

**«СУЧАСНІСТЬ:  
МЕДИЦИНА. ОСВІТА. МОЛОДІЬ»**

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ**

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ**

**КЗ «БАХМУТСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ  
КОЛЕДЖ»**

**ГО «АСОЦІАЦІЯ МЕДИКІВ УКРАЇНИ»**

---

**ХІІ МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
КОНФЕРЕНЦІЯ**

**29-30 травня 2025 року**

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БАХМУТСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ  
АСОЦІАЦІЯ МЕДИКІВ УКРАЇНИ

# **СУЧАСНІСТЬ: МЕДИЦИНА. ОСВІТА. МОЛОДЬ**

**МАТЕРІАЛИ**  
**XII Міжнародної науково-практичної конференції**  
**29-30 травня 2025 року**

**Бахмут – Полтава – Харків, 2025**

УДК 616+37.0(477)

Сучасність: Медицина. Освіта. Молодь: Матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції. – Бахмут-Полтава-Харків, 29-30 травня 2025 р.//Полтава-Харків: ХНМУ, АМУ, БМФК, 2025 р. – 87 с.

Дане видання містить матеріали доповідей учасників XII Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасність: Медицина. Освіта. Молодь», яка відбулася в режимі он-лайн 29-30 травня 2025 року.

Матеріали конференції видаються мовою оригіналу.

### **Редакційна колегія:**

#### Відповідальні редактори:

Подаваленко А.П. – завідувач кафедри гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб Харківського національного медичного університету, доктор медичних наук, професор.

Красножон Н.М. – директор Бахмутського медичного фахового коледжу.

Усенко С.А. – голова Асоціації медиків України, професор кафедри гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб Харківського національного медичного університету.

*Матеріали друкуються в авторській редакції.*

*Відповідальність за зміст, граматичну та стилістичну правильність текстів несуть автори і наукові керівники.*

*Розглянуто та затверджено на засіданні методичної ради БМФК  
Протокол № 6 від 16.05.2025 року*

© Асоціація медиків України, 2025  
© Бахмутський медичний фаховий коледж, 2025  
© Харківський національний медичний університет, 2025

значення, тому що заняття фізичною культурою сприяють зниження «кортизолу» – гормону стресу. Для успішної адаптації до сучасних складних умов реалізації освітнього процесу необхідно переглянути та систематизувати підходи до онлайн – занять фізичною культурою, що підкреслюють освітні особливості фізичної культури. Необхідно сформувати ставлення до здоров'я як найважливішої цінності, зацікавити молодь займатися спортом, навчити дотримуватися здорового способу життя – це основне завдання сучасної фізкультурної освіти, сьогодні набуває усе більшої актуальності. Отже, основним завданням викладачів фізичної культури є необхідність розробка системи та формату занять, які, незважаючи на сучасні виклики, дозволять максимально ефективно підтримувати фізичне та психологічне здоров'я, враховуючи індивідуальні можливості студентів.

**Висновки.** З огляду на результати теоретичного аналізу, емпіричні дослідження та ситуацію в країні, встановлено, що стрес у підлітків суттєво впливає на їх психологічний стан і здоров'я в цілому. Стресовий розлад веде до зниження соціальної активності, втрати інтересу до важливих раніше речей і зменшення спілкування. Батьки та вчителі мають підтримувати підлітків у зниженні стресу, використовуючи вправи для зняття напруги та заспокоєння. Проаналізувавши можливості проведення освітнього процесу, викладачі фізичної культури повинні підбирати ті методи та засоби, які можуть бути використані, як на заняттях у коледжі, так і онлайн.

## **ОЦІНКА КОГНІТИВНИХ ФУНКЦІЙ ПІД ВПЛИВОМ ПРОЛОНГОВАНОГО СТРЕСУ**

*Романюк Вікторія, ПВНЗ «Київський медичний університет, студентка  
Наукові керівники: Усенко Сергій Анатолійович, Харківський національний  
медичний університет, професор. Дяченко Марина Сергіївна, Харківський  
національний медичний університет, доцент*

**Вступ.** Вивчення впливу хронічного стресу вважається ключовим чинником, який знижує ефективність життєдіяльності людини та призводить до фізіологічних змін у організмі та психологічних порушень особистості. Хронічний стрес є неспецифічною реакцією організму на дію довготривалого зовнішнього та внутрішнього подразника. Такий вид стресу негативно впливає на центральну нервову систему та імунну систему організму, робить їх вразливими до різних захворювань. До далеко не повного списку патологій, причина яких пов'язана з хронічним стресом, належить депресія, тривожність, мігрень, кластерний головний біль, інфаркт, інсульт, зниження реактивності імунної системи й як наслідок вразливість до різноманітних інфекцій, як то, застуд, простий герпес, аутоімунні захворювання тощо.

**Метою нашого дослідження** було вивчення вплив хронічного стресу на вищу нервову систему людини та відновлюючі процеси в результаті відповіді організму при дії стресового подразника.

**Матеріали і методи дослідження:** нами було проведено аналітичний огляд вітчизняних і закордонних наукових джерел, а також проведено обробку даних офіційної статистичної звітності амбулаторно-поліклінічного відділення комунального некомерційного підприємства «Центр первинної медико-санітарної допомоги №1» (КНП «ЦПМСД №1») Солом'янського району міста Києва. Було проаналізовано результати звернення пацієнтів до лікарів загальної практики-сімейної медицини з приводу довготривалого стресу. Було також проведено статистичну обробку кількісного і якісного складу захворювань, які стали ускладненням хронічного стресу за результатами звернення до лікарів-неврологів.

**Результати та їх обговорення.** Стрес – це неспецифічна реакція організму у відповідь на дію подразника, який перевищує норму, а також відповідна реакція нервової системи. Незначний (короткий) стрес є не шкідливим для людини, але якщо його переживати протягом тривалого періоду часу, він може перейти в стадію хронічного стресу, що негативно впливає на стан центральної нервової системи в цілому. Симпатико-наднирково-медулярна та гіпоталамо-гіпофізарно-надниркова вісі є головними ланками, що беруть участь у патогенезі хронічного стресу. Адреналін, кортизол, інші гормони та нейропептиди виробляються та регулюють серцево-судинні та метаболічні функції для швидкої узгодженої відповіді для подолання стрес-факторів. У випадку збереження впливу стресового чинника встановлено, що гіпоталамо-гіпофізарно-надниркова система починає посилено працювати для підтримки відповіді на стресовий подразник. Дана відповідь організму полягає у виробленні глюкокортикоїдів, що беруть участь у регуляції різноманітних процесів, пов'язаних зі стресом, аж до остаточного послаблення реакції через інгібування системи гіпоталамус-гіпофіз-наднирники. З часом, коли тривожний стимул не може бути повністю подоланим, стрес стає хронічним. У цьому випадку глюкокортикоїд-залежний механізм негативного зворотного зв'язку не працює, розвивається резистентність глюкокортикоїдних рецепторів, а системні рівні молекулярних медіаторів стресу залишаються високими, що ставить під загрозу центральну та імунну системи і в довгостроковій перспективі пошкоджує численні органи і тканини. Людина в такому стані демонструє порушення та розлад основних фізичних, фізіологічних і психічних функцій. Погіршується свідомий контроль за виконанням діяльності, труднощі в зосередженості, запам'ятовуванні, мисленні, зростає кількість помилок, незвичних реакцій, посилюється роль автоматичних, стереотипних дій, які витісняють свідомі та довільні. Наступає фаза виснаження.

**Висновок:** Таким чином нами, на підставі дослідження статистичних даних за результатами звернення за медичною допомогою до лікарів загальної практики-сімейної медицини та лікарів-неврологів КНП «ЦПМСД №1» м. Києва було встановлено, що в результаті довготривалого стресу у пацієнтів було виявлено виснаження захисних механізмів і розвиток патологічних змін з боку центральної нервової системи та інших систем та органів.

## ВІЧ-НА-ВІЧ З НЕНЬКОЮ УКРАЇНОЮ

*Шляєва Олександра, Комунальний заклад «Донецький обласний спеціалізований фаховий коледж спортивного профілю ім. С. Бубки», студентка ІІ курсу 22 групи*

*Науковий керівник: Леонова Лариса Олександрівна, Комунальний заклад «Донецький обласний спеціалізований фаховий коледж спортивного профілю ім. С. Бубки», викладач історії, викладач - методист*

Щорічно наша держава відзначає річницю Акту злуки, Акту єдності України – День Соборності України. Тож мені дуже хотілося б поговорити з ненькою – Україною, віч-на-віч, про її життя-буття, пройти з нею великий і складний шлях до волі.

Україна моя співуча,  
Ніжна нене, колиска добра!  
Я люблю твої древні кручі  
Буйну зелень на схилах Дніпра.  
Ти одвічна – у пісні, у слові.  
Ти у душах співця-кобзаря  
Україна моя казкова,  
Моє серце для тебе співа.

*Наталка Кобиляка*

Україно моя, ти країна трагедій і краси, де найбільше люблять волю і найменше знали її, країна гарячої любові до народу й чорної йому зради, довгої вікової боротьби за волю.

Я дуже щаслива, що народилася і живу в цій чудовій, мальовничій країні, в моїй славній Україні. Тут жили мої прадіди і діди, тут живуть мої батьки, тут коріння роду українського. Де б я не була, скрізь відчуваю поклик рідної землі, хвилююсь аж до сліз, зачувши рідне слово.

Рідна моя земле, ти мій казковий світ дитинства і юності, ти невичерпне джерело, яке живить мою душу і душі людей добром і світлом, куди б не завели мене шляхи долі. І в тому дитинстві – рідна, біла хата, наша берегиня у вишневому садку, як символ чистоти, морального здоров'я, душевної краси.

Як для мене, я це говорю з гордістю, Батьківщина починається з батька і матері, з оселі, де я вперше побачила світ, з мови, якою розмовляють мої