

**АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ
В ОБЛАСТИ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ
(обзор материалов XVIII Конгресса EUSUHM-2015)**

Храмцов П.И.

**ФГБУ «Научный центр здоровья детей» Министерства здравоохранения Российской Федерации,
Москва, Россия**

Контактная информация: Храмцов Петр Иванович. E-mail: pikhramtsov@gmail.com

**ACTUAL DIRECTIONS OF SCIENTIFIC RESEARCH IN THE FIELD
OF CHILDREN'S AND ADOLESCENTS' MENTAL HEALTH
(review of materials of the XVIII Congress EUSUHM-2015)**

P. Khramtsov

Scientific Center of Children's Health of the Ministry of Health of the Russian Federation, Moscow, Russia

Contact: Peter Khramtsov. E-mail: pikhramtsov@gmail.com

XVIII Конгресс Европейского союза школьной и университетской медицины и здоровья EUSUHM-2015 «Психологическое здоровье детей и подростков – общая ответственность» состоялся 4–5 июня 2015 в г. Таллинне. В работе Конгресса приняли участие более 250 участников из 17 стран Европы. В состав Российской делегации вошли 9 научных сотрудников НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «НЦЗД» Минздрава России.

Российскими учеными были представлены 9 докладов, из которых 2 доклада – на параллельных сессиях: Кучма В.Р., Соколова С.Б. «Основные направления агрессивного поведения и насилия среди Российских подростков»; Кучма В.Р., Соколова С.Б. «Модель организации медицинской помощи обучающимся в образовательных организациях» и 7 докладов – в постерных сессиях: Кучма В.Р., Скоблина Н.А. «Современные поведенческие факторы нарушения психического здоровья у школьников»; Сухарева Л.М., Рапопорт И.К., Чубаровский В.В., Соколова С.Б. «Выявление нарушений психического здоровья при скрининг-обследованиях школьников»; Поленова М.А. «Информационно-образовательные нагрузки и их влияние на здоровье школьников»; Гончарова Г.А., Надеждин Д.С. «К вопросу о профилактике нервно-психических отклонений в состоянии здоровья и развитии детей и подростков»; Степанов С.Ю., Соколова С.Б., Шепелева Е.А. и др. «Влияние стиля общения педагога на психоэмоциональное состояние школьников»;

Храмцов П.И. «Психологические эффекты инновационной образовательной системы обучения детей сидя и стоя»; Храмцов П.И., Седова А.С., Березина Н.О., Вятлева О.А. «Формирование мотивации к повышению двигательной активности у детей и подростков».

Материалы Европейского Конгресса обобщены и представлены в трех направлениях:

I – Проблемы и возможности в профилактике и ранней коррекции: физическая активность и психическое здоровье; роль питания в психическом благополучии; поведенческие риски (жестокое обращение, насилие, причинение вреда здоровью); влияние интернета и средств связи на психическое здоровье детей.

II – Качество и эффективность школьных служб охраны здоровья: методы и средства скрининг-оценки состояния психического здоровья; клиники, дружественные молодежи; поддержка и интеграция в общество детей с особыми потребностями; управление рисками здоровью при первичной медико-санитарной помощи.

III – Координация и сетевое взаимодействие для улучшения психического здоровья: взаимодействие с социальными институтами; ключ к успеху – социальное партнерство с родителями; взаимодействие в укреплении и сохранении здоровья детей; эффективность программ охраны психического здоровья в образовательных организациях.

Среди работ I направления следует выделить исследование V. Bilic-Kirinc соавторами (г. Осиек, Хорватия), в котором представлены результаты

опроса 1035 студентов 1-го курса 10-ти факультетов университета (706 девушек и 329 юношей) с использованием шкалы самооценки Ромберга, сокращенного варианта CES-D для оценки уровня депрессивного состояния и вопросов для установления частоты и вида физической активности. Установлено, что 84% студентов гуляют и 77% занимаются рекреационным спортом не менее 1 ч в день. Юноши достоверно более физически активны, чем девушки. 5% студентов не занимаются физическими упражнениями. Низкая самооценка связана с низким уровнем ФА. Связь между депрессией и ФА не установлена. Показано, что физические упражнения способствуют развитию позитивной самооценки и улучшают психическое здоровье. Продвижение программ ФА студентов должно быть использовано в качестве эффективного средства сохранения и укрепления общественного здоровья.

В исследовании А. Friman с соавт. (г. Турку, Финляндия) представлен проект «Меньше сидишь – лучше чувствуешь!», реализуемый с 2014 г. среди студентов и преподавателей университета. Актуальность проекта обусловлена широким распространением болевого синдрома в шее и пояснице, ожирением и связанным с ним заболеваниями. Все эти проблемы обусловлены «сидячим образом жизни». Проект предполагает информирование о рисках, связанных с длительным положением сидя, и ресурсах сокращения времени длительного сидения, в том числе во время лекции или работы. Преподаватели стали чаще давать возможность студентам постоять во время лекции. Разработан календарь, в котором каждый участник проекта отмечает продолжительность положения сидя в течение дня и возможные варианты замены положения сидя на стоя. Участники проекта отмечают, что сокращение времени в положении сидя улучшает самочувствие, уменьшает вес и облегчает боль в шее и пояснице.

Традиционно на Европейских Конгрессах обсуждаются проблемы, связанные с распространением избыточной массы тела и ожирения у детей и молодежи, и значением питания и ФА в их профилактике. Оценке роли питания в психическом благополучии посвящена работа Bilic-Kirin с соавт. (г. Осиек, Хорватия), в которой показано, что нормальные значения ВМІ имели 68,7% студентов 1 курса. У 10% студентов отмечен недостаток массы тела, у 15,7% – избыток и у

5,6% студентов – ожирение. Студенты с избытком массы тела (ИМТ) и ожирением имели достоверно более высокую самооценку, чем другие студенты. Питание студентов было удовлетворительным. 49% студентов регулярно завтракали и почти каждый день принимали горячую пищу. Только 1% студентов не завтракали и не употребляли горячей пищи ежедневно. Студенты с ИМТ и ожирением имели высокую самооценку. Депрессивные состояния достоверно чаще отмечались у девушек с ИМТ и ожирением, чем у юношей, что, вероятно, связано с повышенным артериальным давлением, а не с их внешним видом. Удивительно, но студенты с ИМТ и ожирением имели высокую самооценку, что не согласуется с литературными данными, в соответствии с которыми низкая самооценка в детском возрасте является одной из причин ожирения. Не выявлено связи между питанием, пищевым статусом студентов и их психическим здоровьем.

В исследовании же К. Ponomareva с соавт. (г. Таллинн, Эстония) показано, что у подростков 11–15 лет с ожирением выявляются различные психические расстройства, связанные с внешним видом, низкой самооценкой, выраженным стрессом, депрессией, эмоциональной травмой. В Эстонии количество девочек и мальчиков-подростков с ИМТ и ожирением постоянно растет: 12% и 7%, соответственно, в 2006 году и 17% и 11%, соответственно, в 2010 году. Распространенность ожирения имеет неравномерный характер: 1,5% в 2012 г., 8% – в 2013 г. и 2% – в 2014 г. Для снижения распространенности психических расстройств у подростков с ИМТ и ожирением разработано руководство для повышения компетенций медицинских сестер школ в сфере психического здоровья обучающихся.

Интересным представляются результаты обследования 81 здорового подростка 11–16 лет с целью исследования связи между конституцией тела, успеваемостью и индексом Alx, оценивающим степень эластичность артерий, которая определялась в работе осцилографическим методом на плечевой артерии. Ожирение в детстве рассматривается как причина раннего атеросклероза и в дальнейшем формирования кардио-васкулярных заболеваний. Установлено, что индекс Alx отрицательно коррелирует с ВМІ (ИМТ) между 15–22 кг/м², SDSBMI от 3 до 1 и окружностью талии 85 см вне зависимости

от пола с тенденцией к изменению корреляции на положительную. Школьная успеваемость не связана с конституцией. Отрицательная корреляция выявлена между успеваемостью и индексом Alx . Менее успешные в обучении дети имели высокий индекс Alx . У 4% подростков обнаружены очень высокие значения индекса. Все они имели средние или низкие показатели школьной успеваемости. Таким образом, установлено влияние конституции на состояние эластичности артериального русла. Высокие значения индекса Alx подтверждают повышенную жесткость стенок артерий у детей с низкой школьной успеваемостью.

Во II направлении представлены работы, посвященные исследованию школьной медицинской службы в оценке и контроле психического и соматического здоровья обучающихся. В работе В. Arrhenius (г. Хельсинки, Финляндия) указано, что, помимо профилактических осмотров, школьные врачи должны решать и другие проблемы, но это, как правило, не реально в связи с отсутствием ресурсов. В реальной практике 88% времени занимают плановые профилактические осмотры, остальное время – это контрольные осмотры, связанные с психическими расстройствами, а также с отклонениями здоровья, выявленными медицинскими сестрами. Из всех осмотренных детей 12% получили необходимую помощь, 7% детей были направлены на лабораторные исследования и 2 – на рентген. В 72% случаев проблемы были решены школьным врачом. Они были связаны с психическим здоровьем (28%), неврологическими расстройствами или трудностями в обучении (16%) и ожирением (18%).

Оптимизация организации школьного здравоохранения с помощью скрининг-программ отражает тематику нескольких докладов. Исследование К. Norrenbrouwers с соавт. (г. Левен, Бельгия) посвящено скрининг-оценке состояния зрения у детей в школах Фландрии, начиная с 2005 г. Разработанная компьютерная программа ориентирована на выявление амблиопии и нарушений цветового зрения. Тест для оценки остроты зрения возможно применять у детей не старше 8 лет. Представлены результаты обследований состояния зрения у детей 3-х и 4-х лет. По результатам обследования детей 3-х и 4-х лет к специалистам были направлены, соответственно, 7,8% и 2,5% детей. 8,6% детей 3-х лет и 0,6% детей 4-х лет рекомендовано пройти углубленное

обследование через 3–6 мес. Отмечается, применение скрининг-программы оказалось эффективным. Количество детей, направленных к специалистам в связи с нарушением остроты зрения, соответствовало прогнозам.

Вопрос об обоснованности проведения скрининг-обследований подростков с целью выявления идиопатического сколиоза ставится в работе J. Deurloo с соавт. (г. Лейден, Нидерланды). Проанализированы соответствующие литературные источники с 2000 г. по 2014 г. Указывается, что наиболее часто используемый тест для выявления сколиоза (наклон вперед) имеет специфичность 2,6% и чувствительность 56%, что не может быть использовано для принятия решения о терапевтическом или хирургическом лечении. Авторы делают вывод об отсутствии в настоящее время эффективной скрининг-программы для выявления идиопатического сколиоза у подростков.

О необходимости повышения роли медицинской сестры в школьном здравоохранении заявлено в работе М. Vulcke с соавт. (Бельгия, Нидерланды). Предлагается организовать специализацию медицинских сестер по проблемам психического здоровья обучающихся, в первую очередь, для выявления ранних признаков психоэмоционального неблагополучия, а также медицинских проблем, обуславливающих трудности в обучении. Формированию у школьных медицинских работников компетенций в сфере психического здоровья, как необходимого условия профилактики психических расстройств у детей и подростков в условиях образовательных организаций, посвящены работы К. Vukachev с соавт. (г. Куопио, Финляндия; г. Петрозаводск, Россия) и Е. Kaarasmaa с соавт. (г. Таллинн, Эстония).

На Конгрессе также обсуждались проблемы, связанные с профилактикой заболеваний полости рта, медико-профилактическим сопровождением инклюзивного образования, методами оценки и контроля факторов рискованного для здоровья поведения подростков.

По итогам работы Европейского Конгресса EUSUHM-2015 подготовлен сборник материалов, в котором представлены результаты научных исследований в сфере психического благополучия и психического здоровья детей и молодежи, позволяющие установить приоритетные направления дальнейших исследований в этой чрезвычайно актуальной и социально важной проблеме.