

Спокойствием по панкреатиту

Тематика: **Здоровье и спорт**
Корпоративные новости

Дата публикации: 11.07.2022

г. Тольятти

Дата мероприятия / события: 11.07.2022

В магистратуре ТГУ развивают программы для здоровья

Учёные Тольяттинского государственного университета (ТГУ) завершили исследование по выявлению психологических причин нарушений пищевого поведения людей. Его результаты, в частности, могут помочь снизить частоту приступов хронического панкреатита у пациентов. Работа велась совместно с Тольяттинской городской клинической больницей № 5 (ГКБ № 5).

Исследование проводила **Мария Илич**, которая в этом году завершила обучение в Тольяттинском госуниверситете по магистерской программе «Психология здоровья». Научное руководство осуществляла кандидат психологических наук, доцент кафедры «Дошкольная педагогика, прикладная психология» Тольяттинского госуниверситета медицинский психолог **Татьяна Чапала**.

– Мы откликнулись на запрос врачей, которые отмечали у своих пациентов повышенную тревожность и искали способы нивелировать этот симптом, так как он негативно сказывался на течении заболевания, – говорит Татьяна Чапала. – Утром после обхода врачей Мария приходила в палату и проводила диагностику индивидуально с каждым пациентом, отвечала на вопросы. Кроме того, в больнице нам выделили помещение, где мы проводили информационно-лекционные встречи с пациентами и их родственниками. Рассказывали, что такое стресс и тревожность, как с ними справляться, как эти состояния влияют на течение заболевания, обучали техникам саморегуляции. Были тренинги по арт-терапии и медитативным техникам. Также в отделении были оформлены тематические информационные стенды.

Эмпирические данные по исследованию Мария Илич и Татьяна Чапала собирали в течение трёх месяцев. В работе приняли участие более 100 человек.

– Мы выявили триггерные точки в психологическом состоянии человека, которые могут усугубить заболевание. Это стресс и повышенная тревожность, обусловленные различными психосоциальными факторами. В таком состоянии пациенту, например, крайне сложно соблюдать предписанную врачами диету, он срывается, начинает «заедать» свой стресс и провоцирует тем самым новое обострение, – говорит Татьяна Чапала. – Но когда с помощью различных техник удаётся тревожность снизить, ослабить стресс, это приводит к тому, что в дальнейшем острые фазы болезни наступают реже. А при панкреатитах это крайне важно, потому что в критическом периоде болезни повышается вероятность летального исхода.

Итоги этой работы высоко оценили врачи гастроэнтерологического отделения ГКБ № 5, которые отметили у своих пациентов снижение психоэмоционального напряжения.

*– Заведующая отделением **Ирина Васильевна Фисечко** сказала, что результат замечательный и она хотела бы чаще видеть у себя психологов, проводящих такую работу с пациентами, – сказала Татьяна Чапала. – Она также отметила большой потенциал обучения пациентов саморегуляции. Этот навык способствует формированию здоровой привычки расслабляться, справляться со стрессом, который, как мы знаем, является одним из главных факторов, способных вызвать обострение хронических заболеваний.*

Важным элементом исследования стало привлечение к работе родных и близких пациентов.

– Острый приступ заболевания снимается медикаментозно в стационаре, но состояние человека после выписки из

больницы целиком и полностью зависит от него самого. Поэтому важно, чтобы дома больной не оставался один на один с условной тарелкой овсянки, пока его родственники едят копчёную колбасу, а находил поддержку и понимание близких. Формирование здоровых привычек в питании необходимо не только пациентам, но и тем, кто живёт с ним в одном доме, в одной среде, – отмечает Татьяна Чапала.

После завершения исследования студентка и её научный руководитель провели качественный и количественный анализ полученных данных и подготовили материал, который успешно прошёл экспертизу Комитета по биоэтике при Самарском государственном медицинском университете.

– Мы также представляли наше исследование на различных конференциях, посвящённых актуальным вопросам психологии и психического здоровья. Причём не только всероссийского, но и международного уровня – в частности, Мария выступала с докладами в Сербии и США. И всегда успешно, – говорит Татьяна Чапала.

Мария Илич – гражданка Сербии. Получив по окончании Университета Белграда диплом «Менеджер гастрономии» и поработав в различных компаниях общественного питания России и Казахстана, Мария поступила в магистратуру ТГУ на образовательную платформу дистанционного онлайн-обучения «Росдистант». Сейчас она готовится получить диплом магистранта ТГУ.

Несколько дней назад Мария Илич стала победителем Всероссийского конкурса научно-исследовательских студенческих статей по теме «Охрана психического здоровья: современные тенденции и перспективы». За статью «Исследование тревожности у пациентов с хроническим панкреатитом и родственников, посещающих больных во время лечения в стационаре» она была награждена дипломом первой степени, а Татьяна Чапала получила благодарность от организаторов конкурса – Союза охраны психического здоровья и журнала «Психическое здоровье».

Эксперты высоко оценили актуальность и научную новизну описанных в статье результатов исследования, обоснованность сделанных выводов, теоретическую значимость и прикладную ценность материала.

Статья будет опубликована в журнале «Психическое здоровье», который включён в перечень журналов ВАК при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации. Также Мария Илич и Татьяна Чапала получили приглашение выступить с докладом на I Всероссийской студенческой научно-практической конференции «Охрана психического здоровья: современные тенденции и перспективы». Она пройдёт 6 октября 2022 года в Москве и будет приурочена ко Всемирному дню психического здоровья.

Вице-президент Союза психического здоровья **Ольга Пазына** отметила, что организация внимательно следит за работами, которые ведут в ТГУ на тему психического здоровья, и выразила надежду, что студенты продолжат исследование. Программы по здоровому образу жизни нужно развивать, и у нас такие программы есть.

В частности, в ТГУ разработана программа «Здоровая жизнь, здоровые привычки». Она рассчитана на детей дошкольного возраста, школьников и взрослых.

– У нас большой охват, и для каждой возрастной категории свои особенности. Надеюсь, что исследования, начатые Марией Илич, смогут продолжить будущие психологи, которые решат обучаться в магистратуре ТГУ, – говорит Татьяна Чапала. – Я уверена, что этот очень перспективный альянс медиков, психологов и педагогов можно реализовать на базе Тольяттинского госуниверситета.

Напомним, что у тех, кто решит в этом году поступить в магистратуру, появилось значительно больше шансов обучиться за счёт государства: Тольяттинский государственный университет получил 60 дополнительных бюджетных мест. Всего для магистрантов 2022/2023 учебного года в ТГУ предусмотрено 329 бюджетных мест.