

The issue of journal contains:

Proceedings of the X Correspondence
International Scientific and Practical Conference

AN INTEGRATED APPROACH TO SCIENCE MODERNIZATION: METHODS, MODELS AND MULTIDISCIPLINARITY

held on October 17th, 2025 by

NGO European Scientific Platform (Vinnytsia, Ukraine)
LLC International Centre Corporative Management (Vienna, Austria)

Nº57
OCTOBER, 2025

ISSN 2710-3056



**GRAIL OF
SCIENCE**

PERIODICAL SCIENTIFIC JOURNAL



INTERNATIONAL SCIENTIFIC JOURNAL

GRAIL OF SCIENCE

№ **57** (October 2025)

with the proceedings of the:
X Correspondence International
Scientific and Practical Conference

AN INTEGRATED APPROACH TO SCIENCE MODERNIZATION: METHODS, MODELS AND MULTIDISCIPLINARITY

held on October 17th, 2025 by

NGO European Scientific Platform
(Vinnytsia, Ukraine)
LLC International Centre Corporative
Management (Vienna, Austria)

МІЖНАРОДНИЙ НАУКОВИЙ ЖУРНАЛ

ГРААЛЬ НАУКИ

№ **57** (жовтень, 2025)

за матеріалами:
X Міжнародної науково-
практичної конференції

AN INTEGRATED APPROACH TO SCIENCE MODERNIZATION: METHODS, MODELS AND MULTIDISCIPLINARITY

що проводилася 17.10.2025

ГО «Європейська наукова
платформа» (Вінниця, Україна)
ТОВ «International Centre Corporative
Management» (Відень, Австрія)



Рекомендовано до видання Вченою Радою Наукової установи «Інститут науково-технічної інтеграції та співпраці». Протокол № 41 від 16.10.2025.

Головний редактор: Танасійчук Альона Миколаївна, д-р. екон. наук, доцент (Україна)
Заступник головного редактора: Ємельянов Олександр Юрійович, д-р. екон. наук, професор (Україна)
Голова оргкомітету конференції: Голденблат Марія (Україна)
Заступник голови оргкомітету конференції: Рейчел Апаро (Австрійська Республіка)
Відповідальний секретар: Рабей Настасія Романівна (Україна)

ЧЛЕНИ РЕДАКЦІЙНОЇ КОЛЕГІЇ:

Квасницька Раїса Степанівна - д-р. екон. наук, професор (Україна); **Jakhongir Shaturaev** - канд. екон. наук, доцент (Республіка Узбекистан); **Бойко Світлана Василівна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Заднепровська Ганна Ігорівна** - канд. екон. наук (Україна); **Занора Володимир Олександрович** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Маркович Ірина Богданівна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Яковенко Роман Валерійович** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Поливана Людмила Анатоліївна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Гевчук Анна Вікторівна** - д-р. екон. наук, професор (Україна); **Маслій Олександра Анатоліївна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Євтушенко Наталія Миколаївна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Москвічова Олена Сергіївна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Ясишена Валентина Валеріївна** - д-р. екон. наук, професор (Україна); **Михайлишин Лілія Іванівна** - д-р. екон. наук, професор (Україна); **Гавриленко Наталія Вікторівна** - канд. екон. наук, доцент (Україна); **Гіулі Гігуашвілі** - д-р. екон. наук, професор (Грузія); **Тамар Макасарашвілі** - д-р. екон. наук, професор (Грузія); **Мерабі Ванішвілі** - д-р. екон. наук, професор (Грузія).

НАУКОВІ КОНСУЛЬТАНТИ:

Онкієнко Сергій Володимирович - д-р. екон. наук, професор (Україна); **Marko Timchev** - д-р. екон. наук, доцент (Республіка Болгарія); **Khatuna Tabagari** - д-р. екон. наук, професор (Сакартвело); **Грень Лариса Миколаївна** - д-р. наук з держ. управління, професор (Україна); **Михаліцька Наталія Ярославівна** - канд. наук з держ. управління, доцент (Україна); **Ткаченко Павло Ігорович** - аспірант (Україна); **Купріянова Дарина Сергіївна** - практикуючий юрист (Польща); **Губаль Галина Миколаївна** - канд. фіз.-мат. наук, доцент (Україна); **Козуб Галина Олександрівна** - канд. техн. наук, доцент (Україна); **Козьма Антон Антонович** - канд. хім. наук (Україна); **Морозова Тетяна Василівна** - канд. біол. наук, доцент (Україна); **Купріянова Лариса Сергіївна** - канд. мед. наук, доцент (Україна); **Лисенко Дмитро Андрійович** - канд. мед. наук, доцент (Україна); **Цубанова Наталя Анатоліївна** - д-р. фарм. наук., професор (Україна); **Олійник Світлана Валентинівна** - канд. фарм. наук, доцент (Україна); **Полежаєв Юрій Григорович** - канд. наук із соц. ком., доцент (Україна); **Mukhabbat Khakimova** - д-р. пед. наук, професор (Республіка Узбекистан); **Куліченко Алла Костянтинівна** - д-р. пед. наук, доцент (Україна); **Фурман Тарас Юрійович** - канд. пед. наук, доцент (Україна); **Бажан Станіслав Миколайович** - д-р. філософії (Україна); **Ямполь Юрій Віталійович** - аспірант (Україна); **Антипова Жанна Ігорівна** - старший викладач (Україна); **Яцик Мар'яна Романівна** - канд. пед. наук, доцент (Україна); **Корбозерова Ніна Миколаївна** - д-р. філол. наук, професор (Україна); **Ковальська Наталя Аркадіївна** - канд. філол. наук, доцент (Україна); **Присяжнюк Оксана Ярославівна** - канд. філол. наук, доцент (Україна); **Мелех Галина Богданівна** - канд. філол. наук, доцент (Україна); **Корнус Анатолій Олександрович** - канд. геогр. наук, доцент (Україна); **Фомін Андрій Володимирович** - канд. іст. наук, доцент (Україна); **Рубан Микола Юрійович** - д-р. філос. з іст. та археології (Україна); **Гірна Наталія Мирославівна** - канд. іст. наук, доцент (Україна); **Устінова Ірина Ігорівна** - д-р. арх., професор (Україна); **Катерина Діденко** - канд. арх. (Україна); **Воскобойнікова Юлія Василівна** - д-р. мист. (Україна); **Крипчук Микола Володимирович** - канд. мист., доцент (Україна); **Лугова Тетяна Анатоліївна** - канд. мист., доцент (Україна).

Верстальник: Білоус Тетяна (Україна). **Дизайнер:** Казьміна Надія (Україна). **Коректор:** Дудник Григорій (Україна).

«Грааль науки» є офіційно зареєстрованим мультидисциплінарним науковим виданням з міжнародною сферою поширення, що підтримує політику відкритого доступу. **Ідентифікатор медіа R30-02704** (рішення № 430 від 22.02.2024 Національної Ради України з питань телебачення і радіомовлення).

Наказом МОН України № 582 від 24.04.2024 виданню «Грааль науки» присвоєно Категорію Б фахових видань України з питань економіки (051 «Економіка»).

«Грааль науки» індексується в міжнародних реферативних та наукометричних базах даних:

Index Copernicus Journals Master List; «Наукова періодика України» (Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського НАН України); Національний репозитарій академічних текстів; Google Scholar; WorldCat; Open Ukrainian Citation Index; CrossRef; Mendeley; Scite; Semantic Scholar; Scilit; OpenAIRE, PubPeer.

Конференція зареєстрована УкрІНТЕІ (Посвідчення № 439 від 10.06.2025) та сертифікована Euro Science Certification Group (Сертифікат № 23031 від 15.09.2025).

За точність викладених фактів та коректність цитування відповідальність несе автор.

© Автори статей, 2025

© ГО «Європейська наукова платформа», 2025

© НУ «Інститут науково-технічної інтеграції та співпраці», 2025

© LLC «International Centre Corporative Management», 2025



GRAIL OF SCIENCE : inter. scientific journal. – Vinnytsia : NGO «European Scientific Platform»; SI «Institute of Scientific and Technical Integration and Cooperation», 2025. – No 57. – 982 p.

The publication is intended for scientists, teachers, graduate students, students, all those who seek to obtain thorough knowledge of a theoretical and applied nature.

Recommended for publication by the Academic Council of the Institute of Scientific and Technical Integration and Cooperation. Protocol № 41 from October 16th, 2025.

Editor-in-chief: Alona Tanasiichuk, D.Sc. in Economics, Associate professor (Ukraine)

Deputy editor-in-chief: Olexandr Yemelyanov, D.Sc. in Economics, Professor (Ukraine)

Chairman of the Organizing Committee: Miriam Goldenblat (Ukraine)

Deputy Chairman of the Organizing Committee: Rachael Aparo (Austria)

Responsible secretary: Nastasiia Rabei (Ukraine)

EDITORIAL BOARD:

Raisa Kvasnytska - D.Sc. in Economics, Professor (Ukraine); **Jakhongir Shaturaev** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Republic of Uzbekistan); **Svitlana Boiko** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Hanna Zadnieprovskva** - Ph.D. in Economics (Ukraine); **Volodymyr Zanora** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Iryna Markovych** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Roman Yakovenko** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Liudmyla Polyvana** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Anna Hevchuk** - D.Sc. in Economics, Professor (Ukraine); **Oleksandra Maslii** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Nataliia Yevtushenko** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Olena Moskvichova** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Valentyna Yasyshena** - D.Sc. in Economics, Professor (Ukraine); **Liliia Mykhailyshyn** - D.Sc. in Economics, Professor (Ukraine); **Nataliia Havrylenko** - Ph.D. in Economics, Associate professor (Ukraine); **Giuli Giguashvili** - D.Sc. in Economics, Professor (Georgia); **Tamar Makasarashvili** - D.Sc. in Economics, Professor (Georgia); **Merabi Vanishvili** - D.Sc. in Economics, Professor (Georgia).

EDITORIAL CONSULTANTS:

Serhii Onikiienko - D.Sc. in Economics, Professor (Ukraine); **Khatuna Tabagari** - D.Sc. in Economics, Professor (Georgia); **Marko Timchev** - D.Sc. in Economics, Associate professor (Republic of Bulgaria); **Larysa Hren** - D.Sc. in Public administration, Professor (Ukraine); **Nataliia Mykhalitska** - Ph.D. in Public administration, Associate professor (Ukraine); **Pavlo Tkachenko** - Ph.D. student (Ukraine); **Daryna Kupriianova** - lawyer (Republic of Poland); **Halyna Hubal** - Ph.D. in Physics and Maths, Associate professor (Ukraine); **Halyna Kozub** - Ph.D. in Technical sciences, Associate professor (Ukraine); **Anton Kozma** - Ph.D. in Chemistry (Ukraine); **Tetiana Morozova** - Ph.D. in Biology, Associate professor (Ukraine); **Larysa Kupriianova** - Ph.D. in Medicine, Associate professor (Ukraine); **Dmytro Lysenko** - Ph.D. in Medicine, Associate professor (Ukraine); **Natalia Tsubanova** - D.Sc. in Pharmacy, Professor (Ukraine); **Svitlana Oliinyk** - Ph.D. in Pharmacy, Associate professor (Ukraine); **Yuriy Polyezhaev** - Ph.D. in Social Communications, Associate professor (Ukraine); **Mukhabbat Khakimova** - D.Sc. in Pedagogy, Professor (Republic of Uzbekistan); **Alla Kulichenko** - D.Sc. in Pedagogy, Associate professor (Ukraine); **Taras Furman** - Ph.D. in Pedagogy, Associate professor (Ukraine); **Stanislav Bazhan** - Doctor of Philosophy (Ukraine); **Yurii Yampol** - Ph.D. student (Ukraine); **Zhanna Antypova** - Senior Lecturer (Ukraine); **Yatsyk Mariana** - Ph.D. in Pedagogy, Associate professor (Ukraine); **Nina Korbozerova** - D.Sc. in Philology, Professor (Ukraine); **Natalia Kovalska** - Ph.D. in Philology, Associate professor (Ukraine); **Oksana Prysiashniuk** - Ph.D. in Philology, Associate professor (Ukraine); **Melekh Halyna** - Ph.D. in Philology, Associate professor (Ukraine); **Anatolii Kornus** - Ph.D. in Geography, Associate professor (Ukraine); **Andrii Fomin** - Ph.D. in History, Associate professor (Ukraine); **Mykola Ruban** - Ph.D. in History and Archaeology (Ukraine); **Nataliia Hirna** - Ph.D. in History, Associate professor (Ukraine); **Iryna Ustinova** - D.Sc. in Architecture, Professor (Ukraine); **Kateryna Didenko** - Ph.D. in Architecture (Ukraine); **Yuliia Voskoboinikova** - D.Sc. in Arts (Ukraine); **Mykola Krypchuk** - Ph.D. in Arts, Associate professor (Ukraine); **Tetiana Luhova** - Ph.D. in Arts, Associate professor (Ukraine).

Responsible for e-layout: Tetiana Bilous (Ukraine). **Designer:** Nadiia Kazmina (Ukraine). **Proofreader:** Hryhorii Dudnyk (Ukraine).

The journal «Grail of Science» is an officially registered in Ukraine multidisciplinary and internationally disseminated scientific edition that supports the policy of open access for scientific publications. **Media identifier R30-02704** (decision № 430 dated 22.02.2024 of the National Council of Ukraine on Television and Radio Broadcasting).

By order of the Ministry of Education and Culture of Ukraine № 582 of April 24, 2024, the journal «Grail of Science» was assigned Category B of specialized publications of Ukraine on economics (051 «Economics»).

The journal «Grail of Science» is indexed in international reference and scientometric databases:

Index Copernicus Journals Master List; «Наукова періодика України» (Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського НАН України); Національний репозитарій академічних текстів; Google Scholar; WorldCat; Open Ukrainian Citation Index; CrossRef; Mendeley; Scite; Semantic Scholar; Scilit; OpenAIRE, PubPeer.

The conference is approved by UKRISTEI (Certificate № 439 dated June 10th, 2025) and certified by Euro Science Certification Group (Certificate № 23031 dated September 15th, 2025).

The author is responsible for the accuracy of the facts presented and the correctness of citations.



ПОДОЛАННЯ НЕГАТИВНИХ НАСЛІДКІВ ТРАВМИ ВІЙНИ ІЗ
ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ АРТ-ТЕРАПІЇ В КОМПЛЕКСНОМУ
ВІДНОВЛЕННІ (ПРАКТИЧНИЙ КЕЙС (О. РОМЕНСЬКОГО – SOUND-
THERAPY)
Юденко О.В., Дорожкіна Л.О.791

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

РОЛЬ ЕМПАТІЇ ТА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УСПІШНІЙ ТРЕНЕРСЬКІЙ
КАР'ЄРІ
Підопригора І.А.803

**РОЗДІЛ XXV.
МЕДИЧНІ НАУКИ ТА ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я****СТАТТІ**

ANALYSIS OF THE DIAGNOSTIC EFFECTIVENESS OF INFRARED
SPECTROSCOPY AND TRADITIONAL LABORATORY METHODS IN EARLY
DIAGNOSIS
Scientific research group:
Karimberdi Onarkulov, Nurmakhamad Juraev, Feruza Toshpulatova,
Sherali Toshpulatov806

REPRODUCTIVE FUNCTION REHABILITATION IN WOMEN WITH
POST-COVID MENSTRUAL DISORDERS
Petruk A.O.813

БІОХІМІЯ СТАРІННЯ: РОЛЬ МІТОХОНДРІЙ ТА ОКИСЛЮВАЛЬНОГО
СТРЕСУ
Соболевська С.І.821

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВАКЦИНАЦІЇ ПРИ COVID-19: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ
РІЗНИХ ВАКЦИН
Науково-дослідна група:
Шаповалова А.С., Алієв Р.Ф., Харіна М.В., Руських Д.Е.825

КОНСЕРВАТИВНЕ ЛІКУВАННЯ СТРЕСОВОГО НЕТРИМАННЯ СЕЧІ У
ЖІНОК
Науково-дослідна група:
Росіхін В.В., Бухмін О.В., Мегера В.В., Демченко С.М., Бухмін О.О.830

КОРЕЛЯЦІЙНІ ЗАКОНОМІРНОСТІ МІЖ ТЯЖКІСТЮ ПЕРЕБІГУ
ДИФТЕРИТИЧНОЇ ІНФЕКЦІЇ ТА БІОХІМІЧНОЮ БУДОВОЮ
ЕКЗОТОКСИНУ
Науково-дослідна група:
Алієв Р.Б., Біломеря Т.А., Шаповалова А.С., Іванова О.О., Книш Є.А.838



СУЧАСНІ МЕТОДИ ВЕДЕННЯ ПАЦІЄНТІВ З ВІЛ/СНІДОМ В ПЕРІОД ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ

Науково-дослідна група:

Алієв Р.Б., Глухова О.І., Абуватфа Самі, Алієва Т.Ю., Федоров Д.М., Харіна М.В.846

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

ОЦІНКА СТИМУЛЬОВАНОЇ ФІЛЬТРАЦІЙНОЇ ФУНКЦІЇ НЕФРОНІВ У ПАЦІЄНТІВ З ГІПЕРТОНІЧНОЮ ХВОРОБОЮ ТА ХРОНІЧНИМ ОБСТРУКТИВНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ ЛЕГЕНЬ ШЛЯХОМ ВИЗНАЧЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО НИРКОВОГО РЕЗЕРВУ

Акімова Л.С.853

РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ ХАРКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Глек А.М., Гудь В.О.857

РОЗДІЛ ХХVІ.

ФАРМАЦІЯ ТА ФАРМАКОТЕРАПІЯ

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

REGISTRATION OF COSMETICS IN THE AMERICA

Ravliv Yu., Roman A.860

РОЗДІЛ ХХVІІ.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ ТА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ

СТАТІ

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТИЛІВ ТА ЗМІСТУ ФУТБОЛЬНИХ ІГОР СЕРЕД ЗБІРНИХ КОМАНД СВІТУ

Максименко Л.М., Кисельов В.А.862

РОЗДІЛ ХХVІІІ.

ІСТОРІЯ, АРХЕОЛОГІЯ ТА КУЛЬТУРОЛОГІЯ

СТАТІ

FUNERARY CULT TRADITIONS AMONG GEORGIAN JEWS (SECOND HALF OF THE 19TH CENTURY)

Ketevan Barbakadze, Davit Chochishvili867

DOI 10.36074/grail-of-science.17.10.2025.102

РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ ХАРКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Глек Анастасія Михайлівна

здобувачка вищої освіти II медичного факультету
Харківський національний медичний університет, Україна

Гудь Вікторія Олександрівна

здобувачка вищої освіти II медичного факультету
Харківський національний медичний університет, Україна

Науковий керівник: Фельдман Діана Аркадіївна

Доктор філософії, асистент кафедри внутрішньої медицини №2, клінічної
імунології та алергології імені академіка Л.Т.Малої
Харківський національний медичний університет, Україна

Постановка проблеми. Пандемія COVID-19 та повномасштабне вторгнення призвели до введення дистанційної форми навчання, що сприяло зниженню фізичної активності та збільшенню кількості годин, проведених у положенні сидячи за комп'ютером. Дослідження ВООЗ показало, що майже третина (31%) дорослого населення є фізично неактивними. Тобто, не відповідають глобальним рекомендаціям щодо щонайменше 150 хвилин фізичної активності помірної інтенсивності на тиждень [2]. Вищевказане може збільшити ризик виникнення серцево-судинних захворювань (ССЗ), включаючи артеріальну гіпертензію, ішемічну хворобу серця та ожиріння. На сьогодні, все більше осіб молодого віку мають високий ризик ССЗ, тому, в майбутньому, не виключається епідемія цих захворювань серед даної вікової групи [1].

Мета роботи. Оцінити рівень фізичної активності здобувачів Харківського національного медичного університету в період дистанційного навчання та дослідити їхній зв'язок із ключовими кардіометаболічними факторами ризику.



Аналіз досліджень та публікацій. Нами було проведено онлайн-анкетування серед здобувачів Вищої медичної освіти Харківського національного медичного університету, в якому взяло участь 80 осіб 1-ого – 6-ого років навчання. Переважна кількість респондентів - студенти першого (19 осіб) та шостого (23 особи) років навчання, що дало нам можливість порівняти їх відповіді відповідно до форм навчання (виключно дистанційно через повномасштабне вторгнення; змішаний формат (очне та дистанційне відвідування занять за весь період навчання)). Кожен учасник надав відповіді на 25 запропонованих нами запитань. Обробка результатів анкетування проводилась за допомогою статистичного аналізу в програмі Excel.

Виклад основного матеріалу. Згідно з результатами анкетування ми визначили, що переважна більшість здобувачів витратила на роботу з комп'ютером в навчальні дні по 6-8 годин (38,8%) та більше 8 годин (28,7%), що перевищувало загальноприйнятну норму роботи за комп'ютером в день і могло призвести до збільшення смертності від усіх причин, у тому числі від ССЗ [3].

Слід зазначити, що більше половини студентів (55%) не займалися інтенсивною фізичною активністю взагалі, тоді як помірну фізичну активність ігнорували лише 27,5% здобувачів освіти. Однак, більшість опитаних (67 осіб) відповіли, що натомість вони здійснювали швидку ходьбу/ходьбу більше 10 хвилин на добу. 66,2% здобувачів Вищої освіти відмітили, що в більшості з них фізична активність під час дистанційного навчання знизилась порівняно з очною, переважно, через нестачу часу (у 83,3%) та недостатню мотивації (38,8%). Враховуючи рекомендації ВООЗ для осіб віком 18-65 років, фізична активність помірної інтенсивності повинна складати більше 300 хвилин на тиждень або 150 хвилин інтенсивної фізичної активності на тиждень [3].

Окрім того, в анкетуванні було декілька запитань щодо шкідливих звичок та вживання кави чи енергетичних напоїв. Відповіді на ці питання були різними, але переважна більшість респондентів відмічала, що ніколи в житті не палила цигарки чи вейп, або кинула цю шкідливу звичку, що дуже тішило, бо паління є одним з факторів ризику ССЗ.

Щодо робочих цифр артеріального тиску (АТ), ми отримали наступні результати: 42,5% респондентів відзначали АТ <120/80 мм рт. ст., 26,3% - 120-139/80-89 мм рт. ст., і лише 1,2% - > 140/90 (30% студентів ніколи в житті не вимірювали АТ).

Запитання щодо сну продемонстрували наступне: переважна більшість респондентів мала режим сну 6-7 годин на добу - 57,5%; 7-8 годин - 28,7%. Якість сну в 45% здобувачів освіти була оцінена на 4 бали з 5-ти, у 41,3% - на 3 бали.

Щодо рівню стресу студентів за попередні 2 тижні: 32,5% респондентів оцінили його на 4 (де 1 - це мінімальний, а 5 - максимальний); 32,5% - на 3; 15% - на 2, 13,7% - на 5; 6,3% - на 1. Проблеми зі сном та стрес могли бути наслідком недостатньої фізичної активності.

На тахікардію скаржились 37,8% опитаних, що частково можна було пов'язати з надмірним стресом.

Висновки та пропозиції. Таким чином, під час дистанційного навчання фізична активність здобувачів Харківського національного медичного університету знижувалась та збільшувався загальний час, проведений у

положенні сидячи, що є фактором ризику розвитку серцево-судинних захворювань. Враховуючи рекомендації ВООЗ та проведені наукові дослідження, потрібно наголошувати увагу студентів на збільшенні помірної та високої інтенсивності фізичної активності для попередження ризику кардіоваскулярних захворювань, що «молодіють» з кожним роком. Окрім того, стрес, викликаний повномасштабним вторгненням та постійними обстрілами, має певний вплив на погіршення якості сну, що, в свою чергу, в довгостроковій перспективі може мати негативні наслідки для осіб цієї вікової групи.

Список використаних джерел:

- [1] Andersson, C., & Vasan, R. S. (2018). Epidemiology of cardiovascular disease in young individuals. *Nature reviews. Cardiology*, 15(4), 230–240. <https://doi.org/10.1038/nrcardio.2017.154>
- [2] Physical activity. (2024, 26 червня). World Health Organization (WHO). [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=Levels%20of%20physical%20inactivity%20globally&text=A%20recent%20study%20\(1\)%20found,intensity%20physical%20activity%20per%20week](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=Levels%20of%20physical%20inactivity%20globally&text=A%20recent%20study%20(1)%20found,intensity%20physical%20activity%20per%20week).
- [3] World Health Organization (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/337001>.

THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY AMONG STUDENTS OF KHARKIV NATIONAL MEDICAL UNIVERSITY DURING DISTANCE LEARNING AS A RISK FACTOR FOR CARDIOVASCULAR DISEASES

Anastasiia Glek

Student of the II Medical Faculty
Kharkiv National Medical University, Ukraine

Viktoriiia Hud

Student of the II Medical Faculty
Kharkiv National Medical University, Ukraine

Scientific supervisor: Diana Feldman

PhD, assistant of the Department of Internal Medicine №2, Clinical Immunology and Allergology named after academician L.T. Malaya
Kharkiv National Medical University, Ukraine

The scientific periodical

GRAIL OF SCIENCE

№ 57 (October, 2025)

with the proceedings of the X Correspondence International Scientific and Practical Conference «An integrated approach to science modernization: methods, models and multidisciplinary» held on October 17th, 2025 by NGO European Scientific Platform (Vinnytsia, Ukraine) and LLC International Centre Corporative Management (Vienna, Austria).

Journal's frequency: monthly

All materials are reviewed. The editorial office did not always agree with the position of authors. Authors are responsible for the accuracy of the material.

Contacts of the editorial offices:

1. 21037, Ukraine, Vinnytsia, Zodchykh str. 18, office 81; NGO «European Scientific Platform» *[Owner of the journal]*
Tel.: +38 098 1948380; +38 098 1526044
E-mail: info@ukrlogos.in.ua
Certificate of the subject of the publishing business: ДК № 7172 of 21.10.2020.
2. 24004, Ukraine, Mohyliv-Podilskyi, Nezalezhnosti avenue 301, office 117; SI «Institution of Scientific and Technical Integration and Cooperation» *[Owner of the journal]*
3. 1110, Österreich, Wien, Simmeringer Hauptstraße 24; LLC «International Centre Corporative Management»
E-mail: rachael.a@iccm.org

Signed for publication 17.10.2025.

Format 70×100/16. Offset paper.

Arial & Open Sans typefaces.

Digital printing. Circulation of 100 copies.

Conventionally printed sheets 79,79.

Order № 25/010.

Printed from the finished original layout.

Publisher [printed copies]:

LLC «UKRLOGOS Group».

21037, Ukraine, Vinnytsia, Zodchykh str. 18, office 81.

Certificate of the subject of the

publishing business: ДК № 7860 of 22.06.2023.

Наукове періодичне видання

ГРААЛЬ НАУКИ

№ 57 (жовтень, 2025)

за матеріалами X Міжнародної науково-практичної конференції «An integrated approach to science modernization: methods, models and multidisciplinary», що проводилася 17 жовтня 2025 року ГО «Європейська наукова платформа» (Вінниця, Україна) та ТОВ «International Centre Corporative Management» (Відень, Австрія).

Щомісячне видання

Всі матеріали пройшли рецензування.

Редакція не завжди поділяє позицію авторів. За точність викладеного матеріалу відповідальність несуть автори.

Контактна інформація редакції:

1. 21037, Україна, м. Вінниця, вул. Зодчих, 18/81; ГО «Європейська наукова платформа» *[власник журналу]*
Тел.: +38 098 1948380; +38 098 1526044
E-mail: info@ukrlogos.in.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи: ДК № 7172 від 21.10.2020.
2. 24004 Україна, м. Могилів-Подільський, пр-т. Незалежності, 301/117; НУ «Інститут науково-технічної інтеграції та співпраці» *[власник журналу]*.
3. 1110, Österreich, Wien, Simmeringer Hauptstraße 24; LLC «International Centre Corporative Management»
E-mail: rachael.a@iccm.org

Підписано до друку 17.10.2025.

Формат 70×100/16. Папір офсетний.

Гарнітура Arial & Open Sans.

Цифровий друк. Тираж: 100 примірників.

Умовно-друк. арк. 79,79.

Замовлення № 25/010.

Віддруковано з готового оригінал-макету.

Виготовлювач [друкованої продукції]:

ТОВ «УКРЛОГОС Груп»

21037, Україна, м. Вінниця, вул. Зодчих, 18, офіс 81.

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:

ДК № 7860 від 22.06.2023.