

ВОПРОСЫ ШКОЛЬНОЙ И УНИВЕРСИТЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ И ЗДОРОВЬЯ

16+

№ 1 — 2020

Научно-практический рецензируемый журнал
Выходит 4 раза в год

УЧРЕДИТЕЛЬ

Всероссийское общество развития школьной и университетской медицины и здоровья
при поддержке НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков
ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей»
Министерства здравоохранения Российской Федерации и участия Российской сети школ здоровья

Главный редактор В.Р. Кучма,
д. м. н., профессор, член-корреспондент РАН

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

В.Ю. Альбицкий, д. м. н., профессор (Москва)
Е.В. Антонова, д. м. н., (Москва)
Е.Н. Байбарина, д. м. н., профессор (Москва)
А.А. Баранов, д. м. н., профессор, академик РАН (Москва)
Н.К. Барсукова, к. м. н. (Москва)
И.В. Брагина, д. м. н. (Москва)
И.В. Винярская, д. м. н., профессор (Москва)
Ж.Ю. Горелова, д. м. н., профессор (Москва)
А.М. Кондаков, д. п. н., профессор, академик РАО (Москва)
О.Ю. Милушкина, д. м. н. (Москва)
Н.Б. Найговзина, д. м. н., профессор (Москва)
М.А. Поленова, д. м. н. (Москва)
В.С. Полуниин, д. м. н., профессор (Москва)
И.К. Рапопорт, д. м. н., профессор (Москва)
А.С. Седова, к. м. н. (Москва)
Н.П. Сетко, д. м. н., профессор (Оренбург)
М.И. Степанова, д. м. н., профессор (Москва)
Л.М. Сухарева, д. м. н., профессор (Москва)
А.П. Фисенко, д. м. н., профессор (Москва)

заместитель главного редактора

П.И. Храпцов, д. м. н., профессор (Москва)
исполнительный директор
Ю.Г. Мовшин (Москва)
ответственный секретарь
Е.Д. Лапонова, д. м. н. (Москва)

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

Ш.М. Балаева, к. м. н. (Баку, Азербайджан)
К. Вукачев, М. Sc., В. Sc (Купио, Финляндия)
И.И. Березин, д. м. н., профессор (Самара)
Е.С. Богомолова, д. м. н., профессор (Нижний Новгород)
А.Р. Вирабова, д. м. н., профессор (Москва)
Е.О. Гузик, к. м. н. (Минск, Республика Беларусь)
Г.Н. Дегтева, д. м. н., профессор (Архангельск)
Н.В. Ефимова, д. м. н., профессор (Иркутск)
Л.А. Жданова, д. м. н., профессор (Иваново)
А.В. Иваненко, д. м. н. (Москва)
В.Ю. Иванов, д. м. н. (Москва)
С.Р. Конова, д. м. н. (Москва)
Э.Н. Мингазова, д. м. н., профессор, член-корреспондент
Академии наук Республики Татарстан (Москва)
Е.В. Нарышкина, к. м. н. (Москва)
С.А. Никифоров, д. м. н., профессор (Москва)
А.Г. Платонова, д. м. н. (Киев, Украина)
В.И. Попов, д. м. н., профессор (Воронеж)
А.Г. Сетко, д. м. н., профессор (Оренбург)
С.А. Токарев, д. м. н. (Надым)
Л.В. Транковская, д. м. н., профессор (Владивосток)
Н.Л. Черная, д. м. н., профессор (Ярославль)
В.Н. Шестакова, д. м. н., профессор (Смоленск)
О.И. Янушанец, д. м. н., профессор (Санкт-Петербург)

Журнал «Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья»
является преемником журнала «Школа здоровья» (издавался с 1994 г.)

Воспроизведение или использование другим способом любой части издания без согласия редакции является незаконным и влечет за собой
ответственность, установленную действующим законодательством РФ

Подписной индекс в агентстве «Роспечать» — 70084

Свидетельство о регистрации средства массовой информации: ПИ № ФС77-53561,
выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций 4 апреля 2013 г.
Издатель «Всероссийское общество развития школьной и университетской медицины и здоровья»:
105064, Москва, Малый Казенный пер., д. 5, стр. 5, тел. (495) 917-48-31, факс (499) 764-95-96, e-mail: vor_health@niigd.ru
Отпечатано в типографии ООО ИПЦ «Научная книга». Адрес: 394026, г. Воронеж, Московский пр-т, 11/5, тел. +7 (473) 220-57-15
Подписано в печать 24.03.2020. Тираж 1000 экз. Заказ 000

PROBLEMS OF SCHOOL AND UNIVERSITY MEDICINE AND HEALTH

No. 1—2020

Scientific and practical peer-reviewed journal
4 issues per year

FOUNDER

Russian society of school and university health and medicine
*with the support of the Research institute of hygiene and health care of children and adolescents
of National Medical Research Center of Children's Health of the Ministry of Health
of the Russian Federation with the participation of the Russian network of Schools for health*

Editor-in-chief V.R. Kuchma,
PhD, professor, corresponding member of RAS

EDITORIAL BOARD:

V.Yu. Albitsky, PhD, professor (Moscow)
E.V. Antonova, PhD (Moscow)
E.N. Baybarina, PhD, professor (Moscow)
A.A. Baranov, PhD, professor, academician of RAS (Moscow)
N.K. Barsukova, PhD (Moscow)
I.V. Bragina, PhD (Moscow)
I.V. Vinyarskaya, PhD, professor (Moscow)
Zh.Yu. Gorelova, PhD, professor (Moscow)
A.M. Kondakov, PhD, professor, academician of RAE (Moscow)
O.Yu. Milushkina, PhD (Moscow)
N.B. Naygovzina, PhD, professor (Moscow)
M.A. Polenova, PhD (Moscow)
V.S. Polunin, PhD, professor (Moscow)
I.K. Rapoport, PhD, professor (Moscow)
A.S. Sedova, PhD (Moscow)
N.P. Setko, PhD, professor (Orenburg)
M.I. Stepanova, PhD, professor (Moscow)
L.M. Sukhareva, PhD, professor (Moscow)
A.P. Fisenko, PhD, professor (Moscow)

deputy editor-in-chief

P.I. Khrantsov, PhD, professor (Moscow)

executive director

Yu.G. Movshin (Moscow)

responsible secretary

E.D. Laponova, PhD (Moscow)

EDITORIAL BOARD:

Sh.M. Balaeva, PhD (Baku, Azerbaijan)
K. Bykachev, M. Sc., B. Sc (Kupio, Finland)
I.I. Berezin, PhD, professor (Samara)
E.S. Bogomolova, PhD, professor (Nizhny Novgorod)
A.R. Virabova, PhD, professor (Moscow)
E.O. Guzik, PhD, (Minsk, Republic of Belarus)
G.N. Degteva, PhD, professor (Arkhangelsk)
N.V. Efimova, PhD, professor (Irkutsk)
L.A. Zhdanova, PhD, professor (Ivanovo)
A.V. Ivanenko, PhD (Moscow)
V.Yu. Ivanov, PhD (Moscow)
S.R. Konova, PhD (Moscow)
E.N. Mingazova, PhD, professor, corresponding member
of Academy of Sciences of the Republic of Tatarstan (Moscow)
E.V. Naryshkina, PhD (Moscow)
S.A. Nikiforov, PhD, professor (Moscow)
A.G. Platonova, PhD (Kiev, Ukraine)
V.I. Popov, PhD, professor (Voronezh)
A.G. Setko, PhD, professor (Orenburg)
S.A. Tokarev, PhD (Nadym)
L.V. Trankovskaya, PhD, professor (Vladivostok)
N.L. Chernaya, PhD, professor (Yaroslavl)
V.N. Shestakova, PhD, professor (Smolensk)
O.I. Yanushanets, PhD, professor (St. Petersburg)

Journal "Problems of school and university medicine and health"
is the successor of the journal "School health" (published since 1994)

No part of this issue may be reproduced without permission from the publisher

Subscription index in the catalogue "Rospechat" — 70084

Mass media registration certificate dated April 4, 2013. Series ПИ № ФС77-53561,
issued by Federal Service for Supervision in the Sphere of Telecom, Information Technologies and Mass Communications
Publisher "All-Russian Association of School and University Medicine and Health":

№ 5/5 Maly Kazjonny Per., Moscow, 105064, phone (495) 917-48-31, fax (499) 764-95-96, e-mail: vop_health@niigd.ru

Printed at the printing house of the Publishing and Printing Center "Nauchnaya Kniga", Ltd. Address: Voronezh, 394026, Moskovsky Pr-t, 11/5, phone +7 (473) 220-57-15

Signed for printing on March 24, 2020. Edition 1000 copies. Order 000

СОДЕРЖАНИЕ

CONTENTS

<i>Вятлева О.А.</i> Влияние использования смартфонов на самочувствие, когнитивные функции и морфофункциональное состояние центральной нервной системы у детей и подростков (обзор литературы)	<i>Vyatleva O.A.</i> Influence of use of smartphones on well-being, cognitive functions and morphofunctional state of the central nervous system in children and adolescents (review)	4	4
<i>Александрова И.Э.</i> Гигиеническая оценка школьного расписания в условиях активного использования на уроках электронных средств обучения	<i>Aleksandrova I.E.</i> Hygienic assessment of school timetable and active use at lessons of electronic devices	12	12
<i>Степанова М.И., Березина Н.О., Поленова М.А., Александрова И.Э.</i> Оценка самочувствия школьников на учебных занятиях с применением интерактивных панелей	<i>Stepanova M.I., Berezina N.O., Polenova M.A., Aleksandrova I.E.</i> Assessment of students' well-being in training sessions using interactive panels.	22	22
<i>Шубочкина Е.И., Иванов В.Ю., Чепрасов В.В.</i> Использование подростками информационных технологий в образовательном процессе и досуге как актуальная проблема здоровьесбережения	<i>Shubochkina E.I., Ivanov V.Yu., Cheprasov V.V.</i> The use of information technologies by teenagers in the educational process and leisure-time: an actual problem of health	28	28
<i>Ануфриева Е.В., Насыбуллина Г.М., Липанова Л.А.</i> О реализации пилотного проекта «Российская сеть школ здоровья» в городе Екатеринбурге	<i>Anufrieva E.V., Nasybullina G.M., Lipanova L.L.</i> Implementation of the project of the russian network school for health in Yekaterinburg	34	34
<i>Серочкин А.А., Орлов В.Д.</i> Распространенность депрессивных состояний среди старших школьников, уровень знаний о них и используемые методы коррекции	<i>Serochkin A.A., Orlov V.D.</i> The Prevalence of depression symptoms among senior schoolchildren, level of knowledge about the problem and use of correction strategies	40	40
<i>Капранов С.В., Капранова Г.В., Тарабцев Д.В., Тарабцев М.Д.</i> Влияние просмотра телепередач и использования компьютера на показатели психического состояния подростков города Алчевска	<i>Kapranov S.V., Kapranova G.V., Tarabtsev D.V., Tarabtsev M.D.</i> The influence of TV viewing and computer use on mental health of teenagers in Alchevsk	45	45
Сильные дети и подростки: здоровая нация! О раннем жизненном стрессе и его профилактике. Роттердамская декларация EUSUHM 2019 года. МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ в Европе	Strong children and adolescents: healthy nation! About early life stress and prevention. The 2019 Rotterdam EUSUHM DECLARATION ON YOUTH HEALTH CARE IN EUROPE	52	52
<i>Dadaczynski K., Jensen B.B., Viig N.G., Sormunen M., Kuchma V.P., Vilaça M.T.</i> Здоровье, благополучие и образование: создание устойчивого будущего. Московское заявление по школам, содействующим укреплению здоровья	<i>Dadaczynski K., Jensen B.B., Viig N.G., Sormunen M., Kuchma V.R., Vilaça M.T.</i> Health, Well-being and education: building a sustainable future. The Moscow statement on health promoting schools	56	56
Памяти профессора Н.Н. Куинджи	In memory of Professor N.N. Kuindzhi	62	62
Сведения об авторах	Information about the authors	64	64

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ СРЕДИ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ, УРОВЕНЬ ЗНАНИЙ О НИХ И ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ

© 2020 А.А. Серочкин¹, В.Д. Орлов²

¹ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Московской области», Московская область

²Открытое страховое акционерное общество «РЕСО-Гарантия», Москва

Контактная информация: Серочкин Алексей Алексеевич. E-mail: faust1815@yandex.ru

Проведено изучение распространенности депрессивных состояний среди школьников 8—11-х классов Московской области (с помощью шкалы депрессии теста HADS), уровня знаний о них и используемых школьниками методов их коррекции (с помощью анкетирования). Депрессивные проявления различной степени выраженности обнаружены у 21,1 % школьников в 2019 г., что выше, чем в аналогичном исследовании 2014 г. Обучающиеся обладают недостаточными знаниями о депрессивных состояниях (37 % ничего не знают о депрессивных состояниях, всего 8,4 % знают об этом из материалов занятий со школьным психологом или врачом. Считают необходимым обращение к специалистам только 26,7 % школьников. Установлено, что эффективными методами коррекции являются обсуждение проблем настроения с родителями и со сверстниками, двигательная активность, пребывание в условиях достаточного освещения, занятия деятельностью, которая приносит удовольствие.

Ключевые слова: старшие школьники; депрессивные состояния; уровень знаний; методы коррекции.

THE PREVALENCE OF DEPRESSION SYMPTOMS AMONG SENIOR SCHOOLCHILDREN, LEVEL OF KNOWLEDGE ABOUT THE PROBLEM AND USE OF CORRECTION STRATEGIES

© 2020 А.А. Serochkin¹, V.D. Orlov²

¹FGHI “Center of hygiene and epidemiology in Moscow region”, Moscow region

²Insurance company “RESO-Garantia”, Moscow

Contact: Aleksey A. Serochkin. E-mail: faust1815@yandex.ru

A study of the prevalence of depressive symptoms among school students of grades 8 to 11 in the Moscow district (using the HADS depression scale) showed the level of knowledge concerning the problem. Students completed a survey, possible strategies for the correction have been discussed. Depressive symptoms were found in 21.1 % of schoolchildren in 2019, which is higher than in a similar study in 2014. Students have insufficient knowledge about depressive symptoms, 37 % adolescents do not know anything about depressive conditions, only 8.4 % students have some knowledge from a school psychologist or doctor. Only 26.7 % of schoolchildren understand the necessity to go to the specialists. It was found that among effective methods of correction are discussion of mood problems with parents and peers, physical activity, engaging in activities that bring pleasure.

Keywords: senior students; depressive symptoms; level of knowledge; methods of correction; correction strategies.

По данным детского фонда ООН, частота самоубийств среди российских подростков является одной из самых высоких в мире (Россия

уступает лишь Республике Казахстан и Республике Беларусь) [1]. За последнее десятилетие в России частота суицидов среди подростков

имела тенденцию к росту, и по прогнозам их число в данной возрастной группе будет увеличиваться более быстрыми темпами в последующие 10 лет. С суицидальным поведением в первую очередь связаны депрессивные состояния в подростковом возрасте, которые чаще являются нераспознанными. Отмечена также тенденция к росту числа стертых и маскировочных форм депрессий, вызывающих трудности для своевременной диагностики [2].

Подростки длительное время — иногда несколько лет — наблюдаются педиатрами, урологами, неврологами по поводу соматических заболеваний [3]. Одной из причин поздней диагностики депрессивных состояний может быть низкий уровень осведомленности о них подростков, методах коррекции, а также неэффективность выбранных методов профилактики и коррекции [4].

В план мероприятий до 2020 г., проводимых в рамках Десятилетия детства в России, включены задачи по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних, обеспечению психологической помощи обучающимся.

Цель: оценить распространенность депрессивных состояний различной степени выраженности, уровня знаний о них и используе-

мых методах коррекции у школьников старших классов.

Материалы и методы исследования. Проведено анонимное добровольное анкетирование 251 учащегося 8—11-х классов общеобразовательных организаций Московской области. Выраженность депрессивных состояний оценивалась с помощью шкалы депрессии теста HADS, разработанного A.S. Zigmond и R.P. Snaith в 1983 г. [5]. Осведомленность о депрессиях, методах, применяемых для коррекции, изучена с помощью разработанной нами анкеты. Проводилась статистическая обработка материалов с расчетом относительных величин, достоверности их различий, отношения шансов при степени вероятности безошибочного прогноза 95 %. Группа сравнения включала 84 школьника 8—11-х классов общеобразовательных организаций Московской области в 2014 г. [4, 5].

Результаты исследования и их обсуждение. Депрессивные состояния различной степени выраженности обнаружены у 21,1 % обучающихся (табл. 1), что совпадает с данными ряда исследований по России и другим странам [4, 6—8]. Однако, по сравнению с аналогичным исследованием в 2014 г. [4], распространенность депрессивных состояний увеличилась (21,1 % в 2019 г. против 9,5 % в 2014 г., $p < 0,05$).

Таблица 1

Распространенность депрессивных состояний разной степени выраженности у старших школьников в 2014 г. и в 2019 г.

Обследованная группа	Распространенность депрессивных состояний всех степеней выраженности		Распространенность депрессивных состояний субклинической выраженности		Распространенность депрессивных состояний клинической выраженности	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Школьники Московской области 2019 г. (n = 251)	53	21,1*	37	14,7*	16	6,4
Школьники Московской области 2014 г. (n = 84)	8	9,5*	6	7,1*	2	2,4
Школьники г. Москвы 2014 г. (n = 240)	58	24,2	48	20	10	4,2

* $p < 0,05$ (сравнение школьников Московской области 2014 г. и 2019 г.)

Данные о распространенности депрессивных состояний разной степени выраженности у школьников разного пола, обучающихся в 8—9-х и 10—11-х классах, представлены в таблицах 2 и 3 соответственно. Большинство исследователей указывает на более высокую рас-

пространенность депрессивных состояний среди девушек [6—8], но в нашем исследовании достоверных различий в группах юношей и девушек не выявлено. Установлена большая распространенность депрессивных состояний среди школьников 8—9-х классов по сравнению

с обучающимися 10—11-х классов (24,7 % и 11,6 % соответственно; $p < 0,05$). Различия в распространенности обусловлены преобладанием депрессивных состояний клинической выраженности у школьников 8—9-х классов, что может быть связано с уходом школьников, имеющих данные проявления, после 9-го класса из-за неуверенности в своих силах на фоне возрас-

тающей интенсификации образовательных программ и увеличения количества обязательных предметов ЕГЭ.

Это подтверждает исследования других авторов о том, что дети с проявлениями депрессии реже успешно учатся в школе. Неуспеваемость рассматривается и как результат депрессий, и как ее признак [6].

Таблица 2

Распространенность депрессивных состояний разной степени выраженности у старших школьников в зависимости от пола

Обследованная группа	Распространенность депрессивных состояний всех степеней выраженности		Распространенность депрессивных состояний субклинической выраженности		Распространенность депрессивных состояний клинической выраженности	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Юноши (n = 128)	28	21,9	20	15,6	8	6,3
Девушки (n = 123)	25	20,3	17	13,8	8	6,5

В данном исследовании школьники, не имеющие проявлений депрессии, чаще имели более

высокий уровень успеваемости (36,9 % против 20,7 %; $p < 0,05$).

Таблица 3

Распространенность депрессивных состояний у школьников 8—9-х и 10—11-х классов

Обследованная группа	Распространенность депрессивных состояний всех степеней выраженности		Распространенность депрессивных состояний субклинической выраженности		Распространенность депрессивных состояний клинической выраженности	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Школьники 8—9-х классов (n = 182)	45	24,7*	30	16,5	15	8,2*
Школьники 10—11-х классов (n = 69)	8	11,6*	7	10,2	1	1,5*

* $p < 0,05$ (сравнение между школьниками 8—9-х и 10—11-х классов)

На вопрос о знании методов коррекции депрессивных состояний 37 % обучающихся ответили, что ничего не знают; 42,2 % знают об этом из сети Интернет; 12,4 % — из специальной литературы и только 8,4 % — из материалов школьных занятий с психологом и врачом. По сравнению с аналогичным исследованием 2014 г. [4] число подростков, ничего не знающих о методах коррекции, снизилось с 50,1 до 37 % в основном за счет увеличения получивших знания из специальной литературы (с 4,8 до 12,4 %) и сети Интернет (с 36,9 до 42,2 %). Не знают о наличии психолога в школе 21,1 % обу-

чающихся; о существовании телефона доверия (психологической помощи) — 59,8 % (71,9 % юношей и 47,1 % девушек; $p < 0,05$).

В случае длительного плохого и подавленного настроения 40,2 % подростков не предпринимают никаких действий по борьбе с ним; готовы обратиться к психологу 22,3 %; к врачу — 4,4 %; сами принимать лекарственные препараты — 5,2 %. Другой вариант предложили 27,9 % подростков: 10,7 % — занятие любимым делом; 5,6 % — обсуждение с родными и близкими; 2,8 % — сон; 4,4 % — переждать, встречи с друзьями, прослушивание музыки, употре-

бление сладкого, спорт. Затруднились с ответом 4,4 % опрошенных.

Частота встречаемости ответа «Ничего не предпринимать» в группе подростков с проявлением депрессии достоверно больше в сравнении с группой подростков без проявлений депрессии (58,5 и 35,4 % соответственно; $p < 0,05$). На возможную связь депрессивных проявлений с данным фактором риска указывает полученное отношение шансов (OR) — 2,577, ДИ 95 % 1,387—4,786).

В группе школьников с проявлениями депрессии проблемы не обсуждались с родителями чаще, чем в группе без проявлений (33,9 и 18,7 % соответственно; $p < 0,05$) и со сверстниками (26,4 и 7,6 % соответственно; $p < 0,05$). Отношения шансов (OR) составили 2,238 (ДИ 95 % 1,143—4,380) и 4,379 (ДИ 95 % 1,956—9,808) соответственно, что указывает на возможное влияние этих факторов риска.

Не пользуется популярностью среди респондентов такой способ вербализации, как дневник/блог (78,5 % подростков его не используют, достоверных различий в группах сравнения не выявлено). 73,6 % обучающихся с депрессивными состояниями не используют двигательную активность как меру коррекции, что выше, чем у респондентов без проявлений — 43,4 % ($p < 0,05$). Отношение шансов (OR) — 3,628 (ДИ 95 % 1,852—7,106) подтверждает вероятную связь с данным фактором риска.

Обучающиеся с депрессивными состояниями реже используют полноценное искусственное освещение для борьбы с плохим настроением

(56,6 против 75,8 %); отношение шансов — (OR) 2,396 (ДИ 95 % 1,272—4,512). Подростки с депрессивными состояниями реже пытаются заниматься деятельностью, приносящей удовольствие (24 против 52 %; $p < 0,05$); отношение шансов (OR) — 3,336 (ДИ 95 % 1,682—6,618).

Не было выявлено достоверных различий в исследуемых группах по частоте использования таких приемов коррекции, как прослушивание музыки и использование ароматерапии.

Заключение. Депрессивные состояния различной степени выраженности выявлены у 21,1 % старших школьников Московской области. Выявлен рост распространенности депрессивных состояний у старших школьников Московской области за 4 года — с 9,5 % в 2014 г. до 21,1 % в 2019 г. ($p < 0,05$). Подростки имеют низкий уровень знаний о депрессиях: 37 % обучающихся ничего не знают о депрессивных состояниях и только 8,4 % подростков знают об этом из материалов занятий со школьным психологом или врачом.

Эффективными приемами коррекции депрессивных состояний являются обсуждение проблем с родителями и со сверстниками, двигательная активность, пребывание в условиях достаточного освещения, регулярные занятия деятельностью, которая приносит удовольствие.

Полученные данные свидетельствуют о необходимости повышения информированности школьников о факторах риска развития депрессивных состояний и эффективных методах их коррекции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Иванова А.Е., Сабгайда Т.П., Семенова В.Г., Антонова О.И., Никитина С.Ю., Евдокушкина Г.Н., Чернобавский М.В. Смертность российских подростков от самоубийств. М: ЮНИСЕФ; 2011. 133 с.
2. Солодкая Е.В., Логинов И.П. К проблеме депрессивных расстройств у подростков. Дальневосточный медицинский журнал. 2014; 2: 127—133. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-depressivnyh-rasstroystv-u-podroshkov>. Дата обращения: 01.02.2019 г.
3. Белова А.П., Малых С.Б., Сабирова Е.З., Лобаскова М.М. Оценка депрессивности в подростковом возрасте. Вестник ЮУрГУ. 2008; 32 (132):10—18. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-depressivnosti-v-podroshkovom-voзраste>. Дата обращения: 15.02.2019 г.
4. Бобрищева-Пушкина Н. Д., Кузнецова Л.Ю., Попова О.Л., Силаев А.А. Распространенность и факторы риска развития депрессивных состояний у старших школьников. Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. 2014; 4: 32—36.
5. Zigmond A.S., Snaith R.P. The Hospital Anxiety and Depression scale. ActaPsychiatr. Scand. 1983; 67: 361—70.
6. Антви-Дансо С. Взаимосвязь депрессивных состояний и успешности обучения школьников: на примере детей Республики Ганы. Автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.04. — Санкт-Петербург, 2007. 177 с.
7. Соколова Н.В., Захаренко А.С., Кочергина Н.И., Гончарова Д.Г. Психофизиологические механизмы депрессии и их профилактика в подростковой среде. Гигиена и санитария. 2015; 94, (9): 27—29.

8. *Murakami K., Miyake Y., Sasaki S., et al.* Dietary Folate, Riboflavin, Vitamin B-6, and Vitamin B-12 and Depressive Symptoms in Early Adolescence: The Ryukyus Child Health Study. *Psychosomatic Medicine*. 2010; 72 (8): 763—768.

REFERENCES

1. *Ivanova A.E., Sabgajda T.P., Semenova V.G., Antonova O.I., Nikitina S.Yu., Evdokushkina G.N., Chernobavskij M.V.* Russian teen mortality from suicide [Smertnošt' rossijskih podroščkov ot samoubijstv]. Moscow: UNICEF; 2011. 133 p. (in Russian).
2. *Solodkaya E.V., Loginov I.P.* Depressive disorders in adolescents. *Dal'nevostochnyj medicinskij zhurnal*. 2014; 2: 127—133. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-depressivnyh-rasstroystv-u-podroščkov>. Accessed: 01.02.2019 (in Russian).
3. *Belova A.P., Malyh S.B., Sabirova E.Z., Lobaskova M.M.* Assessment of depression in adolescence. *Vestnik YuUrGU*. 2008; 32 (132):10—18. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-depressivnosti-v-podroščkovom-vozrašte>. Accessed: 15.02.2019 (in Russian).
4. *Bobrisheva-Pushkina N.D., Kusnetsova L.U., Popova O.L., Silaev A.A.* A study of the prevalence and risk factors of depression among older students. *Voprosy shkol'noj i universitetskoj mediciny i zdorov'ya*. 2014; 4: 32—36 (in Russian).
5. *Zigmond A.S., Snaith R.P.* The Hospital Anxiety and Depression scale. *Acta Psychiatr. Scand*. 1983; 67: 361—70 (in English).
6. *Antvi-Danso S.* The association between depression symptoms and school education success on the example of the Republic of Ghana children [Vzaimosvyaz' depressivnyh sostoyanij i uspešnosti obučeniya shkol'nikov: na primere detej Respubliki Gany]. Author. Diss. ... PhD in Psychological sciences. St.Petersburg; 2007. 177 p. (in Russian).
7. *Sokolova N.V., Zakharenko A.S., Kochergina N.I., Goncharova D.G.* Assessment of anxiety and depression states in adolescents as the initial stage for psychoprophylactic work in school. *Gigiena i sanitariya*. 2015; 94, (9): 27—29 (in Russian).
8. *Murakami K., Miyake Y., Sasaki S., et al.* Dietary Folate, Riboflavin, Vitamin B-6, and Vitamin B-12 and Depressive Symptoms in Early Adolescence: The Ryukyus Child Health Study. *Psychosomatic Medicine*. 2010; 72 (8): 763—768 (in English).

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Александрова Ирина Эрнстовна, доктор медицинских наук, главный научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Ануфриева Елена Владимировна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры общественного здоровья и здравоохранения ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Екатеринбург, Россия.

Березина Надежда Олеговна, кандидат медицинских наук, ведущий научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Вятлева Ольга Алексеевна, кандидат медицинских наук, ведущий научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Иванов Виктор Юрьевич, доктор медицинских наук, старший научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Капанова Галина Викторовна, кандидат педагогических наук, методист по учебным дисциплинам ГБОУ ЛНР «Алчевский городской методический кабинет», Алчевск, Донбасс.

Капанов Сергей Владимирович, доктор медицинских наук, исполняющий обязанности главного государственного санитарного врача города Алчевска и Перевальского района, главного врача государственной службы «Алчевская городская санитарно-эпидемиологическая станция» МЗ ЛНР, Алчевск, Донбасс.

Липанова Людмила Леонидовна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры гигиены и экологии ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Екатеринбург.

Насыбуллина Галия Максумовна, доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой гигиены и экологии ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Екатеринбург.

Орлов Вячеслав Дмитриевич, врач-куратор плановой госпитализации, СПАО «РЕСО-Гарантия», Москва, Россия.

Поленова Марина Альбертовна, доктор медицинских наук, главный научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Серочкин Алексей Алексеевич, врач по общей гигиене ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Московской области», г. Мытищи, Московская область, Россия.

Степанова Марина Исааковна, доктор медицинских наук, профессор, заведующий лабораторией комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Тарабцев Денис Витальевич, инженер санитарно-гигиенического отдела государственной службы «Алчевская городская санитарно-эпидемиологическая станция» МЗ ЛНР, Алчевск, Донбасс.

Тарабцев Максим Денисович, слушатель научной секции «Медицина» Алчевского научного общества, Алчевск, Донбасс.

Шубочкина Евгения Ивановна, доктор медицинских наук, главный научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.

Чепрасов Вячеслав Викторович, кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник лаборатории комплексных проблем гигиены детей и подростков ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России, Москва, Россия.