

безкоштовне забезпечення деяких мінімальних потреб тяжкохворих – отримання необхідних ліків і елементарного догляду – або перепрофілювання та комерціалізація закладів такого виду допомоги, що супроводжуватиметься значним підвищенням вартості, але також і якості допомоги. При цьому варіанті певна кількість потребуючих не зможе отримувати бодай мінімальних послуг. В умовах складного економічного стану та військового вторгнення Російської Федерації в Україну більшість громадян України, особливо старечого віку та люди з інвалідністю, не зможуть отримувати платні, хоча й якісніші послуги з догляду. Як результат – те, що в медичній звітності та іншій документації України називається “паліативна та хоспісна допомога (або догляд)” власне не є таким, оскільки не відповідає міжнародним стандартам і визначенням.

Отже, сьогодні ні система охорони здоров'я, ані система соціального захисту України не можуть забезпечити ПХД відповідно до міжнародних стандартів. Фахівці (у першу чергу медичні працівники), керуючись насамперед етичними принципами гуманності, змушені свідомо знижувати стандарт і якість послуг, щоб надати допомогу більшій кількості потребуючих. Більшість громадян України не мають доступу до адекватної комплексної паліативної і хоспісної допомоги. Маємо надію, що після закінчення війни проблемі комплексної паліативної та хоспісної допомоги буде приділятися достатня увага.

## **ХРОНІЧНИЙ СТРЕС. РЕАЛІЇ СЬОГОДЕННЯ**

Годлевська Н. А.

Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова.  
Вінниця, Україна

Тема хронічного стресу і стану тривожності є нині найбільш актуальною протягом періоду війни в Україні. Військові дії, які відбуваються в Україні, негативно впливають не тільки на психоемоційний стан жіночого населення, але й на фізичний стан. Це пов'язано зі зміною місця проживання на окупованих територіях та місцях, де перебувати небезпечно. Велика кількість жінок має своїх батьків, родичів, чоловіків, які залишилися і не покинули свої домівки та ведуть боротьбу з ворогом. Постійна інформація з телебачення про війну, сирени, новини про загибель та поранення людей – все це негативно впливає на жіноче населення нашої країни, в тому числі й на молодь – студентство.

Багато молоді змушене було змінити місце проживання і виїхати в інші області та місця, велика кількість перебуває за кордоном. Усе це спонукало нас дослідити, які зміни відбуваються

в репродуктивній системі, та допомогти налагодити стан здоров'я у таких осіб.

Нами було проведено опитування та анкетування 2 груп жінок віком від 18 до 26 років серед студентства. У першу групу увійшли жінки контрольної групи, які не отримували ніякої підтримки психологічного та медикаментозного характеру. До другої групи увійшли ті жінки, які мали медикаментозну та психологічну підтримку. До медикаментозної підтримки було рекомендовано отримувати седативні препарати типу седасен, персен, валеріана та препарати магнію (Метіда) з добовою дозою 30 мг. Психологічна підтримка враховувалась тоді, коли жінка мешкала з членами своєї родини після зміни місця проживання внаслідок війни. Тих, які були одноосібно, наодинці, вважали без психологічної підтримки (в тому числі перебування за кордоном без членів родини).

При дослідженні нами вивчались особливості менструального циклу (тривалість, кількість, регулярність), наявність захворювань жіночої статеві системи, характер харчування, умови проживання з початку війни.

Після проведеного анкетування нами було виявлено кращі показники та результати у жінок 2 групи, які отримали рекомендації та корекцію лікування. Так, за даними анкет ці жінки відзначали нормалізацію менструального циклу після прийому препаратів магнію та седативної групи. Було відмічено покращення сну та зменшення тривожних станів, покращилась ефективність навчання і засвоєння матеріалів, з'явилося бажання вчитися далі, нормалізувався характер харчування (з'явився апетит і бажання їсти – або, навпаки, зменшився патологічний прийом їжі у великій кількості на фоні стресу).

На відміну від контрольної групи, явно були відмічені позитивні зміни в стані жінок – загальному стані та окремих системах, що свідчить про необхідність надавати рекомендації всьому жіночому населенню України щодо прийому препаратів седативної дії та магнійвмісних препаратів постійно тривало протягом періоду, поки йде війна на нашій Україні. Стан стресу, особливо хронічного стресу, призводить до психосоматичних змін, тому використання профілактичних засобів є необхідним весь час, поки триває війна.