УДК: 615.214.22:378.180.6

ДЕЙСТВИЕ АНКСИОЛИТИЧЕСКИХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ

А.М. Исаева, 4 курс
А.А.Токтасын, 3 курс
школа «Общая медицина»
Казахский Национальный Медицинский Университет имени С.Д. Асфендиярова,
г. Алматы, Республика Казахстан
Научный руководитель: Т.А. Жумакова, доцент
Кафедра нормальной физиологии
e-mail: issayeva17@mail.ru , altin-ai1998@mail.ru

Сессия — это постоянное недосыпание, стресс, переживания и усталость. Конечно, при такой нагрузке ухудшаются работоспособность, концентрация и память. Обычно студенты просто стараются «пережить» этот период. Однако в последнее время европейские студенты чаще стали бороться с вышеперечисленными проблемами с помощью лекарственных средств. Мы говорим о ноотропах — психотропных средствах, которые принимают больные с синдромом дефицита внимания и нарушениями памяти. Как выяснилось, на здоровых людей они тоже действуют: улучшают концентрацию и память, а также повышают работоспособность. Транквилизаторы (анксиолитики) – группа психотропных средств, которые уменьшают или устраняют страх, тревогу, беспокойство, раздражительность, эмоциональную напряженность, т.е. оказывают антиневротическое действие. Механизмы действия анксиолитиков до сих пор до конца не раскрыты. Действие анксиолитиков проявляется за счет уменьшения возбудимости подкорковых областей головного мозга (лимбическая система, таламус, гипоталамус), ответственных за осуществление эмоциональных реакций, торможения взаимодействия этих структур с корой головного мозга, а также угнетения полисинаптических спинальных рефлексов. У молодого организма хорошо развита компенсаторная система, и по этой же причине студенты не обращают внимание на сигналы организма. Применение анксиолитиков без назначения врача будет иметь большой урон на здоровье. В последнее время ученые мира бьют тревогу насчет применения лекарственных средств из группы транквилизаторов, так как многие из них продатся без рецептуры.
Ключевые слова: Анксиолитики, психотропные вещетва, сессия, стресс, побочные действия.

ACTION OF ANXIOLYTIC MEDICINES ON THE ORGANISM OF STUDENTS

A. Issayeva, 4 year
A. Toktasyn, 3 year
Kazakh national medical university named after S.D. Asfendiyarov
Scientific adviser: Ph.D., associate professor T. Zhumakova
Kazakh national medical university named after S.D. Asfendiyarov , Department of Physiology
e-mail: issayeva17@mail.ru , altin-ai1998@mail.ru

A session is a constant lack of sleep, stress, feelings and fatigue. Of course, with such a load, performance, concentration and memory deteriorate. Usually, students simply try to "survive" this period. Recently, however, European students more often began to deal with the above problems with the help of drugs. We are talking about nootropics - psychotropic drugs that are taken by patients with attention deficit disorder and memory impairment. As it

turned out, they also act on healthy people: they improve concentration and memory, and also increase efficiency.
Tranquilizers (anxiolytics) - a group of psychotropic drugs that reduce or eliminate fear, anxiety, anxiety, irritability, emotional tension, i.e. have an antineurotic effect.
The mechanisms of action of anxiolytics are still not fully disclosed. The action of anxiolytics is manifested by reducing the excitability of the subcortical areas of the brain (limbic system, thalamus, hypothalamus) responsible for carrying out emotional reactions, inhibiting the interaction of these structures with the cerebral cortex, as well as suppressing polysynaptic spinal reflexes.
The young organism has a well-developed compensatory system, and for the same reason, students do not pay attention to the signals of the body. The use of anxiolytics without a doctor's prescription will have great damage to health. Recently, scientists of the world have been sounding the alarm about the use of drugs from the group of tranquilizers, as many of them will be sold without prescription.
Key words: anxiolytics, psychotropic substance, ssession, stress, side effects.

Актуальность. Сессия — это постоянное недосыпание, стресс, переживания и усталость. Конечно, при такой нагрузке ухудшаются работоспособность, концентрация и память. Обычно студенты просто стараются «пережить» этот период. Однако в последнее время европейские студенты чаще стали бороться с вышеперечисленными проблемами с помощью лекарственных средств. Мы говорим о ноотропах — психотропных средствах, которые принимают больные с синдромом дефицита внимания и нарушениями памяти. Как выяснилось, на здоровых людей они тоже действуют: улучшают концентрацию и память, а также повышают работоспособность. [1; 5; 6]

Транквилизаторы (анксиолитики) – группа психотропных средств, которые уменьшают или устраняют страх, тревогу, беспокойство, раздражительность, эмоциональную напряженность, т.е. оказывают антиневротическое действие. [3 ; 2; 4]

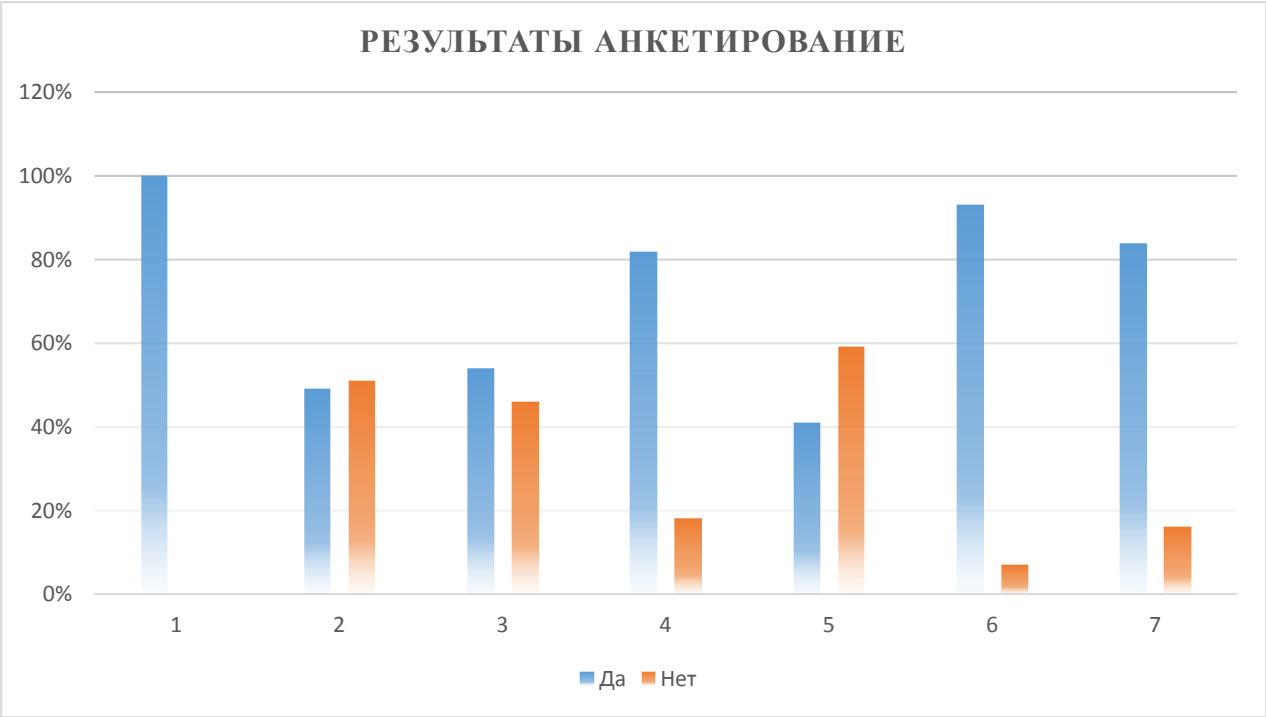
Цель исследования. Определить количество студентов, употребляющих анксиолитики во время сессии, и выявить побочные эффекты как субъективные, также и объективные.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось среди 89 студентов 4 курса школы «Общей медицины» КазНМУ, в возрасте от 19 до 24 лет. В начале студенты заполняли анкеты об употреблении анксиолитиков, затем проводился анализ исследования. С помощью сбора анамнеза, где сопутствующие жалобы были основным пунктом.

Результаты и обсуждения. Ниже мы излагаем вопросы по которым составили анонимное анкетирование.

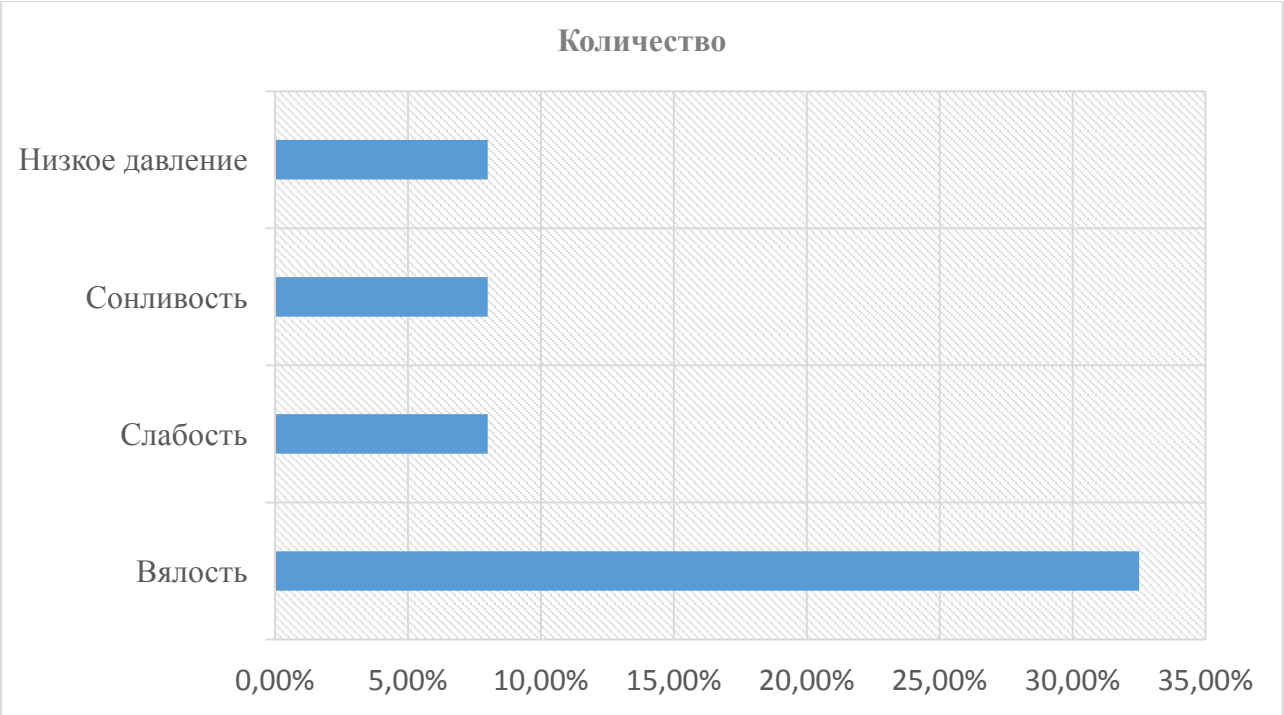
1	Испытывали ли вы волнение перед экзаменами?

2	За годы обучения в КазНМУ вы употребляли лекартсвенные средства из группы анксиолитиков?
	Далее идут вопросы для респондентов, которые ответили «да»
3	Вы принимали лекарственные средства в течении 3 лет?
4	Как вы думаете, есть ли помощь со стороны успокоительных препаратов?
5	Чувствовали ли вы побочные эффекты?
6	Вы начали принимать лекартсвенные средства по совету кого-либо?
7	Имеет ли для Вас значение цена лекарственных средств ?



По результатам анкетирования мы выяснили, что все 89 студентов, проходивших анкетирование, испытывали беспокойства. 49 % анкетируемых употребляют лекарственные средства из группы анксиолитиков, или же Успокоительных. 54 % респондентов начали принимать анксиолитики с 1 курса, в течении 3 лет. 81,8% ответили что препараты оказывают успокаивающее действие на нервную систему организма. Уровень тревожности снижался. 40,9% исследуемых жаловались на побочные эффекты. 8% студентов пожаловались на пониженииее Артериального давления. У 8% исследуемых была ярко выраженная сонливость.

Слабость была у 8% , а чувство вялости определили у 32,5%. У 12,3% анкетируемых негативные действия на организм не были выявлены.



93,1% начали принимать препараты по совету других людей. 84% ответили, что цена лекарственных средств имеет для них значение.

Среди студентов чаще всего применялся лекарственный препарат «Глицин» из группы средств, влияющих преимущественно на процессы тканевого обмена. Цена данного лекарственного средства варьируется от 150 тг до 200 тг в аптечной сети нашей Республики.

Вторым этапом исследования было определение изменений со стороны состояния самочувствия у студентов. У студентов 3 курса в этом году был ОСКЭ (Объективный структурированный клинический экзамен), который состоит из 2 этапов. Сам экзамен длился 11 дней с интервалами между тестированиями. Именно в этот период студенты употребляли анкслиолитики.

За множество функций организма отвечает парасимпатическая нервная система, которая работает в состоянии покоя. Однако важной является и деятельность симпатической нервной системы, которая активируется при стрессе. Современные люди все больше подвержены стрессам – это связано с ритмом жизни – многие из нас спешат, бегут, переживают по самым

разным поводам. Такая жизнь приводит к стрессам, снижению концентрации и умственной работоспособности, плохой памяти, ухудшению сна.

Одним из побочных эффектов анксиолитиков является замедление психической активности, что проявляется в снижении концентрации внимания (поэтому их не следует использовать при управлении транспортными средствами и в тех сферах деятельности, где нужна быстрая реакция). Кроме того, длительный прием этих препаратов вызывает привыкание (см. толерантность), проявляющееся в прекращении эффекта от привычной дозы. Повышение дозы до определенного предела допустимо, однако его превышение чревато значительными опасностями (отравления транквилизаторами - одна из наиболее частых причин госпитализации в реанимационные отделения токсикологических стационаров).

Те, которые отмечаются (легкое головокружение, головная боль, незначительная вялость и тошнота), выражены незначительно, не требовали снижения суточной дозы препарата или его отмены и проходили самостоятельно.

Седативные препараты издавна используются для лечения невротических расстройств. По сравнению с анксиолитиками они обладают менее выраженными успокаивающим и снотворным эффектами, в то же время и побочные эффекты у них выражены в значительно меньшей степени. Они усиливают действие снотворных препаратов, углубляя сон и облегчая его наступление. Зачастую достаточно принять седативный препарат, не прибегая к транквилизаторам. К седативным относятся прежде всего препараты растительного происхождения, на основе валерианы, пустырника, ландыша и других трав. Кроме того, седативным эффектом обладают бромиды (в просторечии - "бром"). Несмотря на наличие транквилизаторов, седативные средства продолжают пользоваться большим успехом у врачей и пациентов, так как лишены побочных эффектов, свойственных транквилизаторам (сонливость, заторможенность, расстройства координации движений), а также явлений психической и физической зависимости. Кроме того, все препараты этой группы, в отличие от транквилизаторов, отпускаются в аптеках без рецепта, и поэтому весьма доступны.

Еще одним отрицательным моментом при использовании данных ПС является проявление всех их свойств одновременно. Однако их гипноседативное, миорелаксирующее и амнестическое действия значительно снижают качество жизни пациентов, получающих лечение амбулаторно. Кроме того, по результатам исследований в лаборатории фармакологической генетики НИИ фармакологии РАМН под руководством академика РАМН, профессора С.Б. Середенина выявлено, что эффекты бензодиазепиновых транквилизаторов у каждого пациента реализуются по–разному. Это зависит от генетически детерминированного

индивидуального ответа на эмоционально–стрессовое воздействие, которое стимулирует одних людей и морально «парализует» других. [8]

Основными неблагоприятными эффектами почти всех седативных эффектов является толерантность и потенциальность злоупотребление. При постоянном применении у пациентов развивается зависимость ко многим из этих препаратов.

Также стоит отметить, что из-за побочных эффектов и потенциального риска развития зависимости анксиолитики должны применяться по назначению и под контролем врача. [7]

Вывод. Когда человек испытывает стресс, его нервная система подвергается огромному давлению со стороны стрессоров. Определенная группа людей используют успокоительные средства для снятия напряжения нервной системы. Группа успокоительных и снотворных лекарственных средств , отпускаемых из аптек без рецепта врача, представлена, в основном, «традиционными» препаратами на основе лекарственного растительного сырья.

У молодого организма хорошо развита компенсаторная система, и по этой же причине студенты не обращают внимание на сигналы организма. Применение анксиолитиков без назначения врача будет иметь большой урон на здоровье. В последнее время ученые мира бьют тревогу насчет применения лекарственных средств из группы транквилизаторов, так как многие из них продатся без рецептуры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Базылевич, Т.Ф. Дифференциальная психофизиология и психология: ключевые идеи: Монография / Т.Ф. Базылевич. - М.: ИНФРА-М, 2017.
2. Хэссет, Д. Введение в психофизиологию / Д. Хэссет. - М.: ЁЁ Медиа, 2018
3. Татьяна, Алейникова Возрастная психофизиология. Учебное пособие / Алейникова Татьяна. - М.: Феникс, 2017.
4. Фундаментальная и клиническая физиология. Учебник. Под ред. А.Г. Камкина, А.А. Каменского. М.: «Академия», 2004.
5. Нормальная физиология. Учебник для мед. вузов/ К.В. Судаков. – М. Мед. информ. агентство, 2006.
6. Нормальная физиология. Практикум. Под ред. К.В. Судакова. – М. Мед. информ. агентство, 2008.

7. URL: https://www.apteka.ua/article/422293 (дата обращения: 20.11.2018. Бондарчук И.В. Применение седативных и снотворных средств в европейской практике // Образова¬ние: Аптека . интернет-журн. 07.08.2017.
8. URL:https://www.rmj.ru/articles/psikhiatriya/Antidepressanty_i_anksiolitiki_preimuschestva_i_nedostatki/ (дата обращения: 20.11.2018. Булдакова Н.Г. Антидепрессанты и анксиолитики: преимущества и недостатки // Образова¬ние: Русский медицский журнал 23.10.2016.