

ЯК ЖИТТЯ У МІСТІ ВПЛИВАЄ НА СТАН НАШОЇ ШКІРИ.

Братушка Дарина Юрїївна

здобувач вищої освіти III медичного факультету
Харківський національний медичний університет

Єрохова Ганна Андрїївна

здобувач вищої освіти III медичного факультету
Харківський національний медичний університет

Мокрякова Марина Іванівна

асистент кафедри гігієни та екології
Харківський національний медичний університет

Україна

Актуальність. Шкіра - один з органів людини, що має свою фізіологію та анатомію. Завдяки своїй міцності та пружності, вона захищає та оберігає тканини та органи від механічних, термічних пошкоджень, оберігає організм від втрати води, захищає від впливу ультрафіолетових випромінювань, проникнення хвороботворних бактерій та шкідливих речовин. Існує безліч факторів, які впливають на стан шкіри, а також на її зовнішній вигляд (раціон харчування, сон, стрес, шкідливі звички, мінерали, вітаміни, алергени, мікроби). Здорова, блискуча, чиста, рівна шкіра є бажанням кожного, однак досягти такого результату живучи в мегаполісі з кожним роком стає все складніше.

Мета. Метою є дослідження стану шкіри людей, які проживають у мегаполісі.

Матеріали та методи. Для досягнення мети роботи нами було розроблено електронні анкети на базі сервісу «Google Forms», їх подальше поширення серед респондентів та статистична обробка отриманих даних. В анкетуванні взяли участь 100 студентів, віком 18-23 роки.

Результати та їх обговорювання.

На основі проведеного добровільного онлайн опитування дізналися, що 100 студента вважають, що до основних факторів, які впливають на стан шкіри

людини, можна віднести: екологія, забруднене повітря, спосіб життя, недостатність сну, шкідливі звички, вода, харчування, стрес.

На питання «чи впливає недостатність свіжого повітря у місті на стан шкіри?» **94%** студентів зазначили, що «так», **6%** повідомили, що не згодні.

На прохання пояснити свою відповідь респонденти прокоментували так: «Наразі є дуже багато засобів догляду, які допомагають підтримувати здоровий стан шкіри та уникати пошкодження від міської поганої екології».

37% опитаних погодилися, що місто має більш нічне життя, що негативно впливає на стан нашої шкіри, **63%** спростували це твердження, пояснивши це тим, що зміни діяльності людини на більш темний проміжок часу (тобто ввечері-вночі) ніяк не пов'язані з містом.

Деякі зазначили, що, на жаль, не найкраща екологія міста має велике значення для здорової блискучої шкіри. Дехто навпаки написав, що наразі в місті дуже розвинена косметологія, що дає змогу якнайкраще слідкувати за станом шкіри, навіть більше ніж у селі. Та дуже багато прокоментували, що насамперед харчування має велику цінність: готова міська продукція, овочі, які накачані хімікатами у супермаркетах та хімія, яка присутня майже в кожному продукті, дають негативний вплив на організм в цілому, наслідком якого є погіршення стану здоров'я шкіри.

Висновки. Отже, опираючись на отримані дані, можна стверджувати, що на стан шкіри людини впливають різноманітні фактори: екологія, забруднене повітря, спосіб життя, недостатність сну, шкідливі звички, вода, харчування, стрес. Важко щось конкретне віднести саме до чинників міста, окрім екології. Студенти зазначили, що нездоровий спосіб життя, поганий сон, більш нічну діяльність можна віднести як до міста, так і до села. Багато респондентів зараз дають перевагу медичній косметології, яка наразі більш розвинена у мегаполісах. Проаналізувавши відповіді респондентів на останнє запитання можна зробити висновок, що найбільшу загрозу в місті може становити саме екологія: забруднене повітря, вода, можливо навіть накачані хімікатами продукти харчування, але медицина не стоїть на місці і все більше

засобів, що дають змогу якнайкраще слідкувати за станом шкіри, її здоров'ям, блискучістю та пружкістю.