

залежно від способу життя по 5 факторам здоров'я. Виявилось, що дотримання чотирьох здорових правил скорочує ризик ССЗ на 57%, а якщо приєднати здоровий сон, то ризик зменшувався відповідно на 65% [7].

Отже, сьогодні ідентифікація чинників ризику є одним з найважливіших завдань профілактичної медицини, що дозволяє найбільш адекватно оцінити загрозу розвитку патологічних станів. Дотримуючись хоча б одного з правил здорового способу життя, людина захищає себе від ризику ССЗ. Отже, вести здоровий спосіб життя набагато дешевше і вигідніше, ніж лікуватися.

Література

1. Визир В.А. Современная стратегия лечения гиперлипидемий / В.А. Визир, А.Е. Березин // Практична ангіологія. — 2011. — № 4. — С. 5 — 14.
2. Кваша Е.А. Борьба с табакокурением: необходимость консолидации усилий общества и медицинских работников / Е.А. Кваша // Український кардіологічний журнал. — 2016. — № 1, додаток 1. — С. 54 — 59.
3. Корнацький В.М. Вплив медико-соціальних факторів на розвиток та перебіг хвороб системи кровообігу, ефективність їх лікування та профілактики / В.М. Корнацький // Український кардіологічний журнал. — 2016. — № 1, додаток 1. — С. 4 — 11.
4. Погосова Н.В. Алкоголь, сердечно-сосудистые заболевания и соматическое здоровье / Н.В. Погосова, О.Ю. Соколова, И.Е. Колтунов // Кардиология. — 2012. — Т. 52. — № 5. — С. 62 — 68.
5. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний: популяционная стратегия и индивидуализированные программы (на основе Европейских рекомендаций по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний в клинической практике 2012) / В.Н. Коваленко, Е.Г. Несукай, М.Н. Долженко, И.М. Горбась // К.: МОРИОН, 2013. — 96 с.
6. Interventions to promote physical activity and dietary lifestyle changes for cardiovascular risk factor reduction in adults: a scientific statement from the American Heart Association / N.T. Artinian, G.F. Fletcher, D. Mozaffarian et al. // Circulation — 2010. — № 122. — P. 406 — 441.
7. Screening for cardiovascular risk in asymptomatic patients / J.S. Berger, C.O. Jordan, D. Lloyd-Jones et al. // J.Am. Coll. Cardiol. — 2010. — № 55. — P. 1169 — 1177.

САНІТАРНО-ГІГІЄНІЧНІ ТА ЕКОЛОГО-ОЗДОРОВЧІ ВЛАСТИВОСТІ ЗЕЛЕНИХ НАСАДЖЕНЬ ПОЛТАВСЬКОЇ ДИТЯЧОЇ ПОЛІКЛІНІКИ № 3

*Дерев'янка Т.В., Величко Р.М.
Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Значну роль в оздоровленні атмосферного басейну шляхом мінімізації концентрації в повітрі пилу і токсикантів, хвороботворних мікроорганізмів, зменшення сили звукових хвиль, регулювання вітро-пилових та вітро-газових потоків, формування комфортного мікроклімату відіграють зелені насадження. Вони створюють оптимальні умови проживання людини в житлових і громадських місцях, забезпечують раціональний відпочинок і відновлення сил, сприятливо впливають на її організм, фізичне і психічне здоров'я. Гігієнічні вимоги до озеленення населених пунктів передбачають багатофункціональне значення деревних і чагарникових

насаджень, норми озеленення, розташування і розміри зелених ділянок залежно від призначення, планування та благоустрою озелених територій [2]. Вагому роль у поліпшенні санітарно-гігієнічних та еколого-валеологічних умов здійснюють зелені зони на територіях лікувально-профілактичних закладів, надаючи структурно-архітектурним компонентам їх земельної ділянки мальовничості, а в людини викликаючи почуття естетичної насолоди тощо.

Згідно вимог (Закону України «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення») [3], процес створення оптимальних гігієнічних умов у лікувально-профілактичних закладах, у значній мірі, також визначається особливостями планування й забудови земельної ділянки, упорядкуванням зеленої зони та внутрішнім плануванням будинків, їх санітарно-технічним благоустроєм тощо. Крім комплексних лікувальних технологій для повного одужання, також необхідне достатнє озеленення території для прогулянок на свіжому повітрі, що гармонізує повний соматичний і психічний комфорт [1].

У 2016 році нами було проведено комплексні дослідження зелених насаджень на території Полтавської дитячої поліклініки № 3, яка розташована по вул. Юрченка, 1 і введена в експлуатацію у 2009 році. Зокрема, було встановлено видовий склад дендрофлори та з'ясовано еколого-валеологічні функції рослин у поліпшенні екологічного стану та гігієнічних вимог території. Це, є актуальним питанням, оскільки лікувально-оздоровчий заклад постійно обслуговує понад 17 тис. дітей та підлітків, що певною мірою призводить до поширення та локалізації хвороботворних мікроорганізмів не лише в межах поліклініки, а також в її околицях (розташована в житловому масиві та неподалік від школи № 11).

Відмічено, що на території поліклініки гармонійно поєднані деревні насадження із квітковою системою, забудовами, встановленим пам'ятником Героям-авіаторам та дитячим майданчиком. Тому під час відвідування даного лікувально-профілактичного закладу діти, зазвичай, завжди затримуються на ігровій площадці, лавочках для відпочинку чи під час годівлі голубів біля героїчного пам'ятника.

Зелені насадження діють як психофізичний фактор впливу на дитячий організм, оскільки при відвідуванні поліклініки у багатьох дітей спостерігається прояв емоцій від пригніченого стану до яскраво вираженої депресії, що проявляється через плач та істерику. Зокрема, вони діють як заспокійливий засіб, знімають стрес у дітей. Це, в першу чергу, пов'язано із сприйняттям кольорової гами рослин. Адже, саме переважаючі у весняно-літній і частково у зимовий період (домінують хвойні рослини) зелений колір (беззаспокійливий, гіпнотичний) впливає на нервову систему, знімаючи дратівливість, безсоння, втому, знижує кров'яний тиск і піднімає тонус, а жовтогарячий — в осінній — стимулює почуття й прискорює пульсацію крові, не впливаючи при цьому на кров'яний тиск, має сильну стимулюючу дію, створює почуття благополуччя й веселощів. Крім того, гра на дитячому майданчику також додатково відволікає від негативних думок і стресових ситуацій.

До санітарно-гігієнічних властивостей рослин віднесено їх здатність виділяти особливі фітонциди, які вбивають хвороботворні бактерії або затримують їх розвиток. Ці властивості набувають особливу цінність на досліджуваній території, повітря якої містить набагато більше та різноманітніше за видовим складом інфекційних мікроорганізмів. Маючи бактерицидну здатність, леткі виділення рослин вбивають туберкульозну

паличку, білий і золотистий стафілокок, гемолітичний стрептокок та інші. Високі фітонцидні властивості мають сосна звичайна, ялина звичайна та колюча, горобина звичайна, ялівець звичайний та козацький, робінія псевдоакація, гіркокаштан звичайний, береза повисла та інші. Максимальну антибактеріальну активність більшість рослин виявляють в літній період.

Так як, територія дитячої поліклініки розташована неподалік автостради, а з південної її сторони проводяться будівельні роботи, тому відмічено підвищений рівень шуму. Боротьба з шумом в містах — гостра гігієнічна проблема. Шум не тільки травмує, але і пригнічує психіку, негативно впливає на здоров'я, знижуючи фізичні та розумові здібності людини. Дослідження показали, що характер порушень функцій людського організму, що викликається шумом, ідентичний порушень при дії на нього деяких отруйних препаратів. З цієї позиції, зелені насадження виконують шумозахисну функцію, що значною мірою залежить від принципів озеленення. На досліджуваній території використано принцип групової посадки та багаторядних насаджень, які здатні знижувати рівень шуму на 8-10 дБ [5, 6]. Різні породи рослин характеризується різною здатністю захисту від шуму, зокрема хвойні породи краще регулюють шумовий режим.

Велику роль відіграють зелені насадження в біологічному очищенні атмосферного повітря території. У процесі фотосинтезу вони щорічно виділяють в атмосферу кисень, поглинаючи при цьому значну кількість вуглекислоти. Як джерело кисню зелені насадження є водночас фільтром, який сприяє очищенню повітря від газо-, димо-, пилоподібних і різних аерозольних домішок за рахунок активної роботи фотосинтезуючого апарату рослин [5, 6].

Крім того, ми переконалися, що крони деревних рослин є певним захистом дитячого організму від перегрівання у спекотні дні. Адже, над парковим насадженням виникають низхідні потоки повітря, тому що поверхня листків значно прохолодніша асфальтового покриття та заліза, а присутній пил захоплюється спадними струмами повітря та осідає на листках [4, 6]. Доцільно збільшити асортимент витких рослин біля лікувальних корпусів (зокрема з південної їх сторони). Цим можна запобігти перегріву приміщень поліклініки.

Таким чином, при будівництві Полтавської дитячої поліклініки № 3 були враховані всі особливості лікувально-профілактичного закладу для дітей. Зелена зона лікувально-профілактичного закладу відіграє важливу роль у процесі створення оптимальних умов для дітей і підлітків. Це стосується не тільки очищення повітря від забруднюючих речовин і хвороботворних мікроорганізмів, але і зниження рівня шуму, вібрації, захисту від вітрів тощо. Зелені насадження, в цілому, позитивно впливають на нервову систему дітей, що благотворно впливає на життєдіяльність і відпочинок.

Література

1. Гігієна та екологія [Текст] : підручник / А.Г. Дьяченко. За ред. В.Г. Бардова. — Вінниця : Нова Книга, 2006. — 720 с.
2. Дерев'яно Т.В. Екологічна роль зелених насаджень на території Полтавської міської лікарні № 2 / Т.В. Дерев'яно, Я.В. Кацуба // Проблеми відтворення та охорони біорізноманіття України : м-ли Всеукраїнської науково-практичної конференції. — Полтава, 2016. — С.176-177.

3. Закон України «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення» (згідно з Постановою Верховної Ради України від 24 лютого 1994 року N 4005-XII).
4. Калініченко О. А. Декоративна дендрологія: Навч. посіб. / О. А. Калініченко. — К. : Вища шк., 2003. — 199 с.
5. Кулага Л.Н. Природа и жилые районы городов. / Л.Н. Кулага. — М.: Стройиздат, 1986. — 150 с.
6. Кулагин Ю.З. Древесные растения и промышленная среда. / Ю.З. Кулагин. — М.: Наука, 1974. — 124 с.

КАНИСТЕРАПИЯ: СОБАКИ-ТЕРАПЕВТЫ ЛІКУЮТЬ ЛЮДЕЙ

Дуда А.О.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Каністерапія — один з видів лікування і реабілітації людини за допомогою звичайних або спеціально відібраних і навчених собак під наглядом кваліфікованих фахівців (також — відома, як лікувальна кінологія).

Каністерапія в цілому, як метод корекційного та розвиваючого впливу має дуже глибоке історичне коріння. У первісному суспільстві, віра у могутність тварини-тотема змушувала людей дотримуватися певних норм і правил, регулювала спілкування і була одним з джерел благополуччя і спокою. Священні амулети носили на тілі, як символ заступництва і успіху; ритуальні танці допомагали зняти злість, агресивність після невдалого полювання або, навпаки, підзарядитися енергією; звернені до могутньої тварини заклинання і голосіння над хворою людиною або жінкою, що народжує — все це частково прообрази анімалотерапевтених прийомів.

Збереглися документи, які свідчать про те, що вже в 1792 році в лікарні для душевнохворих у Йорку (Англія) собаки використовувалися як частина терапевтичного процесу. Хворі спілкувалися з ними, доглядали за ними, і було відзначено позитивний вплив подібних методів на поведінку людей і ефективність лікування. [1]

Протягом декількох століть в інших країнах Європи використовувався заспокійливий і розвиваючий ефект взаємодії з собаками пацієнтів психіатричних клінік та притулків, після чого в США собаки стали використовуватися для психотерапевтичної допомоги в деяких подібних установах. За даними дослідження Animal Planet першим в історії каністерапії є легендарний йоркширський тер'єр Смокі(Смокі). Смокі був зарахований до складу 26-го розвідувального авіаполку 5-ї Армії ВПС США, пройшов через Другу світову війну, заслужив 8 бойових нагород і отримав звання капрала. Смокі працював у госпіталях як собака-терапевт протягом 12 років, під час і після Другої світової війни. Американські лікарі Червоного хреста помітили, що в госпіталях, де собакам не забороняється гуляти по території, поранені прагнули проводити з ними якомога більше часу. Після проведеного дослідження з'ясувалося, що і процес одужання в таких установах йшов більш успішно.

Каністерапія як науковий метод починає набувати популярності з другої половини ХХ століття. Родоначальником каністерапії є нью-йоркський лікар-психолог Борис Левінсон. Спілкування з тваринами стало застосовуватися не тільки для зняття нервової напруги, а й для