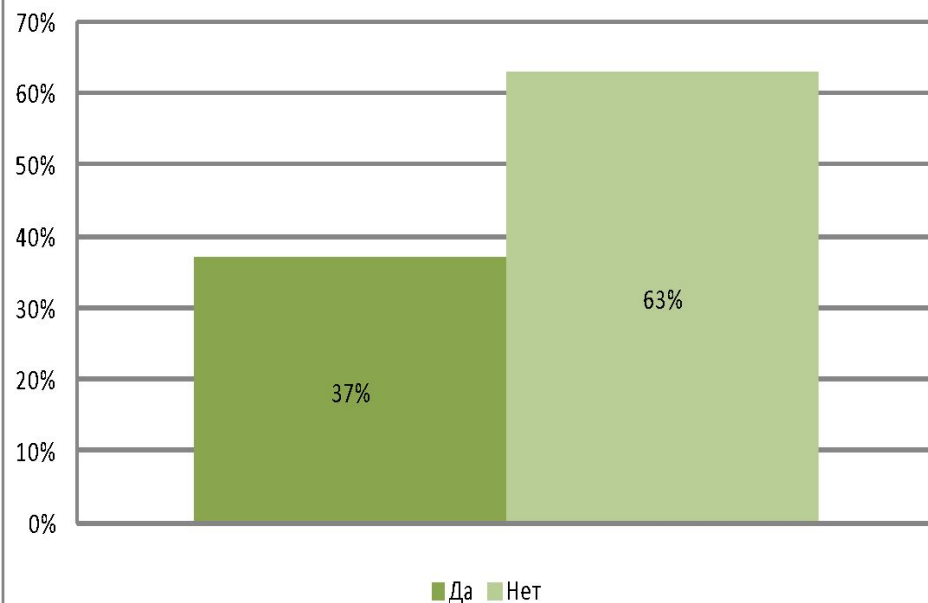
8. Мучает ли вас совесть за ошибочный ответ на уроке?



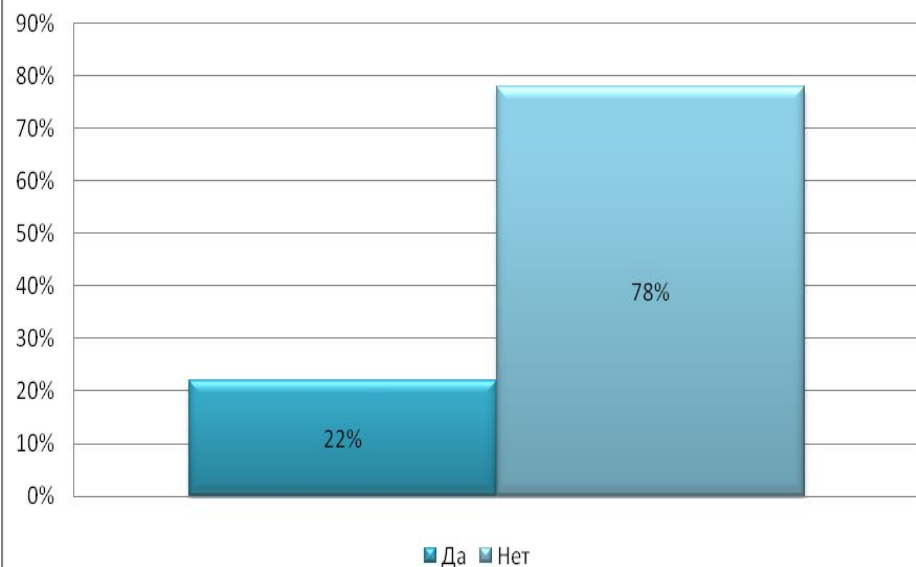
9. Часто ли вас мучают головные боли?



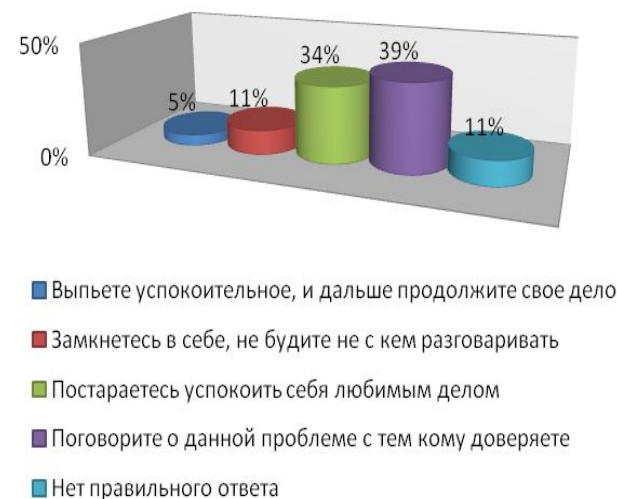
10. Склоны ли вы впасть в депрессию?



11. Думали ли вы о суициде?



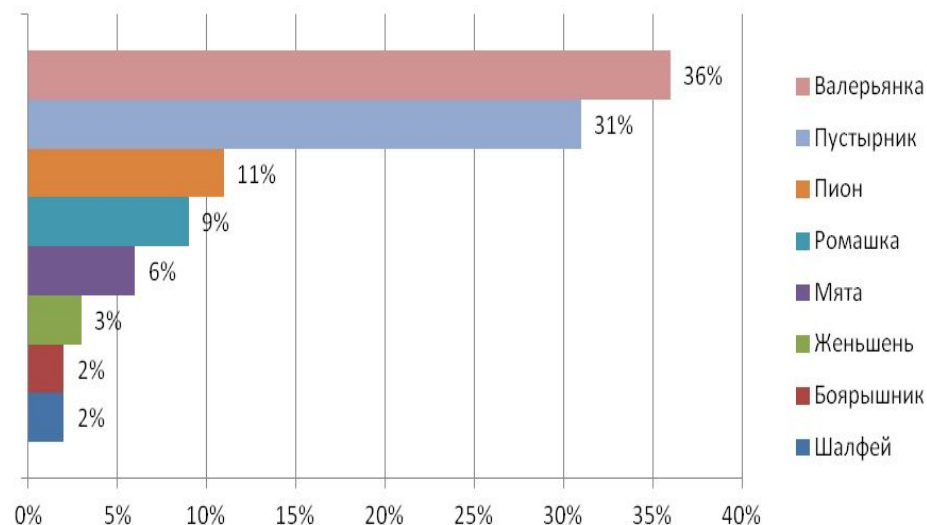
12. Если вы находитесь в угнетенном состоянии то вы:



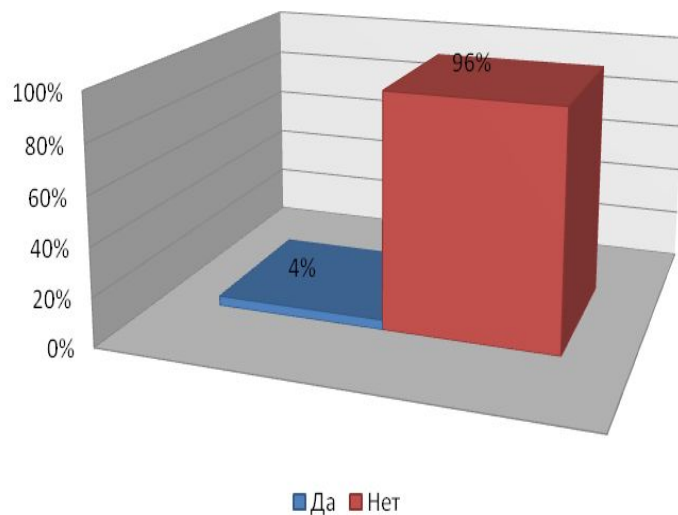
13. Экзамен для вас:



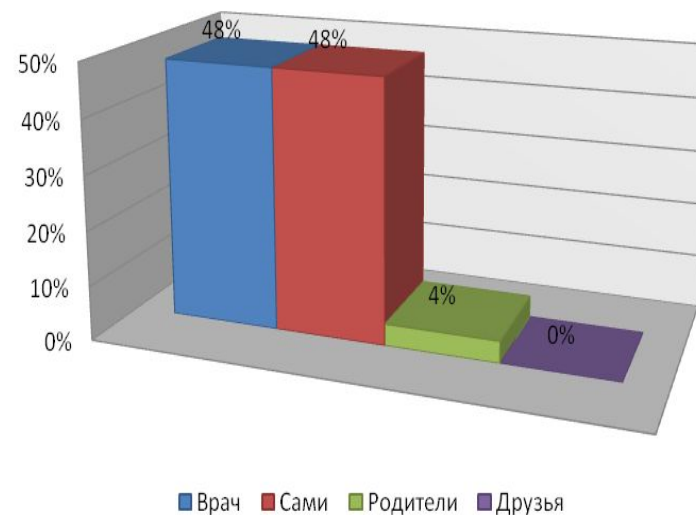
14. Какие растения успокаивающего действия вы знаете (напишите название)



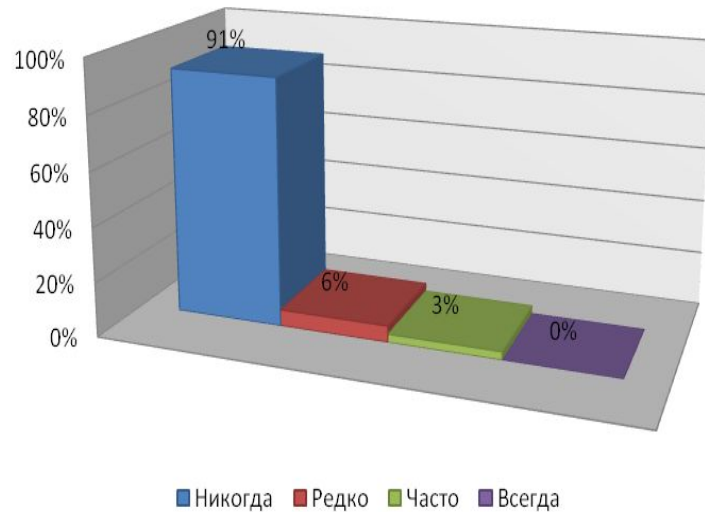
15. Принимаете ли вы психотропные препараты во время сессии?



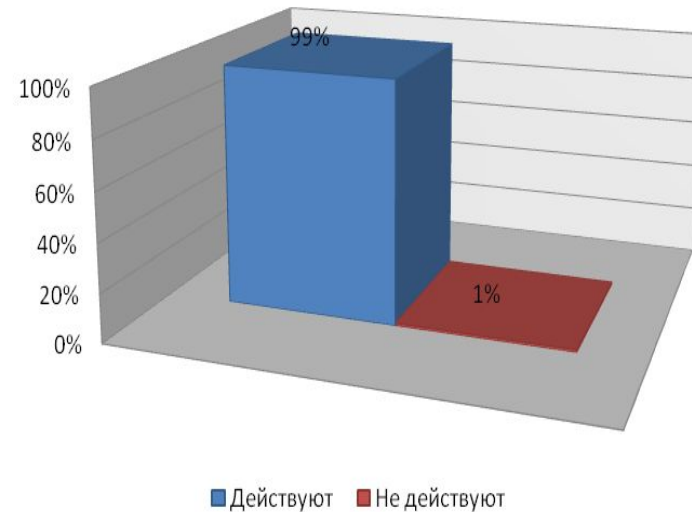
16. Кто советует вам принимать психотропные препараты?



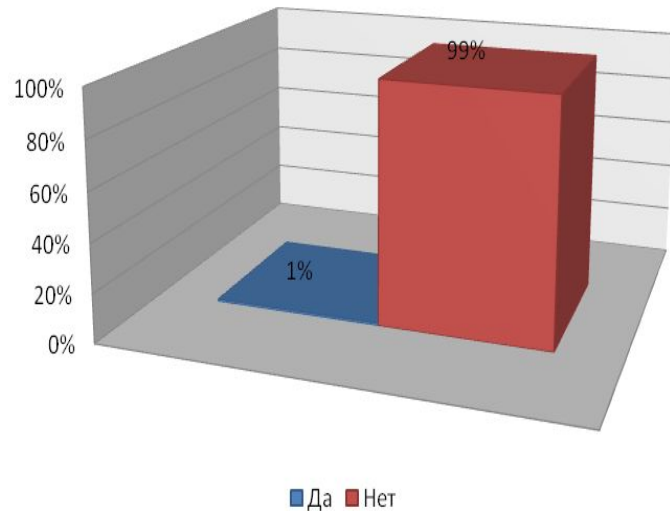
17. Как часто вы принимаете психотропные препараты?



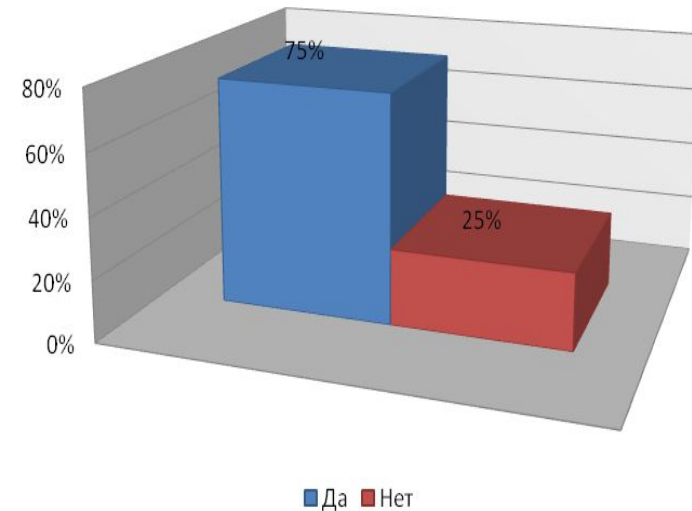
18. Считаете ли вы что психотропные препараты на вас не действуют?



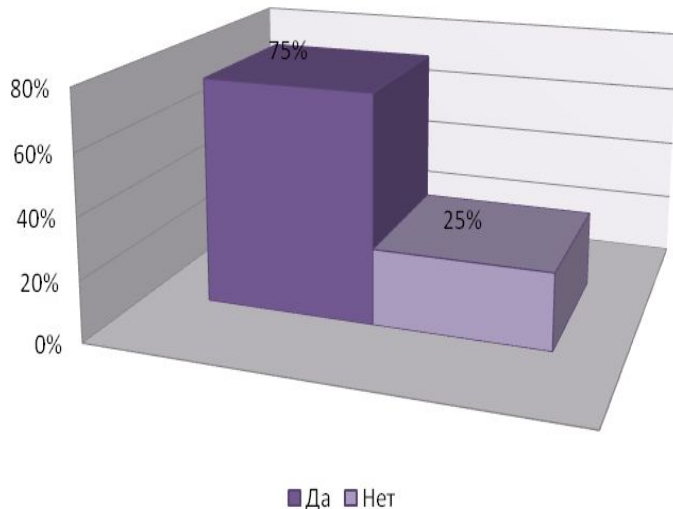
19. Принимаете ли вы снотворные чтобы заснуть?



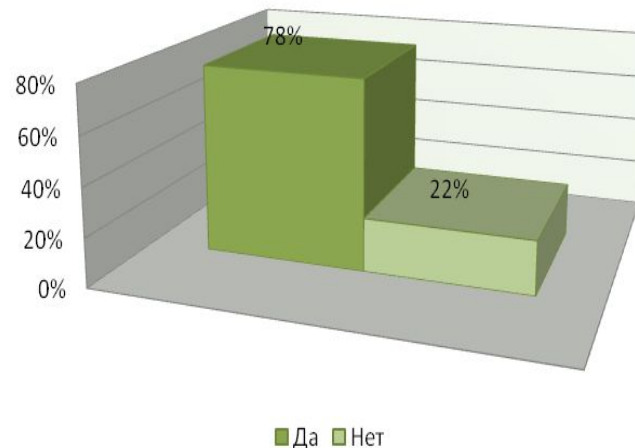
20. При приеме психотропных препаратов читаете ли вы противопоказания?



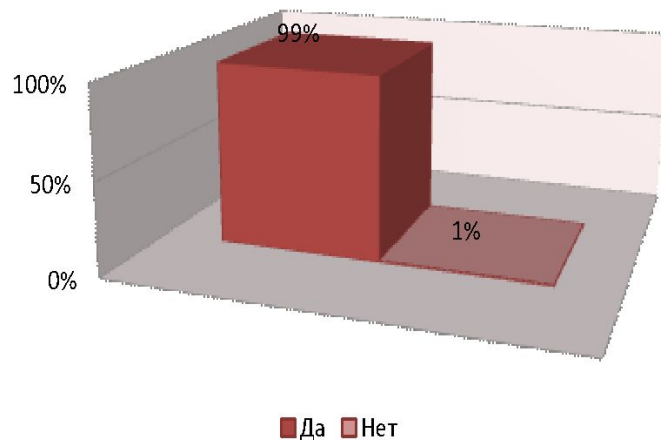
21. При приеме психотропных препаратов соблюдаете ли вы дозу и время приема?



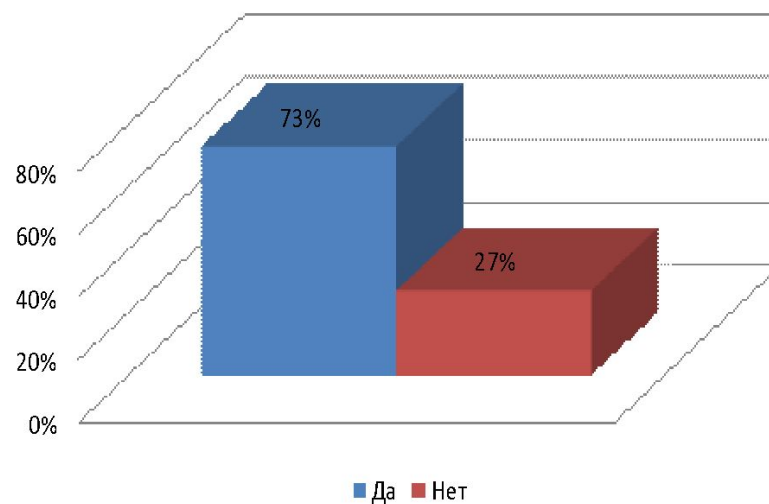
22. Считаете ли вы что прием психотропных препаратов помогает справиться со стрессом?



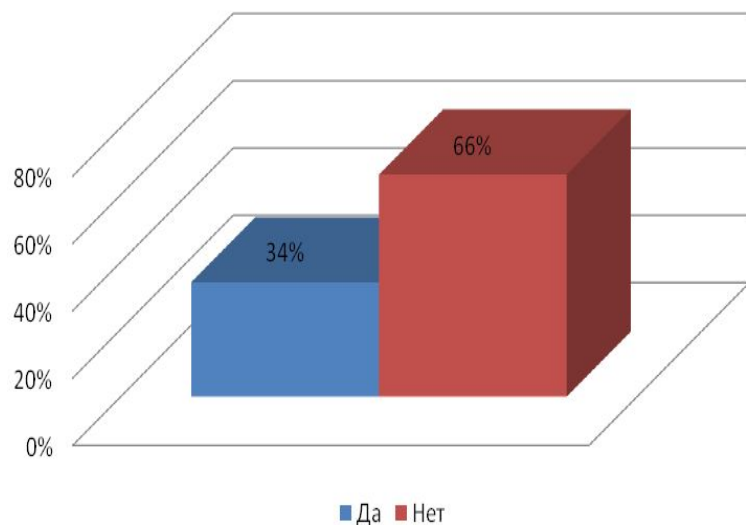
23. Знаете ли вы к чему может привести длительный прием психотропных препаратов?



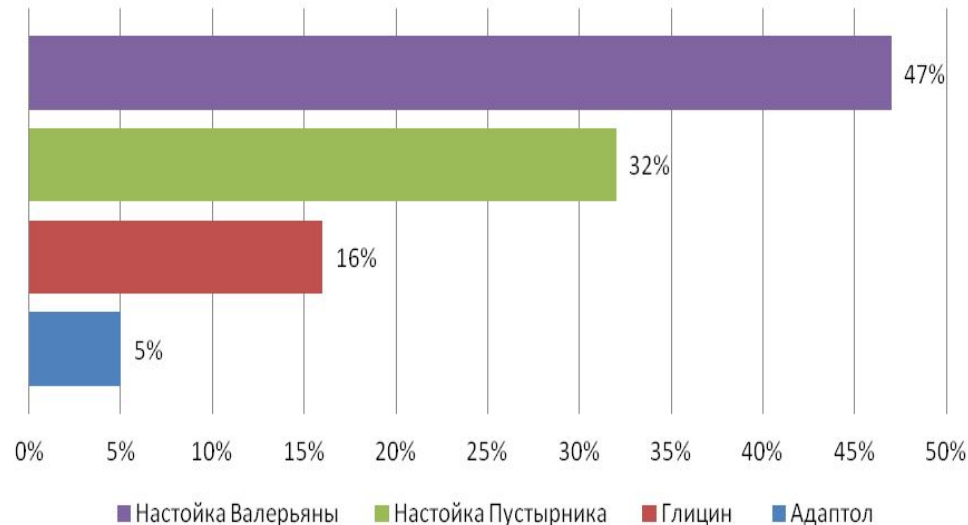
24. Знаете ли вы о побочных действиях лекарств угнетающие ЦНС?



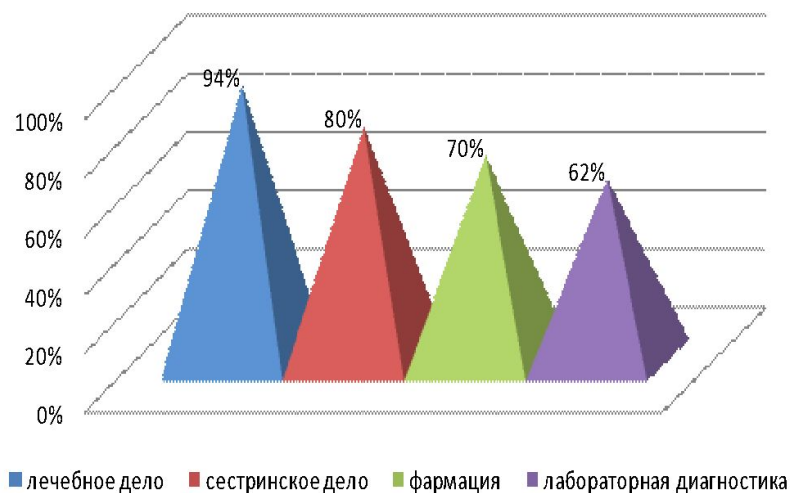
25. Считаете ли вы прием психотропных препаратов безопасным?



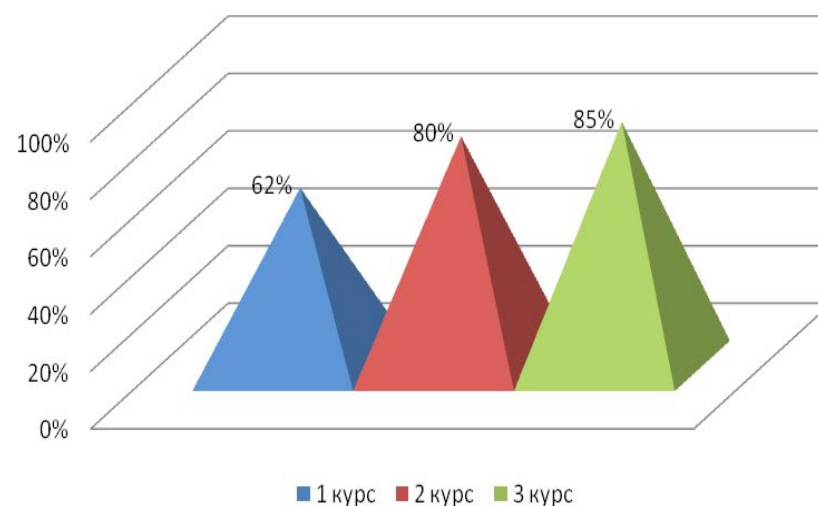
26. Какие психотропные препараты вы принимаете?



Осведомленность о психотропных препаратах по специальностям



Осведомленность о психотропных препаратах по курсам



Вывод

- Данные полученные в ходе проведённого исследования показывают,
- что 76% студентов знают о психотропных препаратах, 73% знают о побочных действиях и 99% знают к чему может привести длительный прием психотропных веществ, следовательно студенты достаточно осведомлены о влиянии веществ влияющие на ЦНС.
- По осведомленности о воздействии психотропных препаратов на организм человека по специальностям, меньше осведомлены студенты специальности Лабораторная диагностика, по курсам самыми осведомленными оказались студенты 3 курса 85%.
- 96% не принимают психотропных веществ во время сессии. Эти данные показывают, что студенты стараются избегать приема средств влияющих на ЦНС.
- 59% студентов считают себя стрессоустойчивыми, 63% не склонны впадать депрессию. Это говорит о том, что большая часть студентов благополучно справляются со стрессовыми ситуациями без применения психотропных препаратов.
- Данное исследование свидетельствует об актуальности выбранной темы.