

ріальну гіпертонію [4].

Стійкість серцево-судинних функцій до емоційного стресу в значній мірі визначається генетичними механізмами, станом центральної нервової системи та низкою інших факторів [5].

В останні роки досягнення медицини значно зросли, стала досконалішою апаратура, яка полегшує діагностику серцево-судинних захворювань, поглиблює розуміння причин виникнення цих хвороб, що сприяє профілактиці та своєчасному лікуванню.

Тому в наш час основні зусилля лікарів, валеологів, гігієністів спрямовані на попередження захворювань серцево-судинної системи, їх профілактика — фізична культура, відповідальне відношення людини до свого здоров'я тощо. Це поняття включає такі категорії як фізична активність, збереження нормальної маси тіла, зменшення ступеня емоційної напруги, ліквідації вогнищ хронічної інфекції, здоровий спосіб життя [1].

Але збереження здоров'я неможливе без знань з анатомії і фізіології організму, оскільки вони створюють наукову базу розуміння причин виникнення захворювань, а відповідно і методів лікування та профілактики.

Пропаганда з шкільного віку здорового способу життя та обізнаність у анатомо-фізіологічних особливостях власного організму дасть позитивний результат — отримання здорового населення країни.

Література

1. Александров А.А. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний в молодом возрасте. — М.: Медицина, 1987. — 80 с.
2. Апанасенко Г.Л. Здоров'я, яке ми вибираємо — К.: Здоров'я, 1989. — 48 с.
3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности — М.: Медицина, 1966. — 349 с.
4. Здоровое сердце — с детства //Кардиология 80-х годов. — В лабораториях и клиниках /подг. В.Н. Шапоров.
5. Ульяновский Л.С. Физиологические основы профилактики нарушения сердечной деятельности при эмоциональном стрессе //Физиологический журнал СССР. — 1990. — №10. — С. 1273-1279.

"...ПРИРОДА — ЄДИНА КНИГА, ЗМІСТ ЯКОЇ ЗНАЧИМИЙ НА ВСІХ ЇЇ СТОРІНКАХ"

Іщенко Т.С.

Полтавський державний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Збереження і раціональне використання природи на сучасному етапі — є необхідним завданням людства. Біорізноманіття є складовим компонентом природи і відображає її суть.

Однією з головних проблем сучасності є регіональне дослідження природних ресурсів. У цьому відношенні велике значення має виявлення корисних рослин, пошук перспективних рослин для використання в народному господарстві, введення їх у культуру та застосування як селекційного матеріалу.

На флору міст має посилений вплив синантропізація рослинного

покриву. Негативна дія цього процесу в господарському відношенні проявляється в зменшенні біологічної продуктивності синантропізованого рослинного покриву, посиленої ролі бур'янів, збіднення генофонду аборигенних видів та ін [1].

Специфічність флори міста дозволила виділити 6 груп господарських рослин в умовах урбанізованого середовища: алергени, медоносні, декоративні, бур'яни, отруйні та харчові. Багато рослин, маючи комплекс корисних ознак, вважаються бур'янами і знищуються, в той час як дослідники закликають охороняти своєрідність флори міських екотопів [3].

Питання охорони рослинного світу набуває особливої актуальності в наш час. Природна флора і рослинність, в тому числі рідкісні види, охороняються переважно на території заказників та заповідних урочищ, рідше — пам'яток природи.

Згідно з типовим положенням про створення природно-заповідних територій державні заказники в першу чергу створюються на ділянках в місцях зростання рідкісних рослин, занесених до Червоної книги України та видів, яким загрожує зникнення. Заповідний режим на території заказників передбачає обмеження або заборону таких видів господарської діяльності, як розорювання земель, випас, викошування, певних видів лісокористування, забудову, меліоративні роботи, використання отрутохімікатів, рибацтво та мисливство, видобуток корисних копалин [2].

Сучасна оптимізована природно-заповідна мережа забезпечує охорону всіх рідкісних рослин, виявлених на певній території. Подальші соціологічні дослідження сприятимуть збереженню генофонду раритетів України. Адже тільки за умови охорони всієї популяційної різноманітності й багатства всередині природного виду можливо дійсно повноцінне в біологічному та еволюційному відношенні збереження всього багатства генофонду.

Література

1. Дендрофлора України. Дикорослі та культивовані дерева та кущі. Голонасінні: Довідник / За ред. М.А. Кохно, С.І. Кузнецова. — К.: Вища школа., 2001.
2. Кучерявий В.П. Екологія. — Львів: Світ, 2001.
3. Мінарченко В.М., Тимченко І.А. Атлас лікарських рослин України (хорологія, ресурси та охорона). — К.: Фітосоціоцентр, 2002.

ЗАГАЛЬНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ ГОСПОДАРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ НА СТАН НАВКОЛИШНЬОГО ПРИРОДНОГО СЕРЕДОВИЩА

Іщенко В.І., Іщенко Т.С.

Полтавський державний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Проблема захисту навколишнього середовища є однією з найважливіших завдань сучасності. Викиди промислових підприємств, енергетичних систем, сільського господарства і транспорту в атмосферу, водойми та ґрунти на сьогоднішньому етапі розвитку досягли таких масш-