

захворювання різних органів, зміну нервової системи, дію на внутрішньо-утробний розвиток плоду, що призводить до різних відхилень у немовлят.

Медики встановили прямий зв'язок між ростом числа людей, що хворіють алергією, бронхіальною астмою, раком, і погіршенням екологічної обстановки в даному регіоні. Вірогідно встановлено, що такі відходи виробництва, як хром, нікель, берилій, азбест, багато з отрутохімікатів, канцерогени провокують ракові захворювання. Ще в першій половині ХХ століття рак у дітей був майже невідомий, а зараз він зустрічається все частіше й частіше. У результаті забруднення з'являються нові, невідомі раніше хвороби. Причини їх буває дуже важко установити [4].

#### Література

1. Егоренков Л. Н. Геоэкология: Учеб. пособие / Л. Н. Егоренков, Б.И. Кочуров. — М.: Финансы і статистика, 2005. — 320с.
2. Лаптев І.П. Охорона атмосфери: Учеб. посібник / І.П. Лаптев. — Томськ.: Вид-во Том. ун-ту, 1987. — 152 з.
3. Нікітін Д.П. Навколишнє середовище та людина: Учеб. посібник для студентів вузів / Д.П. Нікітін, Ю.В. Новиков. — М.: Высш. школа, 1980. — 424 с.
4. Екологія людини : Навчальний посібник. — М.: Вид-во МНЭПУ, 2001. — 440 с.

### **ПРОФІЛАКТИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ФІТОНЦИДІВ**

*Мороз Ю.М., Корчан Н.О.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Профілактика гострих респіраторних захворювань (ГРЗ) в дитячих колективах є однією з найважливіших проблем охорони здоров'я. Адже респіраторна інфекція сприяє формуванню у дітей вогнищ хронічного запалення, розвитку алергійних захворювань, загостренню латентних осередків інфекції. Випадки ГРЗ спостерігаються в колективах протягом всього року, і число їх значно зростає в холодні місяці.

Леткі речовини рослин — фітонциди — перспективні для використання в профілактиці і боротьбі з вірусними захворюваннями. Можливість практичного використання летких фітонцидів рослин для поліпшення повітряного середовища і сприятливої дії на організм дитини пов'язана з наявністю у них широкого спектру біологічної активності [2].

Озеленення в дитячих установах може позитивно вплинути на стан повітряного середовища приміщень. Фітонциди низки рослин оздоровлюють оточуюче середовище, пригнічуючи поширення патогенних і умовно патогенних бактерій, вірусів і грибків або знищуючи їх [4]. Антимікробна дія деяких рослин поєднується з їх емоційним впливом.

Організм людини разом з атмосферним повітрям поглинає за добу 3-4 мг фітогенних органічних речовин, які, є "атмовітамінами", каталізато-рами біохімічних процесів людського організму, "еліксиром життя". Встановлено, що під дією летких рослинних виділень спостерігається підвищення загальної реактивності організму, працездатності, стимулювання діяльності серцево-судинної, дихальної і кровоносної систем [3].

У людей, що перебувають в атмосфері летких речовин рослин, підвищується тонус, посилюються процеси гальмування в корі великих півкуль, підвищується хвилинний об'єм дихання, знижується потреба в кисні,

підвищується виділення вуглекислоти [1].

Фітонциди можуть впливати на дихання. Залежно від концентрації, способів дії і природи летких речовин можуть змінюватися частота, амплітуда і форма дихальних рухів. Під впливом летких фітонцидів цибулі, часнику і ялиці зростає фагоцитарна активність лейкоцитів крові. Фітонциди здатні змінювати функціональні властивості нервових центрів і периферійних нервів [4].

Відоме застосування фітонцидів при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, ниркових і легеневих захворюваннях. Створені препарати з ефірними оліями як засоби, що регулюють серцевий тонус, знижуючи артеріальний тиск, для профілактики і лікування атеросклерозу, ревматичних, алергійних захворювань, бронхітів тощо. Ефірні олії застосовуються в медицині як засоби для діагностики функціональної здатності печінки [3].

Фітонциди різних рослин мають різну потужність і силу дії. Фітонциди у складі ефірних олій м'яти та шавлії позитивно впливають на підвищення емоційного тону дітей, поліпшення показників неспецифічного захисту, гуморального і клітинного імунітету, зниження мікробної осім'яності дитячих організмів у 3-4 рази. Бактерицидну дію, подібну такому впливу антибіотиків на патогенну та умовно патогенну мікрофлору, виявляють фітонциди часнику, туї західної, сосни звичайної і чорнобривців [5]. Отже, в загальному комплексі профілактичних і оздоровчих заходів в дитячих дошкільних установах рекомендується використовувати фітонциди.

#### Література

1. Волосовец П.С. Фитонциды: значение для медицины. — К.: Наук. думка, 1981. — 320 с.
2. Гейхман Л.З. Клинико-физиологические исследования летучих фитонцидов хвойного леса // Фитонциды. — К.: Наук. думка, 1960. — 96 с.
3. Дроботько В.Г. Фитонциды в медицине, сельском хозяйстве и пищевой промышленности. — К.: Наук. думка, 1990. — 198 с.
4. Токин Б.П. О роли фитонцидов в природе // Фитонциды, их роль в природе. -Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1977. — 56с.
5. Токин Б. П. Фитонциды. — М.: АМН СССР, 1956. — 338 с.

### АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я

*Новописьменный С.А.<sup>1</sup>, Кріпак М.В.<sup>1</sup>,*

*Мурашов Д.В.<sup>1</sup>, Рукавица Р.І.<sup>1</sup>, Сахарова О.І.<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Полтавський національний педагогічний університеті імені В.Г. Короленка  
<sup>2</sup>КЗ «Полтавська гімназія №6»

Сьогодні тема здоров'я здобуває все більшу популярність як серед професіоналів, так і серед широкого загалу населення. Цікавить це питання і психологів — практиків та науковців. Проте, незважаючи на численну літературу, публікації в ЗМІ, наявність теле- і радіопрограм з цього питання (одних тільки визначень поняття «здоров'я» налічується більше 80), однозначного розуміння, що таке здоров'я, як його досягати і зміцнювати немає не тільки в пересічних громадян, але й у фахівців. Однією з причин цього зростання кількості інформації (відомо, що 90% усіх друкованих робіт було створено в минулому столітті) є відсутність у суспільстві