

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ МЕТЕОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ И МЕТЕОТРОПНЫХ РЕАКЦИЙ У СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ

Ганузин В.М., Чёрная Н.Л.

ГБОУ ВПО «Ярославский государственный медицинский университет», г. Ярославль, Россия

Контактная информация: Ганузин Валерий Михайлович. E-mail: vganuzin@rambler.ru

В статье обсуждаются вопросы метеочувствительности у студентов, дается ее распространенность. Приводятся основные синдромы и симптомы, встречающиеся при специфических и неспецифических реакциях. Обсуждаются вопросы диагностики метеотропных состояний у студентов.

Ключевые слова: студенты; метеочувствительность; распространенность; метеотропные реакции; диагностика

THE PREVALENCE OF METEOSENSITIVITY AND METEOPATHIC REACTIONS IN STUDENTS SENIOR COURSES

V. Ganuzin, N. Chernaya

Yaroslavl state medical University, Yaroslavl, Russia

Contact: Valery Ganuzin. E-mail: vganuzin@rambler.ru

The article discusses the issues of meteosensitivity in students and presents its prevalence. There are main symptoms and syndromes happened in specific and nonspecific reactions. The questions of diagnosis of meteotropic states in students are discussed.

Keywords: students; meteosensitivity; the prevalence of meteopathic reactions; diagnostics

На сегодняшний день вопросы диагностики, профилактики и лечения метеотропных реакций и осложнений, связанных с ними, остаются наименее решенными. В то же время известно, что изменения погодных условий вызывают серьезные метеотропные реакции со стороны различных органов и систем у человека [1–3]. Наиболее сильно реагируют метеонегативные люди, имеющие функциональные отклонения и хронические заболевания [1, 4]. Как известно, большинство метеотропных реакций у людей возникает при изменении магнитного поля земли (магнитные бури). Выделяют три группы людей, в том числе и детей, по характеру ответной реакции на магнитные поля [4, 5]. По результатам кардиоинтервалографического исследования, выполненного по модифицированной и запатентованной методике [6] с выделением угла α наклона прямой, аппроксимирующей автокорреляционную функцию в зависимости от ответной реакции на постоянное магнитное поле (ПМП), были выделены следующих группы людей:

– *магнитноустойчивые* – у которых наблюдался нормотонический исходный вегетативный тонус с нормальной реактивностью и устойчивым типом реакции на воздействие магнитного поля;

– *магнитноотрицательные* – у которых после воздействия ПМП происходило ухудшение показателей, характеризующих состояние адаптационных способностей организма;

– *магнитноположительные* – у которых после действия ПМП происходило уменьшение напряжения регуляторных механизмов и некоторая активизация защитных функций организма.

Следовательно, магнитноотрицательные типы людей следует относить к группе риска по неблагоприятной реакции организма на изменение метеоусловий. Вместе с тем, врачи обычно не связывают ухудшение в состоянии здоровья пациентов с метеотропными воздействиями в силу малой освещенности этих вопросов в медицинской литературе.

К наиболее значимым факторам, способствующим развитию метеотропных реакций, относятся: атмосферное давление; температура; влажность; содержание кислорода и озона в атмосфере; загрязнение воздуха; ветер (скорость), движение воздушных фронтов; атмосферное электричество; магнитные возмущения и магнитные бури; солнечная активность; лунные ритмы и др. [1, 2, 7].

В развитии метеотропных реакций выделяют следующие фазы: клинико-физиологическая адаптация к влиянию метеотропных факторов; гиперчувствительность к резкой смене погодных условий; дезадаптация (патологические реакции) к погоде. Выделяют специфические и неспецифические метеотропные реакции. Под специфической реакцией понимают обострение основного заболевания, при неспецифической – появление общих симптомов (плохое самочувствие, головные боли, повышенная утомляемость, плохой сон и др.), связанные с реакцией вегетативной системы.

Метеотропные реакции, в зависимости от механизма реализации, могут сопровождаться следующими клиническими синдромами: вегетоневрастеническим, вегетососудистым, кардиореспираторным, диспептическим, кожно-аллергическим, обменно-дистрофическим, гематологическим и иммунопатологическим.

По тяжести метеотропные реакции подразделяют на легкие, средней тяжести и тяжелые.

При этом наиболее часто возникают вегетососудистые реакции, сопровождающиеся большим количеством жалоб, связанных с колебаниями артериального давления и вегетативными расстройствами, степень выраженности которых зависит от индивидуальной вегетативной устойчивости [8, 9].

Целью настоящей работы является оценка распространенности метеочувствительности и особенностей метеотропных реакций у студентов старших курсов.

Материалы и методы. Проведено анкетирование 143 студентов 5-го и 6-го курсов по специально разработанной анкете.

Установлено, что метеотропные реакции отмечены 96 (67,2%) обследованными студентами. У 48 из 96 метеозависимых студентов имелись различные хронические заболевания. Частота различных метеотропных реакций, возникающих у метеозависимых студентов, представлена в таблице.

АНКЕТА

для выявления метеочувствительности и метеотропных реакций у студентов

Ф.И. _____ Курс _____ Дата заполнения _____

A. Вы относите себя к метеочувствительным людям? ДА / НЕТ

B. Имеются у Вас хронические заболевания? ДА / НЕТ

C. Появляются ли у Вас при смене погоды:

слабость	ДА / НЕТ
раздражительность	ДА / НЕТ
снижение работоспособности	ДА / НЕТ
головные боли	ДА / НЕТ
нарушение сна	ДА / НЕТ
боли в сердце	ДА / НЕТ
тахикардия	ДА / НЕТ
одышка	ДА / НЕТ
тошнота	ДА / НЕТ
боли в животе	ДА / НЕТ
кожный зуд	ДА / НЕТ
кожная сыпь	ДА / НЕТ
боли в мышцах	ДА / НЕТ
боли в суставах	ДА / НЕТ
носовые кровотечения	ДА / НЕТ
обострение хронических заболеваний	ДА / НЕТ

Таблица

Частота встречаемости метеотропных реакций у метеозависимых студентов (%)

Метеотропные реакции	Количество человек
Слабость	51,1
Раздражительность	48,9
Снижение работоспособности	66,7
Головные боли	72,9
Нарушение сна	31,2
Боли в сердце	14,6
Тахикардия	14,6
Одышка	7,3
Тошнота	11,4
Боли в животе	6,3
Кожный зуд	4,2
Кожная сыпь	5,2
Боли в мышцах	39,6
Боли в суставах	37,5
Носовые кровотечения	7,3
Обострение хронических заболеваний	20,8

Из данных таблицы видно, что у студентов наиболее часто встречались следующие метеотропные реакции: головные боли, снижение работоспособности, слабость, нарушение сна, боли в мышцах и суставах. Другие симптомы встречались реже. Обострения хронических заболеваний наблюдались у 20,8% метеозависимых студентов.

Полученные результаты согласуются с данными исследований по оценке метеочувствительности в различных возрастных группах. Так, по данным профессора Григорьева К.И., создавшего целое научное направление – детская и подростковая метеопатология, метеочувствительность имеет возрастные закономерности [1]. Погодные условия оказывали влияние на состояние здоровья 45% детей в возрасте до 1 года. В более старшем возрасте этот показатель снижался до 32%, а у подростков снова увеличивался до 44%. Метеочувствительность выявлена у 58,9% детей старшего школьного возраста, в том числе у 61,5% девочек [10].

Метеочувствительность среди студентов педагогического вуза в возрасте от 17 до 23 лет составляла 29,3% [11]. При наличии у них хронических заболеваний этот показатель возрастал до

38,3%. Проведенная лонгитудинальная профилактическая работа с данной группой студентов позволила автору в 1,9 раза снизить у них метеотропные реакции.

Заключение. Таким образом, метеотропные реакции отмечались у 67,2% обследованных студентов. В зависимости от механизмов реализации метеотропные реакции проявлялись различными клиническими симптомами и синдромами, наиболее часто головными болями, слабостью, раздражительностью, которые приводили к снижению работоспособности. Возникновение этих симптомов всегда было связано с метеорологическими факторами, что и отличало метеотропные реакции от сходных с ними по клинике обострениями хронических заболеваний. Следовательно, выявление метеозависимости и профилактика метеотропных реакций должны являться составной частью лечебно-профилактической работы врача при диспансеризации школьников и студентов. При подтверждении врачом метеочувствительности у пациента дальнейшая профилактика обострений и коррекция лечения должны строиться с учетом медицинских прогнозов погоды.

ЛИТЕРАТУРА

1. Григорьев К.И. Метеопрофилактика в педиатрии. М.; 2010. 116 с.
2. Соловьева В. А. Магнитные бури: защита и адаптация. – М.; 2006. 158 с.
3. Черная Н.Л., Ганузин В.М. К вопросу о метеочувствительности и метеотропных реакциях у детей. Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. 2015; 2 (8).
4. Маскова Г.С., Черная Н.Л., Макарьин В.В., Рачков Е.Г., Дадаева О.Б. Оптимизация метода определения магниточувствительности детей в различных возрастных группах. Экологозависимые заболевания: Материалы НПК «Влияние антропогенного загрязнения окружающей среды на здоровье населения». Ярославль; 2010: 97–9.
5. Макарьин В.В., Черная Н.Л., Дадаева О.Б. и др. Оценка риска воздействия магнитного поля на организм человека в различных возрастных группах и возможности его минимизации. Актуальные проблемы экологии Ярославской области. Ярославль; 2008: 35–9.
6. Макарьин В.В., Любичев В.А., Гуцин А.Г. Способ оценки степени воздействия электромагнитных полей на организм человека / патент Российской Федерации № 2303392 МПК А61В 5/05, 27.07.2007, опубл. Бюл. № 21.
7. Рапопорт С.И., Фролов В.А., Хетагурова Л.Г., ред. Хронобиология и хрономедицина. М.; 2006. 480 с.
8. Черная Н. Л., Ганузин В.М., Киселева А.В., Ермолина Е.А. Сравнительная характеристика вегетативной устойчивости и социальной адаптированности подростков, обучающихся в сельских и городских школах. Детская больница. 2009; 1: 33 –7.
9. Черная Н.Л., Ганузин В.М., Шубина Е.В. Различия показателей вегетативной устойчивости у школьников в зависимости от условий обучения и проживания. Международная НПК «Медицинская наука: достижения и перспективы». М.: Медиа-Мед. 2014: 137–42.
10. Григорьева Н.К. Нарушение метеочувствительности, их профилактика и коррекция при различных болезнях у детей: Автореф. дис. канд. мед. наук. Москва; 2005. 24 с.
11. Григорьев К.И. Проблемы метеотропизма в университетской гигиене (на примере студентов педагогического вуза): Автореф. дис. докт. мед. наук. – Москва. – 1992. – 34 с.

Ганузин В.М., Чёрная Н.Л. Распространенность метеочувствительности и метеотропных реакций у студентов старших курсов. Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. 2015; 3: 28-31.