

SCI-CONF.COM.UA

EUROPEAN CONGRESS OF SCIENTIFIC DISCOVERY



**PROCEEDINGS OF V INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
APRIL 28-30, 2025**

**MADRID
2025**

EUROPEAN CONGRESS OF SCIENTIFIC DISCOVERY

Proceedings of V International Scientific and Practical Conference

Madrid, Spain

28-30 April 2025

Madrid, Spain

2025

UDC 001.1

The 5th International scientific and practical conference “European congress of scientific discovery” (April 28-30, 2025) Barca Academy Publishing, Madrid, Spain. 2025. 460 p.

ISBN 978-84-15927-30-3

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // European congress of scientific discovery. Proceedings of the 5th International scientific and practical conference. Barca Academy Publishing. Madrid, Spain. 2025. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/v-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-european-congress-of-scientific-discovery-28-30-04-2025-madrid-ispaniya-arhiv/>.

Editor

Komarytskyy M.L.

Ph.D. in Economics, Associate Professor

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

e-mail: madrid@sci-conf.com.ua

homepage: <https://sci-conf.com.ua>

©2025 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2025 Barca Academy Publishing ®

©2025 Authors of the articles

12. *Гаврюшов Д. М., Сенчук А. Я., Калюжна В. М., Мартинова Д. А., Петрик О. С.* 60
РОЛЬ ВІТАМІНУ Е У РЕГУЛЯЦІЇ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛУ ТА ТЕРАПІЇ ГІНЕКОЛОГІЧНИХ ПОРУШЕНЬ
13. *Голозубова О. В., Алиєва С. В.* 67
ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ РІЗНИХ ФОРМ ЗАЛІЗА ПРИ ЛІКУВАННІ ЗАЛІЗОДЕФІЦИТНОЇ АНЕМІЇ У ПРАКТИЦІ СІМЕЙНОГО ЛІКАРЯ
14. *Демиденко О. Д., Нестеренко Ю. Р., Бикова А. В.* 70
ІНФЕКЦІЇ, ЩО ПЕРЕДАЮТЬСЯ СТАТЕВИМ ШЛЯХОМ, ТА ЇХ ВПЛИВ НА РЕПРОДУКТИВНЕ ЗДОРОВ'Я
15. *Долгоруک М. І., Марченко А. С.* 74
АНАЛІЗ СУЧАНИХ МЕТОДІВ ВІЗУАЛІЗАЦІЇ У ДІАГНОСТИЦІ ГІПЕРТРОФІЧНОЇ КАРДІОМІОПАТІЇ
16. *Кармазіна І. С., Крайня О. Є.* 78
МЕХАНІЗМ ВИНИКНЕННЯ ГОЛОВНОГО БОЛЮ ПРИ МІГРЕНІ
17. *Кубрак М. А., Красний В. В.* 85
АНАЛІЗ ВІДДАЛЕНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ЛІКУВАННЯ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ХІРУРГІЧНИХ ВТРУЧАНЬ З ПРИВОДУ УСКЛАДНЕНИХ ФОРМ РАКУ ТОВСТОГО КИШКІВНИКА
18. *Мамон М. О., Марченко А. С.* 88
ТЕЛЕМЕДИЦИНА У СІМЕЙНІЙ МЕДИЦИНІ
19. *Панчак О. В., Федів В. І., Мільович І. Р.* 91
ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД. ЯК ЗАПОБІГТИ ВИНИКНЕННЮ ПТСР?
20. *Різниченко О. К., Аксьонова А. С., Кривоногих К. Р.* 94
ВПЛИВ СТРЕСУ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО НАПРУЖЕННЯ НА ФОРМУВАННЯ НЕВРОТИЧНИХ ЗВИЧОК
21. *Смоляник К. М., Кочкіна К. О.* 98
3D-ДРУК У РЕКОНСТРУКТИВНІЙ ХІРУРГІЇ: ПЕРСПЕКТИВИ ПЕРСОНАЛІЗОВАНИХ ІМПЛАНТАТІВ
22. *Ткаченко С. С., Дудник В. О.* 101
ЛЯКЛИВИЙ ТЕМПЕРАМЕНТ ЯК ФАКТОР ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ У ДИТЯЧОМУ ТА ПІДЛІТКОВОМУ ВІСІ: ПОВЕДІНКОВІ, НЕЙРОБІОЛОГІЧНІ ТА СОЦІАЛЬНІ ЧИННИКИ РИЗИКУ
23. *Шумейко О. В., Шкорута А. Л.* 106
ГІДРОКСИСЕЧОВИНА У ПРОФІЛАКТИЦІ ТРОМБОТИЧНИХ УСКЛАДНЕНЬ У ПАЦІЄНТІВ ІЗ ЕСЕНЦІАЛЬНОЮ ТРОМБОЦИТЕМІЄЮ

ВПЛИВ СТРЕСУ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО НАПРУЖЕННЯ НА ФОРМУВАННЯ НЕВРОТИЧНИХ ЗВИЧОК

Різниченко Олена Костянтинівна

к. мед. н., доцент

Аксьонова Анастасія Сергіївна,

Кривоногих Катерина Романівна

Студенти

Вступ. Взаємодія з чинниками стресу є природною складовою існування людини. І незважаючи на те, що у сучасному суспільстві, де фізичні загрози змінилися на більш абстрактні (робочі, соціальні, фінансові труднощі), стрес продовжує відігравати роль природної захисної реакції організму на повсякденні виклики або завдання, що сприймаються як загроза і потребують негайного вирішення. І в цьому світі швидких темпів, високих вимог, невизначеності і постійних змін у технологічному, економічному і соціальному середовищі стрес допомагає людині пристосуватися до змін, мобілізуючи для цього усі ресурси організму. Однак в цих умовах стрес часто стає хронічним і може мати серйозні наслідки для фізичного та психічного здоров'я людини. Особливого значення ця проблема набуває в умовах війни, коли населення масово стикається з хронічними стресовими факторами, такими як: бойові дії, втрата близьких, евакуація, невизначеність майбутнього. Одним із поширених наслідків такого психоемоційного напруження є виникнення невротичних звичок, які виступають як форма несвідомої адаптації до стресу. До таких звичок належать: гризіння нігтів (оніхофагія), висмикування волосся (трихотиломанія), постійне розчісування або пошкрябування шкіри (дерматиломанія), скрегіт зубами або стискання щелеп (бруксизм), пощипування губ або кусання внутрішньої сторони щік, смикання або постукування ногами чи пальцями, розривання або згинання папірців, нав'язливе клацання або кусання ручок, олівців або інших предметів тощо. Але слід зазначити, що вони є не лише проявом стресу й можуть погіршувати психоемоційний, фізіологічний та соціальний стан людини. Отже, вивчення

зв'язку між стресом і виникненням невротичних звичок є важливим як в мирний час, так і в умовах війни. Оскільки це дозволяє глибше розуміти процес адаптації до складних ситуацій, а також нейрофізіологічні та психологічні аспекти стресу.

Ціль роботи. Метою даного дослідження є оцінка зв'язку між стресом і появою невротичних звичок, а також вивчення частоти їх виникнення у людей, які переживають різні рівні стресу і те як ці звички впливають на їх повсякденну поведінку, що є важливим для сучасної неврології та психології.

Матеріали та методи. При написанні наукової роботи було залучено різні джерела і методи дослідження з метою провести комплексний аналіз впливу нервового перенапруження на появу невротичних звичок, а саме аналіз наукової літератури, аналітичних оглядів і проведення онлайн опитування серед громадян різних областей України.

Результати та обговорення. У ході емпіричного методу дослідження було проведено опитування серед громадян України різних вікових груп, що забезпечило не тільки різноманітність думок, але й дало змогу врахувати індивідуальні особливості психологічного реагування на стресові чинники, що сприяло підвищенню валідності отриманих даних. Опитування здійснювалося через соціальні мережі Instagram, Telegram та Facebook. Загалом було зібрано відповіді від 150 респондентів. Першим запитанням було з'ясувати, як часто учасники відчують стрес у повсякденному житті. Більшість респондентів зазначили, що переживають стрес дуже часто (45,1%) або час від часу (43,1%). Лише 11,8% повідомили, що відчують його рідко, і жоден учасник опитування не обрав варіант “не стикаюся зі стресом взагалі”, що свідчить про повсюдну присутність стресу в сучасному житті українців. Наступне питання стосувалося основних джерел стресу. Найчастіше серед зазначених варіантів фігурували робота або навчання (66,7%) та військові події й новини (62,7%). Також значну кількість згадок отримали особисті стосунки (51%) і фінансові труднощі (41,2%). Окремі учасники вказали й на турботу про здоров'я як один із факторів стресу (28%). У межах наступного питання респондентів просили

зазначити дії, які вони зазвичай використовують для зниження рівня стресу. Найбільше відповідей отримало спілкування з близькими людьми (60,8%), а також розслаблюючі заняття, зокрема музика, читання чи медитація – 58,8%. Дещо рідше учасники обирали фізичну активність (37,3%). Водночас 29,4% респондентів вказали, що у стресових ситуаціях вдаються до невротичних звичок, таких як гризіння нігтів або постукування ногами. Серед інших згадуваних способів також фігурували переїдання, куріння та вживання заспокійливих препаратів. У наступному блоці опитування увага зосереджувалася на особливостях прояву невротичних звичок. Найбільш поширеною дією виявилось кусання губ або внутрішньої сторони щік, про яку повідомили 52,9% респондентів. Також часто згадувалося постукування пальцями або ногами (49%), що, ймовірно, пов'язане з підсвідомим зняттям напруги під час очікування чи зосередження. Меншою мірою були поширені такі звички, як смикання або закручування волосся (31,4%), розривання папірців, квитків чи етикеток (29,4%), розчісування або пощипування шкіри (27,5%), а також гризіння нігтів (19,6%). Порівняно рідше зустрічались кусання сторонніх предметів (17,6%) і скрегіт зубами (13,7%), що свідчить про індивідуальні відмінності у способах соматичного реагування на стрес. Щодо частоти прояву цих звичок: 39,2% респондентів виконують їх щодня, 35,3% – кілька разів на тиждень, 19,6% – рідше, ніж раз на тиждень, 5,9% не мають таких звичок. Також було важливо з'ясувати, у яких ситуаціях найчастіше виникають подібні автоматичні дії. Переважна частина респондентів (60,8%) зазначила, що вони з'являються під час сильного хвилювання або тривоги. Досить часто ці прояви фіксуються також у моменти глибокої концентрації на завданнях (45,1%), що може вказувати на їхню підсвідому природу. Дещо рідше невротичні дії виникають у стані нудьги (39,2%) або в періоди втоми та роздратування (29,4%), коли самоконтроль знижується, а емоційна напруга потребує виходу. На питання, чи приносять ці дії полегшення, 23,5% респондентів відповіли так, 23,5% – ні, ще 51% зазначили, що їм важко сказати. Під час дослідження також оцінювались

фізичні наслідки подібної поведінки. Ушкодження шкіри, такі як ранки або подразнення, були відзначені 41,2% респондентів. Згадувалися також проблеми із зубами чи щелепою (9,8%) та ушкодження волосся (9,8%). Додатково, деякі респонденти вказали на проблеми з психосоматикою та підвищену тривожність (2%), що свідчить про глибший вплив таких звичок на загальний емоційний стан. У 47,1% респондентів фізичні наслідки відсутні. Відповідаючи на питання про емоційний стан після прояву звичок, 44% відчувають полегшення, 31%-збільшення тривожності, 25% – почуття провини. Завершальне питання стосувалося впливу звичок на соціальну взаємодію. 74,5% зазначили, що звички не впливають на стосунки з іншими, 11,8% – відчувають дискомфорт у спілкуванні, а 13,7% отримували зауваження від оточуючих.

Висновки. У результаті дослідження було встановлено, що більшість респондентів перебувають у стані хронічного стресу, спричиненого низкою факторів, таких як навчання, робота, війна та особисті труднощі. У відповідь на стрес значна частина опитаних виявляє невротичні звички, які з часом стають частиною повсякденної поведінки. Хоча вони можуть тимчасово знижувати емоційне напруження, у багатьох випадках супроводжуються фізичними ушкодженнями, почуттям провини або зростанням тривожності. Така динаміка свідчить про складний і багаторівневий вплив стресу на психоемоційний та соматичний стан людини, що у підсумку може призводити до погіршення якості життя. Отримані результати підкреслюють потребу в подальших дослідженнях для кращого розуміння причин невротичних звичок і пошуку шляхів їх корекції.