

3-S Student Study: Stress, Strain, Stressreactivity among Medical Students

Hintergrund

Das Medizinstudium wird häufig mit einem hohen Leistungsdruck sowie hohen sozialen und emotionalen Anforderungen in Verbindung gebracht. Dies kann zu einer erhöhten Stressbelastung der Medizinstudierenden führen und damit einhergehend zu gesundheitsrelevanten Konsequenzen. Akute Reaktionen auf Stresssituationen umfassen unter anderem kurzfristig erhöhte Kortisol-, Herzfrequenz- und Blutdruckwerte sowie geringere Herzratenvariabilität. Dabei wird angenommen, dass wiederholte Stresssituationen bzw. chronischer Stress langfristig zu dauerhaften Veränderungen im autonomen Nervensystem, in der Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse und im Immunsystem und damit zu kardiovaskulären Erkrankungen führen können. Bisher kaum bekannt ist jedoch, welche Stressoren im Medizinstudium welche Stressreaktionen hervorrufen und damit langfristig das Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen erhöhen.

Ziele

Das Ziel der 3-S Student Study ist es, tägliche Stressoren bei Medizinstudierenden zu erfassen und Zusammenhänge zu direkt messbaren emotionalen und physiologischen Stressreaktionen zu identifizieren. Dabei soll auch der Einfluss weiterer individueller Faktoren auf diese Zusammenhänge erforscht werden (z.B. Stressreaktivität, Schlaf, Sport).

Methoden

Es handelt sich um eine prospektive Beobachtungsstudie mit experimentellem Anteil, bei der sowohl ein ambulantes Assessment (EMA-Ecological Momentary Assessment), eine Fragebogenerhebung und experimentelle Stresstests mit Medizinstudierenden durchgeführt werden.

Förderer Eigenmittel

Laufzeit 1.11.2019 – 30.06.2021

Mitarbeiter Jeannette Weber (PI), Jennifer Apolinario-Hagen, Meike Heming, Peter Angerer

Publikationen

Heming M, Angerer P, Apolinário-Hagen J, Nater UM, Skoluda N, Weber J. The association between study conditions and hair cortisol in medical students in Germany - a cross-sectional study. J Occup Med Toxicol. 2023; 18(1):7. doi: 10.1186/s12995-023-00373-7