

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
Харківський національний медичний університет



ПРОФІЛАКТИЧНА МЕДИЦИНА УКРАЇНИ: ПРОБЛЕМИ ТА СПОСОБИ ЇХ ВИРІШЕННЯ

Матеріали науково-практичної конференції,
присвяченої 150-річному ювілею кафедри гігієни та екології № 1
Харківського національного медичного університету

м. Харків, 16 жовтня 2023 року

Харків
ХНМУ
2023

Сергета І.В., Стоян Н.В., Браткова О.Ю., Ваколюк Л.М.,
Краснова Л.І., Дударенко О.Б., Шевчук Т.В.,
Редчіц М.А., Дреженкова І.Л., Тисевич Т.В.
Вінницький національний медичний університет
ім. М.І. Пирогова, м. Вінниця

**«ПСИХОГІГІЕНА ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ГІГІЄНИ» – ІННОВАЦІЙНА ДИСЦИПЛІНА
У ПІДГОТОВЦІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ
З ГАЛУЗІ ЗНАНЬ «ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я»**

Ключові слова: психогігієна, університетська гігієна, навчальна дисципліна, здобувачі освіти, охорона здоров'я.

Вступ. Як головну мету викладання навчальної дисципліни: «Психогігієна та актуальні проблеми університетської гігієни», що розроблена на підставі даних, отриманих впродовж багаторічних досліджень, проведених фахівцями Вінницького національного медичного університету ім. М. І. Пирогова, і запроваджена у закладі вищої освіти до структури ряду освітньо-професійних та освітньо-наукових програм галузі знань «Охорона здоров'я», слід відзначити всебічний розвиток у майбутнього лікаря гігієнічного мислення, умінь здійснення комплексної оцінки факторів навколишнього середовища і соціальних умов життя та набуття знань щодо визначення наслідків їх негативного впливу на психічне здоров'я людини та здоров'я осіб, які навчаються в умовах сучасних освітніх установ, розроблення на цій підставі заходів, спрямованих на збереження і зміцнення психічного здоров'я, запровадження здоров'язберігаючих технологій для створення превентивного освітнього простору в закладах вищої освіти тощо [3–12].

Мета та завдання дослідження. Метою дослідження було розроблення на підставі даних, отриманих протягом багаторічних досліджень, навчальної дисципліни: «Психогігієна та актуальні проблеми університетської гігієни» та запровадження її пріоритетних положень у структуру ряду освітньо-професійних та освітньо-наукових програм галузі знань «Охорона здоров'я».

Матеріали та методи дослідження. Дослідження проводились на базі Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова на підставі використання гігієнічних, медико-соціологічних, психодіагностичних, психофізіологічних методів та методів статистичного аналізу.

Результати та їх обговорення. Метою психогігієни як невід'ємної галузі сучасної гігієни є вивчення стану психічного здоров'я людини, його динамічних змін у зв'язку з дією на організм природних, виробничих і соціально-побутових чинників та розроблення, на цій підставі, науково-обґрунтованих заходів щодо активного впливу на людський організм та середовище його перебування для створення найбільш сприятливих умов для збереження психічного і, що надзвичайно важливо, загальносоматичного здоров'я [1–4, 7, 11].

Саме тому у сфері психогігієни на сучасному етапі розвитку медичної науки знаходяться такі проблеми, як: аналіз психічного здоров'я населення різного віку; визначення віково-статевих стандартів розвитку психофізіологічних функцій та особливостей особистості; вивчення характеру впливу чинників середовища на організм та їх нормування з урахуванням динамічних зрушень з боку показників функціонального стану організму; розроблення методології оцінки психічного здоров'я; наукове обґрунтування ефективних профілактичних заходів психогігієнічного змісту, спрямованих на запобігання зрушень у нервово-психічному стані [1, 4, 7].

У цьому контексті важливо підкреслити той факт, що психічне здоров'я людини має характеризуватися не лише відсутністю виражених психічних розладів, але й певним резервом сил, який дозволяє подолати несподівані стреси, стійкою рівновагою між організмом та довкіллям тощо. Отже, визначальними рисами психічного здоров'я людини є не тільки відсутність психічних захворювань, але й певний адаптований до умов середовища психічний розвиток, сприятливий функціональний стан організму і, передусім, вищої нервової діяльності [4, 7, 10, 12].

Крім того як основні завдання вивчення зазначеної навчальної дисципліни слід відзначити: вивчення природних та антропогенних чинників довкілля та соціальних умов життя, що справляють негативний вплив на здоров'я осіб, які навчаються в умовах закладів вищої освіти, наукове обґрунтування і розробка гігієнічних нормативів, правил та заходів, що сприяють максимальному використанню чинників навколишнього середовища, які позитивно впливають на організм людини в освітніх установах, запровадження розроблених психогігієнічних рекомендацій у практику охорони здоров'я та освіти.

Програма навчальної дисципліни «Психогігієна та актуальні проблеми університетської гігієни», складена згідно із порядком підготовки здобувачів другого і третього рівнів освіти у медичних закладах вищої освіти відповідно до вимог кредитно-трансферної системи організації навчального процесу, примірною навчальною програмою підготовки здобувачів вищої освіти галузі знань «Охорона здоров'я» Дисципліна є вибіркоким компонентом цілого ряду освітньо-професійних і освітньо-наукових програм та розрахована на 2 кредити. Здобувачі освіти засвоюють її основи протягом відповідно 6 семестру на 3 році навчання або впродовж 1 року навчання в аспірантурі. Головним предметним напрямком програми є вивчення закономірностей впливу середовища перебування на психічне здоров'я людини, отримання знань про психічне здоров'я людини як явище, психічний розвиток особистості та його детермінанти.

Досвід викладання навчальної дисципліни: «Психогігієна та актуальні проблеми університетської гігієни» у практиці сучасної медичної вищої школи переконливо доводить необхідність подальшого його поширення і на інші галузі знань, передусім у контексті того явища, що всі вони потребують поглибленої навчальної підготовки і, отже, мають передбачати запровадження заходів профілактичного змісту, у центрі яких перебувають питання збереження психічного здоров'я студентства.

Висновки. В ході проведених досліджень на підставі даних, отриманих протягом багаторічних досліджень, проведених фахівцями закладу вищої освіти, розроблена та впроваджена як структурний компонент ряду освітньо-професійних та освітньо-наукових програм у навчальний процес підготовки здобувачів освіти «Охорона здоров'я» навчальна дисципліна «Психогігієна та актуальні проблеми університетської гігієни».

Перелік використаних джерел

1. Лісовий В.М., Коробчанський В.О. Медицина граничних станів: 30-річний досвід психогігієнічних досліджень / О.С. Богачева, І.О. Васильченко, О.В. Веремієнко та ін. Одеса: Прес-кур'єр, 2016. 520 с.

2. Мороз В.М., Макаров С.Ю., Серебреннікова О.А., Сергета І.В. Навчальний стрес та психофізіологічні критерії оцінки адаптаційних можливостей організму студентів закладів вищої медичної освіти. Вінниця : ТОВ «ТВОРИ», 2020. 184 с.

3. Мороз В.М., Серебреннікова О.А., Сергета І.В., Стоян Н.В. Психофізіологічні та психогігієнічні основи ефективного використання здоров'язберігаючих технологій у закладах вищої освіти Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 2021. 208 с.

4. Полька Н.С., Сергета І.В. Актуальні проблеми психогігієни дітей і підлітків: шляхи та перспективи їх вирішення (огляд літератури і власних досліджень). *Журнал НАМН України*. 2012. Т. 18, № 2. С. 223–236.

5. Сергета І.В., Панчук О.Ю., Стоян Н.В., Дреженкова І.Л., Макаров С.Ю. Університетська гігієна у контексті імплементації «Закону про вищу освіту»: фізіолого-гігієнічні основи, реалії та шляхи розвитку. *Довкілля та здоров'я*. 2016. № 4 (80). С. 46–52.

6. Сергета І.В., Серебреннікова О.А., Стоян Н.В., Дреженкова І.Л., Макарова О.І. Психогігієнічні принципи використання здоров'язберігаючих технологій у сучасних закладах вищої освіти. *Довкілля та здоров'я*. 2022. № 2 (103). С. 32–41.

7. Сергета І.В., Панчук О.Ю., Стоян Н.В., Дреженкова І.Л., Макаров С.Ю. Університетська гігієна у контексті імплементації «Закону про вищу освіту»: фізіолого-гігієнічні основи, реалії та шляхи розвитку. *Довкілля та здоров'я*. 2016. № 4 (80). С. 46–52.

8. Сергета І.В., Бардов В.Г., Дреженкова І.Л., Панчук О.Ю. Гігієнічні нормативи рухової активності студентів закладів вищої медичної освіти та шляхи її оптимізації. Вінниця : ТОВ «ТВОРИ», 2020. 184 с.

9. Сергета І.В., Панчук О.Ю., Яворовський О.П. Гігієнічна діагностика професійної придатності студентів закладів медичної освіти (на прикладі стоматологічних спеціальностей). Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 2020. 348 с.

10. Сергета І.В., Серебреннікова О.А., Стоян Н.В., Дреженкова І.Л., Макарова О.І. Психогігієнічні принципи використання здоров'язберігаючих технологій у сучасних закладах вищої освіти. *Довкілля та здоров'я*. 2022. № 2 (103). С. 32–41.

11. Сердюк А.М., Полька Н.С., Сергета І.В. Психогігієна дітей и подростков, страдаючих хроніческими соматическими захворюваннями. Вінниця: Нова книга, 2012. 336 с.

12. Тимошук О.В., Полька Н.С., Сергета І.В. Наукові основи комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей сучасної учнівської і студентської молоді. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 2020. 272 с.

Супрун Т.І., Дякова О.В., Процюк Л.О.
Вінницький національний медичний університет
ім. М.І. Пирогова, м. Вінниця

ГІГІЄНІЧНА ОЦІНКА ВПЛИВУ ЕЛЕКТРОННИХ СИГАРЕТ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Ключові слова: «електронна сигарета», «сигарета», «тютюнопаління», «нікотинова залежність», «IQOS», «нікотин», «тютюн».

Вступ: За статистикою ВООЗ, у світі налічується понад мільярд курців, приблизно 7 мільйонів із яких щорічно вмирають через наслідки тютюнопаління. Сучасні електронні сигарети часто використовують для того, аби поступово кинути палити. Виробники цих девайсів відзначають значні переваги в порівнянні з палінням звичайних сигарет та пропонують їх як альтернативу стандартному курінню, адже, за їхніми словами, значно знижується канцерогенний вплив. Особливо електронні сигарети популярні серед підлітків (у США – 25,7 % учнів середньої та старшої школи використовували такі пристрої, у Британії – 12,6 %, а в Канаді цей показник становив 17 % в 2019 році).

Мета та завдання дослідження: на підставі вивчення й аналізу сучасних наукових літературних джерел описати механізм дії електронних сигарет IQOS, з'ясувати їхній вплив на здоров'я людей, порівняти цей вплив із впливом звичайних сигарет.

Матеріали та методи дослідження: аналіз наукових публікацій і результатів досліджень авторитетних учених із використанням таких джерел як PubMed, NCBI, BMC та Sage Journals.

Результати та їх обговорення: Згідно з інформацією на офіційному сайті IQOS, їхні електронні девайси виділяють на 95 % менше небезпечних сполук, ніж традиційні сигарети. Механізм дії цих електронних сигарет полягає у випаровуванні рідини, яка знаходиться в картриджі, за допомогою нагрівального елементу. Живлення енергією забезпечується за допомогою акумулятора. Значною перевагою виділяють значно меншу температуру нагрівання тютюну (до 350 °C) без його підпалювання. Як наслідок, без горіння тютюну утворюється аерозоль, який за запахом нагадує куріння традиційної сигарети. Утворений аерозоль не містить таких канцерогенних сполук, як смоли, а також містить на 98 % менше СО. Проте, цей аерозоль усе ще містить нікотин, що викликає сильну залежність і впливає на розвиток організму.