

В Диссертационный Совет 21.2.058.12  
на базе ФГАОУ ВО «Российский  
национальный исследовательский  
медицинский университет имени Н.И.  
Пирогова» Минздрава РФ  
117997, г. Москва, ул. Островитянова,  
д. 1.

## **ОТЗЫВ**

**доктора медицинских наук Чиркова Алексея Модестовича**

**на автореферат диссертационной работы**

**Ольги Владимировны Иевлевой**

**«Оценка риска использования мобильных электронных устройств  
для здоровья студентов»**

**на соискание ученой степени кандидата медицинских наук**

Патофизиология использования информационнокоммуникационных технологий (ИКТ) и, особенно, роли мобильных электронных устройств (МЭУ) в снижении здоровья и здорового образа (ЗОЖ) остаются во многом не изученными. Однако в многочисленных исследованиях показано, что использование компьютеров и других электронных устройств приводит к различным нарушениям состояния центральной нервной и сердечнососудистой систем, иммунитета и костно-мышечного статуса, репродуктивных функций у мужчин и женщин, снижению устойчивости к стрессовым факторам и другим патологическим последствиям. Их патопсихические и, в целом, патофизиологические, механизмы до конца не раскрыты.

В первую очередь следует отметить, что для снижения рисков от воздействия МЭУ на здоровье обучающихся необходимыми являются не только изучение влияния электронных устройств в развитии заболеваний глаза, в том числе и компьютерно-зрительного синдрома (КЗС), но и разработка профилактических мероприятий, предусматривающих снижение стрессовых нагрузок МЭУ. Сегодня практически отсутствуют исследования, посвященные изучению влияния ряда технических характеристик МЭУ на здоровье обучающихся студентов, в том числе, и студентов медиков.

В этой связи, комплексное междисциплинарное исследование Ольги Владимировны Иевлевой, посвященное раскрытию рисков для здоровья студентов от использования МЭУ для научного патофизиологического обоснования технологии их гигиенического воспитания, представляется крайне актуальным в разрешении важнейшей проблемы аддиктологии и профилактики патопсихологических состояний.

Автором использованы принципы научной методологии, достаточный объем выборки (518 студентов) и современные гигиенические, в том числе, инструментальные, клинические, социологические и статистические методы исследования, что позволило получить достоверные данные и на их основе

сделать обоснованные выводы. В исследовании дана медицинская (гигиеническая) оценка технических характеристик МЭУ, режима и цели их использования студентами в досуговой деятельности, установлены риски для здоровья студентов и формирования интернет-зависимости от использования социальных сетей в досуговой деятельности. Раскрыты индикаторы приверженности студентов-медиков принципам ЭОЖ в части безопасного использования МЭУ и обоснована технология их гигиенического воспитания и оценена ее эффективность.

О.В. Иевлевой получен ряд приоритетных и важных данных в области особенностей используемых МЭУ для целей досуга и обучения. Впервые установлены причинно-следственные связи между возникновением КЗС у студентов и не выполнением гимнастики для глаз во время перерывов в работе с МЭУ. Показано, что более 60,0% «Экранного времени» работы со смартфоном и более 50,0% «Экранного времени» работы с планшетом у студентов приходится на использование социальных сетей для целей досуга. Причем, средняя дневная продолжительность «Экранного времени использования социальных сетей» посредством смартфона составляет  $208,6 \pm 15,0$  минут, посредством планшета –  $146,1 \pm 18,0$  минут и т.д. Раскрыта взаимосвязь между временем использования социальных сетей студентами-медиками и формированием у них интернет-зависимости, возникающей у них при использовании социальные сети более двух часов в день.

Теоретическая значимость исследования О.В. Иевлевой состоит в расширении патофизиологических механизмов формирования интернет-зависимости. Раскрыта отрицательная связь между двигательной активностью студентов, являющейся компонентом ЗОЖ и средним дневным суммарным временем использования МЭУ. Выявлены особенности режима и условий работы студентов с МЭУ, влияющие на возникновение КЗС. Автором показано, что рациональное использование студентами МЭУ в современных условиях жизнедеятельности можно рассматривать как один из важнейших компонентов ЗОЖ и включает регулирование яркости экрана смартфона на уровне не менее 60,0% и ограничение времени использования социальных сетей в досуговой деятельности не более двух часов в день.

Практическая значимость исследования заключается в выявлении индикаторов, позволяющих выделить группу студентов, нарушающих принципы безопасного использования мобильных электронных устройств и разработки чек-листов по различным направлениям профилактики нарушения здоровья, способствующие формированию полезной привычки в части безопасного использования МЭУ и принципов ведения ЗОЖ. Автором создана и научно обоснована технология гигиенического воспитания студентов медиков «Чек-листы – трекеры привычек» и апробировано ее введение в рабочую программу дисциплины «Гигиена».

Результаты исследования О.В. Иевлевой внедрены в практическую деятельность ГБУЗ ЯНАО «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» и МБОУ Тучковская средняя общеобразовательная школа

№1, а также ГБУЗ МО «Жуковская городская клиническая больница»; Автором получены Свидетельства о государственной регистрации целого ряда данных «Изучение использования электронных устройств медицинскими работниками (врачами, фельдшерами и медицинскими сестрами) и анализ их влияния на образ жизни и состояние здоровья», «Изучение риска использования мобильных электронных устройств студентами медицинских вузов и влияния на их образ жизни и состояние здоровья» и других.

Автором также представлены практические рекомендации для своевременной диагностики КЗС, интернет-зависимости и их профилактики.

Учитывая большой личный вклад, актуальность комплексного междисциплинарного исследования, большую теоретическую и практическую значимость в раскрытии роли МЭУ в патогенезе КЗС, интернет-зависимости и их профилактики, можно заключить о полном соответствии диссертационной работы О.В. Иевлевой всем требованиям ВАК России.



**Профессор кафедры юридической  
психологии и педагогики ВИПЭ  
ФСИН России, доктор медицинских наук**  
08. 12. 2023 г.

**А. М. Чирков**

**Чирков Алексей Модестович, доктор медицинских наук, профессор  
кафедры юридической психологии и педагогики ВИПЭ ФСИН России,  
Российская Федерация, 160002, г.Влогда, ул. Щетинина, д.2, E-mail:  
chirart@yandex.ru, ORCID: 0000-0003-2256-9858**

**Федеральное казенное образовательное учреждение высшего  
образования «Вологодский институт права и экономики Федеральной  
службы исполнения наказаний» (ВИПЭ ФСИН России). Официальный  
сайт института: [vipe.fsin.gov.ru](http://vipe.fsin.gov.ru). Адрес электронной почты:  
[vipe@35.fsin.gov.ru](mailto:vipe@35.fsin.gov.ru), телефон дежурной части: (8172) 53-01-03; Факс:  
(8172) 53-01-73. Тел. автора отзыва: 8 911 503 76 04.**