

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ
ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ І
ЗДОРОВ'Я



СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СПРЯМОВАНІ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

збірник статей VI науково-практичної
internet-конференції
з міжнародною участю

*прпсвечело пам'яті
професора
О. В. Пешкової*

24-25
КВІТНЯ
2025
ХАРКІВ



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я**

**«СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СПРЯМОВАНІ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я
ЛЮДИНИ»**

присвячено пам'яті професора О.В. Пешкової

24-25 квітня 2025 року, м. Харків

Збірник наукових праць

Випуск 6

Харків – 2025

УДК 613.71

**Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини
//Збірник наукових праць. – Харків, 2025. – Випуск 6. – 296 с. (укр.)**

Даний випуск збірки містить матеріали VI науково-практичної internet-конференції з міжнародною участю, присвяченої пам'яті професора О.В. Пешкової (24-25 квітня 2025 року, місто Харків).

У збірнику розміщено наукові статті викладачів, молодих вчених, аспірантів, магістрантів, здобувачів вищої освіти, функціонерів сфери фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури та спорту.

Тематика збірника:

- Актуальні питання фізичної терапії, ерготерапії.
- Сучасні освітні здоров'язберігаючі технології.
- Медико-біологічні основи здорового способу життя.
- Загальнолюдські цінності в контексті фізичного виховання і здорового способу життя.
- Спорт як складова активізації здорового способу життя студентської молоді.

Матеріали відображені в міжнародних наукометричних базах даних **Google Scholar**

ISBN

Друкується в авторській редакції

©Національний фармацевтичний університет, 2025
©Автори, 2025

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ

Абшилава Д.Р.	17
ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА СКОЛІОТИЧНОЇ ПОСТАВИ	
Алієв М.Р., Білецька О.М., Манучарян С.В.	20
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ХРЕБТА У ПРАЦЕЗДАТНИХ ОСІБ	
Александров К. А., Козін С. В., Одолян С. Р.	24
ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗІОТЕРАПІЇ ПРИ ТРАВМАХ РОТАТОРНОЇ МАНЖЕТИ ПЛЕЧА НА ПІДГОСТРОМУ ЕТАПІ	
Баннікова Р. О., Отрубняков В. Р.	28
ДО МЕХАНІЗМУ ДІЇ РІЗНИХ ТИПІВ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ НА СТАН ПАЦІЄНТІВ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ ОСТЕОАРТРИТОМ	
Бацала В.Л., Невелика А.В.	33
ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ З ІНСУЛЬТОМ В ПІЗНЬОМУ ВІДНОВЛЮВАЛЬНОМУ ПЕРІОДІ	
Белєзної Б.Ю., Таможанська Г.В., Жаботинська Н.В.	37
СУЧАСНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ВТРУЧАНЬ У ХВОРИХ З ОПІКАМИ В РІЗНІ РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ПЕРІОДИ	
Бершадський Є.А., Латогуз С.І., Шевченко Н.І.	40
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРАЦЕЗДАТНИХ ОСІБ З ОСТЕОАРТРОЗОМ КОЛІННИХ СУГЛОБІВ ТА ГІПЕРТОНІЧНОЮ ХВОРОБОЮ	
Благий О.О., Латогуз С.І., Шевченко Н.І.	45
ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПОКРАЩЕННЯ РУХЛИВОСТІ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА У ПАЦІЄНТІВ ІЗ ДЕГЕНЕРАТИВНО-ДИСТРОФІЧНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ	
Болдарь Г.Є.	49
ОБМЕЖЕННЯ, ВСТАНОВЛЕНІ ДЛЯ ФАХІВЦІВ З РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІД ЧАС ЗДІЙСНЕННЯ НИМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: КОРУПЦІЙНІ РИЗИКИ ТА ПРОБЛЕМИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ЗАКОНОДАВСТВА	
Борзих Н.О., Барабаш С.В., Рой І.В.	53
КЛІНІЧНІ ІНСТРУМЕНТИ ОБСТЕЖЕННЯ В ЕРГОТЕРАПІЇ ПІСЛЯ ВОГНЕПАЛЬНИХ ПОРАНЕНЬ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК	
Брязкун Т.П., Жученко В.Д., Моїсеєнко С.Д.	57
КОМУНІКАЦІЯ МІЖ ЕРГОТЕРАПЕВТОМ ТА ПАЦІЄНТОМ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ МОЗОЧКА В ПІДГОСТРОМУ ПЕРІОДІ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Буйновська В.В., Латогуз С.І., Сивенко О.Л.	61
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ХВОРИХ НА ПНЕВМОНІЮ СПРИЧИНЕНУ КОРОНАВІРУСНОЮ ІНФЕКЦІЄЮ COVID-19	

Войчишин Б.	66
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПЛОСКОСТОПОСТІ	
Воронков В.А. Білецька О.М., Манучарян С.В.	70
ЕФЕКТИВНІСТЬ ЛІКУВАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ В ІГРОВІЙ ФОРМІ У ПОСТІНСУЛЬТНИХ ХВОРИХ	
Вороньков О. О., Баннікова Р. О.	74
ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ КОГНІТИВНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ЗА ШКАЛАМИ MMSE I MoCA ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ	
Галюк У.М., Мота О.М., Івасик Н.О., Подолюк М.В., Кондро М.М.,	80
Покотило П.Б., Ковальчук С.М	
ВИКОРИСТАННЯ ПРИНЦИПІВ ПОВЕРХНЕВОЇ АНАТОМІЇ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Григор'єв Є. Б., Селюкова Н. Ю., Базилевський А., Сафронов Д.В.	87
РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В ТРЕНУВАННІ ТА ВІДНОВЛЕННІ СПОРТСМЕНІВ	
Джунь Валерія О., Кобзіна М.П., Ліва Тетяна	90
РОЛЬ БОБАТ-ТЕРАПІЇ У ВІДНОВЛЕННІ РУХОВИХ ФУНКЦІЙ У ДІТЕЙ	
Джунь Владислава О., Невелика А.В., Гурчак І.В.	93
ІННОВАЦІЇ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ЗАХВОРЮВАНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	
Жарова І.О., Безлегка А.В.	96
СІМЕЙНО-ІНТЕГРОВАННИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ ПЕРШОГО РОКУ ЖИТТЯ З ГІПОКСИЧНО-ІШЕМІЧНОЮ ЕНЦЕФАЛОПАТІЄЮ	
Жолоб А.С.	99
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПІСЛЯ ІНФАРКТУ МІОКАРДА	
Запаранчук М. С.	103
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ОСІБ ІЗ КОГНІТИВНИМИ ПОРУШЕННЯМИ ВНАСЛІДОК ІНСУЛЬТУ	
Козир Д. О., Галашко В. В.	107
ОЦІНКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ВІДНОВЛЕННЯ КОЛІННОГО СУГЛОБА ПІСЛЯ ФІЗІОТЕРАПІЇ У ПАЦІЄНТІВ З ТРАВМАМИ ЗВ'ЯЗОК	
Кравчук І.Р., Мятига О.М.	110
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ НЕСПЕЦИФІЧНОМУ БОЛЮ У ПОПЕРЕКОВОМУ ВІДДІЛІ ХРЕБТА НА ДОВГОТРИВАЛОМУ ЕТАПІ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Кухарук О.Т., Жаботинська Н.В., Підгорний Я.І.	117
ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ОЖИРІННІ USE OF PHYSICAL EXERCISE IN COMPLEX REHABILITATION FOR OBESITY	

	120
Лісна А.Г. АКТУАЛЬНІСТЬ ПИТАНЬ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ	
Масюра Ю.С., Горошко В.І. ВИКОРИСТАННЯ ШКАЛИ RANCHO LOS AMIGOS У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ДЛЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТА З ВИБУХОВОЮ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЮ ТРАВМОЮ	123
Мирошниченко В. Є., Селюкова Н. Ю., Данько Р. ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ ІЗ ПІДТРИМКОЮ ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТІ ДЛЯ МОТОРНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК У ПАЦІЄНТІВ З ІНСУЛЬТОМ	127
Новіков Д.А. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АНКІЛОЗІВНОМУ СПОНДИЛІТІ У ХВОРИХ ДОРΟΣЛОГО ВІКУ	130
Павлевич В.І. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ МІЖХРЕБЦЕВИХ ГРИЖАХ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	132
Пантєєв О.А., Латогуз С.І. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ СКОЛІОЗУ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ	136
Пащенко А.С., Невелика А.В. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТЕНДИНОПАТІЇ АХІЛЛОВОГО СУХОЖИЛЛЯ В БАДМІНТОНІСТІВ	140
Перець О.В., Любинський Д., Серік І. ЗАХОДИ ДЛЯ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ ЗНИЖЕННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В СЛОВЕНІЇ ТА УКРАЇНІ	147
Перець О.В., Селюкова Н.Ю., Рева Л.М. ВИКОРИСТАННЯ КІНЕЗІОЛОГІЧНОГО ТЕЙПУВАННЯ ПРИ БОЛЯХ У ЛЮДЕЙ З ГЕМОФІЛІЄЮ А	152
Рябініна Аліна ВІДДАЛЕНИЙ ПЕРІОД РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБУ	157
Рябініна Аліна КОНТРОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБУ	161
Сегал М.Р. Білецька О.М., Манучарян С.В. ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ІДЕОМОТОРНИХ ВПРАВ У ПОЄДНАННІ ЗІ СТАТИЧНИМИ І ДИНАМІЧНИМИ ПРИ АМПУТАЦІЇ СТЕГНА	164
Селюкова Н. Ю. ВИЗНАЧЕННЯ КЛЮЧОВИХ НАПРЯМІВ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ	168

Селюкова Н. Ю., Перець О. В.	172
РОЛЬ ЕЛЕКТРОННИХ БАЗ ДАНИХ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ДОКАЗОВОЇ КЛІНІЧНОЇ ПРАКТИКИ ФІЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА	
Склярова М.О., Латогуз С.І.	176
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ 7-8 РОКІВ ПІСЛЯ КОМПРЕСІЙНИХ ПЕРЕЛОМІВ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА	
Собченко А. В., Галашко В. В.	180
ПОКАЗНИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТА ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ВІЙСЬКОВИХ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ НИЖНЬОЇ КІНЦІВКИ ПІД ЧАС РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Сорока В. М., Таможанська Г. В., Жаботинська Н. В.	184
ВПЛИВ ТРЕНУВАННЯ З ОБМЕЖЕНИМ КРОВОТОКОМ НА ФУНКЦІОНАЛЬНІСТЬ КОЛІННОГО СУГЛОБА У ПАЦІЄНТІВ ГЕРОНТОЛОГІЧНОГО ВІКУ ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КОЛІННОГО СУГЛОБУ	
Тетянченко А.В., Невелика А.В.	188
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ СУБАКРОМІАЛЬНОМУ ІМПІДЖМЕНТ СИНДРОМУ НА ДОВГОТРИВАЛОМУ ЕТАПІ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Тищенко О.С., Латогуз С.І.	195
РОЗРОБКА ЕФЕКТИВНОЇ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З АДГЕЗИВНИМ КАПСУЛІТОМ	
Ткаченко А.Р., Шевчук Ю.В.	198
РОЛЬ ЕРГОТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО ГПМК ЗА ГЕМОРАГІЧНИМ ТИПОМ З ПРАВОСТОРОННІМ ГЕМПАРЕЗОМ	
Ушакова А.С., Мятига О.М.	203
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ ПРИ РЕВМАТОЇДНОМУ АРТРИТІ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБУ В ПІДГОСТРОМУ ПЕРІОДІ	
Штепура М.В., Латогуз С.І.	211
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ ІЗ СКОЛІОЗОМ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ГІМНАСТИКОЮ	
Цискаришвілі І.З., Невелика А. В.	214
ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ХІРУРГІЧНОГО ВТРУЧАННЯ З ІМПЛАНТАЦІЄЮ МЕТАЛОКОНСТРУКЦІЙ У ПОПЕРЕКОВОМУ ВІДДІЛІ ХРЕБТА	
Чабанова Н.В., Комаров В.В., Бойко А.С., Мірошніков І.С., Садовенко М.О.	218
КОМУНІКАЦІЙНА ВЗАЄМОДІЯ ФІЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА З ВІЙСЬКОВИМИ ПІСЛЯ ПОРАНЕНЬ НИЖНІХ КІНЦІВОК	
Черняк Я. К., Баннікова Р.О.	222
ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ПРОФІЛАКТИЦІ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ПОРУШЕНЬ ЖУВАЛЬНОЇ ФУНКЦІЇ У ПАЦІЄНТІВ ІЗ ДИСФУНКЦІЄЮ СКРОНЕВО-НИЖНЬОЩЕЛЕПНОГО СУГЛОБА	
Шарапановський Ю.В., Мятига О.М.	226

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АМПУТАЦІЇ СТОПИ ПІСЛЯ МІННО-ВИБУХОВОЇ
ТРАВМИ В ПЕРІОД ОПАНУВАННЯ ПОСТІЙНИМ ПРОТЕЗОМ

Юрченко Ю.О., Таможанська Г.В. 237

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ПРИ
ПОРУШЕННЯХ ПОСТАВИ

Жарова І.О., Антонова Г.П. 241

АРГУМЕНТАЦІЯ НЕОБХІДНОСТІ РОЗРОБКИ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ
АЛГОРИТМІВ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ АКРОБАТИКИ НА ПЛОНІ:
ВИРІШЕННЯ РИЗИКІВ ТРАВМАТИЗМУ ТА М'ЯЗОВОГО ДИСБАЛАНСУ

СЕКЦІЯ 2

СУЧАСНІ ОСВІТНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ

Карпенко А. В., Мокрякова М. І. 246
ПРОФІЛАКТИКА СЕБОРЕЇ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ГІГІЄНИЧНОЇ ОСВІТИ ТА
ЕКОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ

Мазун А.А. 250

РОЛЬ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПЕРСОНАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМ МЕДИЧНОЇ
ОСВІТИ - ПРОГРАМУВАННЯ: РОЗВИТОК АДАПТАЦІЙНИХ СИСТЕМ, ЯКІ
ВРАХОВУЮТЬ УНІКАЛЬНІ ПОТРЕБИ ТА ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗДОРОВ'Я
СТУДЕНТІВ

Мерецький В.М., Мерецька І.В. 254

ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У
КОМПЛЕКСНІЙ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ З ОСТЕОАРТРИТОМ КОЛІННИХ
СУГЛОБІВ

Селюкова Н. Ю., Таможанська Г. В., Аракелов В., Пате Ю. 258

ЛІКУВАЛЬНІ ВЛАСТИВОСТІ ТЕРМАЛЬНИХ ВОД РИМСЬКИХ ТЕРМ
СЛОВЕНІЇ ПРИ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ШКІРИ

СЕКЦІЯ 3

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Богачова О.С., Щербина Є.О. 262

ОЦІНКА РІВНЯ ОБІЗНАНОСТІ ТА ПРАКТИКИ ВИКОРИСТАННЯ
СОНЦЕЗАХИСНИХ ЗАСОБІВ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Герасименко О. І., Фролова А.О. 266

ТРАНСФОРМАЦІЯ ХАРЧОВИХ КОМПОНЕНТІВ ПРИ ТЕРМІЧНІЙ ОБРОБЦІ:
ГІГІЄНИЧНА ОЦІНКА РИЗИКІВ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я

СЕКЦІЯ 4

ЗАГАЛЬНОЛЮДСЬКІ ЦІННОСТІ В КОНТЕКСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Бондаренко Д.А., Дорошенко Т.С., Панасюк Т.О., Варецька О.Ю.,
Гавриленко М.Ю., Вилянська К.С., Максименко Ю.А.** 270

**ОЦІНКА РІВНЯ ОБІЗНАНОСТІ ТА ПРАКТИКИ ВИКОРИСТАННЯ
СОНЦЕЗАХИСНИХ ЗАСОБІВ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

**ASSESSMENT OF THE LEVEL OF AWARENESS AND PRACTICE OF SUNSCREEN USE
AMONG STUDENTS**

Богачова О.С., Щербина Є.О.

Bohachova O. S., Shcherbina Ye. O.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine

Анотація. У статті представлено результати дослідження рівня обізнаності та практики використання сонцезахисних засобів серед студентів медичного університету. Проведено анкетування 60 респондентів для оцінки їхніх знань про ультрафіолетове випромінювання, його вплив на шкіру та використання фотозахисту. Встановлено, що попри загальне розуміння шкідливості УФ-випромінювання (68,3% респондентів), регулярне застосування сонцезахисних засобів практикує лише 16,7% опитаних. Основними перешкодами є недостатня обізнаність щодо правильного застосування, висока вартість продуктів та відсутність звички. Результати дослідження свідчать про необхідність впровадження просвітницьких програм, спрямованих на формування культури фотозахисту серед молоді.

Ключові слова: ультрафіолетове випромінювання, SPF, фотозахист, студентська молодь, рак шкіри, фотостаріння, громадське здоров'я.

Abstract. The article presents the results of a study on the awareness and practice of using sunscreen among medical university students. A survey of 60 respondents was conducted to assess their knowledge of ultraviolet radiation, its effect on the skin and the use of photoprotection. It was found that despite a general understanding of the harmfulness of UV radiation (68.3% of respondents), only 16.7% of respondents regularly use sunscreen. The main obstacles are a lack of awareness of proper use, the high cost of products, and a lack of habits. The study results indicate the need to introduce educational programmes to foster a culture of photoprotection among young people.

Key words: ultraviolet radiation, SPF, photoprotection, student youth, skin cancer, photoaging, public health.

Introduction. In today's world, the problem of the harmful effects of ultraviolet (UV) radiation is becoming increasingly important. Increased incidence of skin diseases, including melanoma and other forms of cancer, premature photoaging, hyperpigmentation, and reduced immune defence □ are all consequences of underestimating the danger of solar radiation [1, 2].

Despite the widespread availability of information on photoprotection products, public awareness remains insufficient, and the regular use of sunscreen □ is irregular and inconsistent [3, 4]. Students are a particularly vulnerable group, as they are at increased risk of exposure to UV rays due to their active lifestyle, prolonged outdoor activities during daylight hours, and frequent neglect of preventive

measures [5]. At the same time, it is at a young age that habits are formed that can significantly impact health in the long term. Therefore, researching the level of awareness, attitudes, and actual behaviour of young people regarding sun protection is an important step towards developing effective prevention and education measures [6].

The study aims to identify the level of knowledge about the harmful effects of UV radiation, the prevalence of photoprotection use, the factors that motivate or deter young people from using sunscreen, and the need for educational activities. The study results serve as a basis for developing more effective strategies for the public health system in Ukraine aimed at young people and help increase awareness of the risks of sun exposure and the culture of photoprotection among the target audience.

Materials and methods. To achieve this goal, a survey was conducted among students of Kharkiv National Medical University (by Order No. 58-adm. "On the organisation of social research by higher education students at the Department of Hygiene and Ecology" of 04.02.2025) using Google Form in February-March 2024. The survey involved 60 respondents aged 18 to 25. The questionnaire included questions on the level of knowledge about UV radiation, frequency of sunscreen use, criteria for choosing sunscreen, barriers to use, and readiness to implement photoprotection in daily practice.

Data processing was carried out using descriptive statistics methods using Microsoft Excel software. The analytical method was used to analyse the scientific literature, which involved the processing of relevant scientific sources on the subject of the study, published mainly over the past 10 years.

Results and discussion. Ultraviolet radiation \square is the invisible part of the light spectrum, which is divided into three main

types: UVA (320-400 nm), UVB (280-320 nm) and UVC (200-280 nm). The most dangerous is UV-C, as it is ionising and can cause mutations, immune-mediated diseases and cancer. However, the Earth's atmosphere almost completely absorbs this type of radiation. Instead, UVA and UVB rays reach the surface and affect human skin, causing positive and negative effects [7].

The survey results showed a generally high level of awareness among students about the effects of UV radiation: 68.3% of respondents are well aware of UV rays, another 30.0% have a superficial understanding, and only 1.7% are not familiar with the topic. At the same time, only 21.7% of respondents correctly distinguish between UVA and UVB rays, while 30.0% have a partial understanding, and 48.3% are not aware of the difference at all. Both types of rays can damage the DNA of skin cells, causing mutations that increase the risk of developing skin cancer and accelerate the ageing process [7]. It is important to understand that there is no "safe" tan \square any darkening of the skin is a sign of damage that accumulates over time and increases the risk of cancer.

Among the most common known effects of UV exposure, students most often mentioned age spots (88.3%), increased risk of skin cancer (81.7%), sunburn (80.0%) and premature skin ageing (78.3%). Only 1.7% of respondents did not check any of the options, which indicates a general awareness of the topic. Scientific sources confirm that hyperpigmentation is a protective reaction of the skin in response to UV damage. UV rays also contribute to forming free radicals that damage DNA, proteins and lipids in cells, which can lead to mutations and the development of skin cancer. Sunburn, as an acute form of damage, causes physical discomfort and increases the risk of malignant transformations in the future. Premature ageing (photoaging) is characterised by the appearance

of wrinkles, loss of elasticity and uneven pigmentation [8]. High student awareness of these effects is positive but not enough without appropriate behaviour.

Regarding sunscreen use, the results show a low level of regular use: only 16.7% of students apply SPF every day, regardless of the weather. Another 18.3% use it on sunny days, 31.7% only in summer, and 33.3% very rarely or never at all. Also, 30% of respondents said they do not use sunscreen. This situation is worrying, as regular daily use of SPF is the most effective way to protect against photoaging and skin cancer. A Canadian study shows that the group that used sunscreen with SPF15+ daily showed no signs of ageing for 4.5 years, while the control group showed signs of ageing [8].

The study also showed that many students do not clearly understand the labelling of SPF products. Only half of them know the concept of "broad-spectrum", which means products that simultaneously protect against UVA and UVB rays. Some respondents were unaware of the difference between chemical and physical filters or believed that a high SPF automatically provides complete protection. The most popular formats are creams (65.0%) and sprays (15.0%), while 20.0% have no preference. It is important to note that regardless of the form of the product, its effectiveness is determined by the correctness and regularity of use. According to dermatologists, they should choose products with an SPF of at least 30 and apply them every two hours when in the sun [9].

Among the reasons that prevent them from using sunscreen, students most often mentioned lack of awareness (50.0%), high price (21.7%), lack of habit or simple forgetfulness (15.0%), and technical or cosmetic inconvenience (8.3%). These results align with trends in international studies: barriers are often related to subjective perceptions or external

conditions rather than lack of information. Thus, even informed young people do not always translate their knowledge into practice.

Despite these challenges, the survey results show high motivation for change. In particular, 85.0% of students would like to receive more information about the proper use of SPF, 83.3% believe that it should be part of their daily care, and the same number support educational activities at their school.

Conclusions. The study results show that students are generally aware of the adverse effects of ultraviolet radiation on the skin. However, the practical use of photoprotection remains low: only 16.7% of respondents use SPF daily, while a third do not use it at all. The main barriers were lack of awareness (50.0%), high cost (21.7%), lack of habit (15.0%) and other individual factors. At the same time, most respondents demonstrate a willingness to raise awareness and understand the importance of photoprotection as part of their daily skincare routine.

Given the findings, it is advisable to implement targeted educational campaigns among students, which should include information about the types of UV radiation, the risks of prolonged sun exposure, the principles of choosing and using protective equipment, and the formation of a daily SPF habit. This approach will help reduce the risks of photoaging, burns and cancer and promote a culture of responsible attitude to one's health.

List of references

1. Narayanan, D. L., Saladi, R. N., Fox, J. L. Ultraviolet radiation and skin cancer // International Journal of Dermatology. 2010. Vol. 49, No. 9. P. 978-986. DOI: 10.1111/j.1365-4632.2010.04474.x.
2. Krutmann, J., Bouloc, A., Sore, G., Bernard, B. A., Bernerd, F. The skin aging

- exposome // *Journal of Dermatological Science*. 2017. Vol. 85, No. 3. P. 152-161. DOI: 10.1016/j.jdermsci.2016.09.015.
3. American Academy of Dermatology. American Academy of Dermatology survey shows Gen Z sun protection, tanning knowledge lacking [Electronic resource]: Press release: <https://www.aad.org/news/gen-z-sun-protection-tanning-knowledge-lacking> - Title from the screen. Date of access: 12.03.2024.
4. Strome, A., Herbert, K., Walsh, K., Lamberg, O., Waselewski, M. E., Chang, T. Assessment of Sun Protection Knowledge and Behaviours of US Youth // *JAMA Network Open*. 2021. Vol. 4, No. 11. P. e2134550. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2021.34550.
5. Cambil-Martín, J., Sánchez-López, J. D., Rodríguez-Martínez, A., et al. Sun exposure practices, attitudes and knowledge among students and teachers at a University School of Health Sciences in Ecuador // *Preventive Medicine Reports*. 2023. Vol. 36. P. 102458. DOI: 10.1016/j.pmedr.2023.102458.
6. Rodrigues, A. M., Sniehotta, F. F., Birch-Machin, M. A., Araújo-Soares, V. Aware, motivated and striving for a 'safe tan': an exploratory mixed-method study of sun-protection during holidays // *Health Psychology and Behavioural Medicine*. 2017. Vol. 5, No. 1. P. 276-298. DOI: 10.1080/21642850.2017.1335205.
7. Diffey, B. L. Climate change, ozone depletion and the impact on ultraviolet exposure of human skin // *Physics in Medicine and Biology*. 2004. Vol. 49, No. 1. P. R1-R11. DOI: 10.1088/0031-9155/49/1/r01.
8. Pinault, L., Fioletov, V. Sun exposure, sun protection and sunburn among Canadian adults // *Health Reports*. 2017. Vol. 28, No. 5. P. 12-19. PMID: 28513819.
9. Wilkerson, A. H., Yau, J., Pearlman, R. L., Cobb, E. K., Aldana, I., Garcia, N., Patel, R. H., Pandya, A., Hilts, A., Bengte, J. C., Huynh, T., Cruse, A. R., Nahar, V. K. Skin cancer knowledge, attitudes, beliefs, and prevention practices among beachgoers: a narrative review // *Archives of Dermatological Research*. 2025. Vol. 317, No. 1. pp. 3-14. DOI: 10.1007/s00403-024-03547-3. - PMID: 39873825.

Відомості про авторів/Information about the Authors

1. Богачова Ольга Сергіївна, к., мед., н, доцент ЗВО кафедри гігієни та екології, Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна.

Bohachova O.S., PhD, Associate Professor of the Department of Hygiene and Ecology, Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine.

e-mail: os.bohachova@knmu.edu.ua

ORCID: [0000-0003-2844-5813](https://orcid.org/0000-0003-2844-5813).

2. Щербина Євгенія Олегівна, здобувач освіти II курсу, ОП Медицина, Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна.

Shcherbyna Ye. O., 2nd year student, Medicine, Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine.

e-mail: yoshcherbyna.2m23@knmu.edu.ua