

## Trauksmes un depresijas izvērtējums starp pirmā un pēdējā kursa Medicīnas fakultātes studentiem un to mazināšanas stratēģijas studentu vidū

*Marija Avota<sup>1</sup>, Anete Vjakse<sup>2</sup>*

*Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija*

<sup>1</sup>*Aroda un vides medicīnas katedra,*

<sup>2</sup>*Medicīnas fakultāte*

**Ievads.** Vairākos rietumvalstu pētījumos medicīnas studentiem ir konstatēts augsts trauksmes un depresijas līmenis kā ilgstoša stresa sekas [Dyrbye, 2006]. Psiholoģiskais distress medicīnas studentiem apmācības laikā starp valstīm atšķiras un variē robežās no 21 līdz 56% [Yusoff, et al., 2012]. Augsts stresa līmenis ir riska faktors plaša spektra slimībām, sākot no psiholoģiskām līdz fiziskām [O'Rourke, et al., 2010].

**Darba mērķis.** Izpētīt un salīdzināt trauksmes un depresijas līmeni pirmā un pēdējā kursa Medicīnas fakultātes studentiem. Noteikt stresu pastiprinošos faktorus mācību procesā pirmā un pēdējā kursa studentiem, kā arī to izmantotās stresa mazināšanas stratēģijas.

**Materiāls un metodes.** Pētījuma instruments bija standartizēta anketa, kurā tika iekļauta trauksmes un depresijas skala (*Hospital Anxiety and Depression Scale*). Kopumā ar anketas palīdzību tika aptaujāti 100 respondenti – Medicīnas fakultātes studenti. Piecdesmit respondenti bija no 1. kursa (13 vīrieši un 37 sievietes), un 50 respondenti – no 6. kursa (8 vīrieši un 42 sievietes). Iegūtie dati tika apkopoti un apstrādāti ar *Microsoft Word* un *Excel* datorprogrammu. Datu analīze tika veikta ar aprakstošās statistikas metodēm.

**Rezultāti.** Pētniecības rezultātā secinājām, ka trauksme 1. kursa studentiem ir 34% (n = 17) gadījumu, robežstāvoklis konstatēts 34% (n = 17) gadījumu. Salīdzinoši 6. kursa studentiem trauksme ir 26% (n = 13) gadījumu, robežstāvoklis – 32% (n = 16) gadījumu. Depresija 1. kursa studentiem ir 8% (n = 4) gadījumu, robežstāvoklis – 14% (n = 7) gadījumu. Savukārt 6. kursa studentiem depresija ir 12% (n = 6) gadījumu, robežstāvoklis – 18% (n = 9) gadījumu.

Stresa mazināšanai 32% (n = 16) respondentu no 1. kursa izvēlas alkohola lietošanu, 8% (n = 4) – smēķēšanu, 18% (n = 9) – medikamentu lietošanu, 56% (n = 28) – hobiju, 52% (n = 26) – veselīgu dzīvesveidu. Savukārt 6. kursa studenti stresa mazināšanai alkoholu izvēlas 26% (n = 13) gadījumu, smēķēšanu – 12% (n = 6) gadījumu, medikamentu lietošanu – 8% (n = 4) gadījumu, hobiju – 66% (n = 33) gadījumu, veselīgu dzīvesveidu – 56% (n = 28) gadījumu.

Pirmā kursa studenti 62% gadījumu (n = 31) atzīmē, ka tiem nav finansiālu problēmu, 30% (n = 15) izteikti rada stresu apgūstamās mācību vielas daudzums, 22% (n = 11) – liela mācību slodze, 38% (n = 19) – eksāmenu vērtējums. 36% (n = 18) atzīst, ka studē, jo tāda ir bijusi tuvinieku vēlme, bet tas stresu nerada, 16% (n = 8) tas rada stresu. Sestā kursa studenti 30% gadījumu (n = 15) atzīmē, ka tiem nav finansiālu problēmu, 12% (n = 6) izteikti rada stresu apgūstamās mācību vielas daudzums, 8% (n = 4) – mācību slodze, 40% (n = 20) – eksāmenu vērtējums. 32% (n = 16) studē medicīnu, jo tāda bija tuvinieku vēlme, tomēr tas stresu nerada, 14% (n = 7) tas rada stresu.

### Secinājumi.

1. Pirmā kursa studentiem ir augstāks trauksmes līmenis nekā 6. kursa studentiem.
2. Sestā kursa studentiem ir augstāks depresijas līmenis nekā 1. kursa studentiem.

Šādi rezultāti būtu skaidrojami ar hroniska stresa ietekmi uz studentiem, kā rezultātā 1. kursa studentiem, kas vēl nav pieraduši pie studiju programmas prasībām (mācību vielas apjoma studiju priekšmetos, mācību slodzes), tas izpaužas vairāk ar trauksmi, bet 6. kursa studentiem augstāks depresijas līmenis būtu skaidrojams ar to, ka trauksme daļai cilvēku ir pārgājusi depresijā, kā arī studentiem vairāk ir finansiālās grūtības. Zemāks trauksmes līmenis ir skaidrojams arī ar to, ka studenti sestajā kursā ir pieraduši pie studiju programmas prasībām. Abām studentu grupām zināmu psiholoģisku spiedienu rada tuvinieki.