

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЦЕНТР РОЗВИТКУ МЕДСЕСТРИНСТВА МОЗ УКРАЇНИ
ЖИТОМИРСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ІНСТИТУТ ЖИТОМИРСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
ЖИТОМИРСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
АСОЦІАЦІЯ МЕДИЧНИХ СЕСТЕР ЖИТОМИРСЬКОЇ ОБЛАСТІ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМ. О.О. БОГОМОЛЬЦЯ
ЛЬВІВСЬКА МЕДИЧНА АКАДЕМІЯ ІМЕНІ АНДРЕЯ КРУПІНСЬКОГО
КАУНО КОЛЕГІЯ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ (КАУНАС, ЛИТВА)
МІЖНАРОДНА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ НАУК В ЛОМЖІ (ПОЛЬЩА)
КАЛІСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ (КАЛІШ, ПОЛЬЩА)



ЗБІРНИК

**матеріалів III Науково-практичної конференції
з міжнародною участю**

**«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ЛАБОРАТОРНОЇ ДІАГНОСТИКИ,
МЕДСЕСТРИНСТВА, РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я»**

*Захід присвячено 150-ій річниці заснування Житомирського медичного інституту
Житомирської обласної ради*

25 квітня 2025

Житомир

УДК 378:[616-074/-078+614.253.5+615.8+614.1/.7](477+100)

A43

Рекомендовано до друку Вченою радою
Житомирського медичного інституту
Житомирської обласної ради
Протокол № 11 від 28.05.2025 р.

A43 Актуальні питання лабораторної діагностики, медсестринства, реабілітації та громадського здоров'я: матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. Житомир, 25 квітня 2025 р. / за ред. С. В. Гордійчук. – Житомир, 2025. – 248 с.

У виданні представлені матеріали III науково-практичної конференції з міжнародною участю «Актуальні питання лабораторної діагностики, медсестринства, реабілітації та громадського здоров'я» яка відбулася 25 квітня 2025 р.

Матеріали висвітлюють актуальні проблеми медичної освіти, практичної діяльності, реформування і розвитку галузі охорони здоров'я.

За науковий зміст, оформлення, якість та достовірність опублікованих текстів відповідальність несуть автори матеріалів.

© Житомирський медичний інститут
Житомирської обласної ради, 2025

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

Шатило В. Й. – голова організаційного комітету, доктор медичних наук, професор, Заслужений лікар України, радник ректора Житомирського медичного інституту ЖОР

Гордійчук С.В. - доктор педагогічних наук, професор, в.о. ректора Житомирського медичного інституту ЖОР

Заблоцька О. С. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри технологій медичної діагностики, реабілітації та здоров'я людини Житомирського медичного інституту ЖОР

Кірячок М. В. - кандидат філологічних наук, проректор з соціально-гуманітарного розвитку та міжнародного співробітництва Житомирського медичного інституту ЖОР

Шарлович З.П. - канд. пед. наук, ад'юнкт, працівник відділу профорієнтаційної та міжнародної співпраці, Міжнародна академія прикладних наук в Ломжі, Республіка Польща в Ломжі (м. Ломжа, Польща)

Антонов О. В. – секретар організаційного комітету, кандидат філологічних наук, доцент кафедри природничих та соціально-гуманітарних дисциплін, завідувач науково-методичної лабораторії Житомирського медичного інституту ЖОР

Мельник А. О. – завідувач відділу міжнародних зв'язків та освіти Житомирського медичного інституту ЖОР

Поплавська С. Д. – кандидат педагогічних наук, доцент, проректор з навчальної роботи Житомирського медичного інституту ЖОР

Заболотнов В. О. – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри медсестринства Житомирського медичного інституту ЖОР

Круковська І. М. – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри природничих та соціально-гуманітарних дисциплін Житомирського медичного інституту ЖОР

Волошенюк О. А. – завідувач відділу ТЗН Житомирського медичного інституту ЖОР

Степанчук В. В. - керівник Центру безперервного професійного розвитку Житомирського медичного інституту ЖОР

Ціунчик О. В. – офісний службовець Житомирського медичного інституту ЖОР

НАУКОВИЙ КОМІТЕТ

Шатило В. Й. – голова наукового комітету, доктор медичних наук, професор, Заслужений лікар України, радник ректора Житомирського медичного інституту ЖОР

Гордійчук С. В. – доктор педагогічних наук, професор, в.о. ректора Житомирського медичного інституту ЖОР

Заблоцька О.С. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри технологій медичної діагностики, реабілітації та здоров'я людини Житомирського медичного інституту ЖОР

Волосовець О.П. – доктор медичних наук, професор, Член Вченої медичної ради МОЗ України, членкореспондент Національної академії медичних наук України, Заслужений діяч науки і техніки України

Комар К. В. – кандидат медичних наук, доцент, директор ДУ «Центр розвитку медсестринства Міністерства охорони здоров'я України»

Кірячок М.В. – кандидат філологічних наук, доцент кафедри природничих та соціальногуманітарних дисциплін, в.о. проректора з соціально-гуманітарного розвитку та міжнародного співробітництва Житомирського медичного інституту ЖОР

Шарлович З.П. – кандидат педагогічних наук, ад'юнкт, працівник відділу профорієнтаційної та міжнародної співпраці, Міжнародна академія прикладних наук в Ломжі (м. Ломжа, Польща)

Антонов О.В. – кандидат філологічних наук, доцент кафедри природничих та соціальногуманітарних дисциплін, завідувач науково-методичної лабораторії Житомирського медичного інституту ЖОР

рекомендованих заходів – залучення психологів до роботи з населенням та виступи фахівців у засобах масової інформації.

- виявлено недостатній рівень залученості дорослого населення Житомира до обговорення тематики надзвичайних ситуацій у сфері громадського здоров'я в соціальних мережах або на онлайн-форумах.

- участь дорослих мешканців міста у навчальних заходах щодо правил поведінки в умовах кризових ситуацій також залишається на низькому рівні.

Висновки. Проведеним опитуванням встановлено, що основними комунікаційними ресурсами, які, на думку більшості опитаних респондентів, сприятимуть кращій інформованості у період криз – є доступ до номерів «гарячих ліній» і підписка на офіційні сторінки державних установ у соціальних мережах. Для ефективного формування обізнаності громадян щодо дій у кризових ситуаціях доцільно активно задіювати телебачення, соціальні мережі, а також забезпечити тісну співпрацю з органами державної влади, відповідальними за комунікацію у сфері громадського здоров'я.

Література:

1. Деміхов О. Комунікаційна стратегія як напрям розвитку сфери громадського здоров'я на регіональному рівні // *Університетські наукові записки*. 2022. № 3 (87).

2. Комунікації та соціальна мобілізація в інтересах здоров'я населення в рамках системи громадського здоров'я. Методичні рекомендації (під редакцією Г. Слабкого, В. Шафранського, І. Миронюк, В. Кручаниці). Київ, 2016.

3. Кривенко В. Комунікація: поняття, сутність, зміст. Науковий вісник Ужгородського Національного Університету. 2024. Серія ПРАВО. Випуск 84: частина 1.

4. Лінніков С., Миронюк І. Комунікаційні кризи у сфері громадського здоров'я України: старт вакцинації від COVID-19 у Одеській області. Матеріали III-го наукового симпозиуму з міжнародною участю «Громадське здоров'я в глобальному та регіональному просторі – виклики в умовах пандемії COVID-19 та перспективи розвитку». 22-24 вересня 2021 року, Тернопіль.

5. Мудрак Л. Комунікація і криза: як громадам протистояти викликам і успішно діяти в період кризи. Київ, 2020

6. Овсяник В. Кризові комунікації в умовах надзвичайних ситуацій. *Вісник НАДУ при Президентові України (Серія "Державне управління")*. 2018. №2.

7. Самофалов Д. Моделі комунікативної діяльності в публічному адмініструванні громадського здоров'я: зарубіжний та український підходи. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2020. № 9

ЦИФРОВА ГІГІЄНА ТА ЇЇ РОЛЬ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА РІШЕННЯ

Богачова Ольга Сергіївна, Масленников Данило Валерійович
Харківський національний медичний університет

DIGITAL HYGIENE AND ITS ROLE IN MENTAL HEALTH: CURRENT CHALLENGES AND SOLUTIONS

Olha Bohachova, Danylo Maslennykov
Kharkiv National Medical University

Abstract. *The study analyses the impact of digital devices on the quality of sleep and mental health of Ukrainian students. It has been found that prolonged use of gadgets, especially at bedtime, negatively affects the quality of rest, contributes to the development of digital addiction and worsens the psycho-emotional state. Practical recommendations for implementing the principles of digital hygiene to improve students' mental health are proposed.*

Keywords: *digital hygiene, mental health, sleep quality, digital addiction, students.*

Relevance of the problem. Digital devices have become integral to everyday life, particularly among students who actively use smartphones, tablets and computers for learning, communication and entertainment. According to research, the average user spends about 7 hours daily in front of various devices' screens [2]. However, prolonged use of digital technologies, especially before bedtime, can hurt the quality of rest and mental health.

One of the key factors affecting human biorhythms is the blue light emitted by electronic device screens. Overexposure to blue light in the evening suppresses the production of melatonin, a hormone that regulates sleep, which can lead to insomnia, circadian rhythms, and general deterioration in health. AlShareef's (2022) study demonstrated that light-emitting electronic devices before bedtime significantly affect circadian physiology by suppressing evening melatonin release, delaying and reducing sleepiness, increasing sleep latency, and decreasing morning alertness [1].

In addition to physiological effects, digital technologies also affect the mental state of users. Social media, a constant flow of information, and digital overload can cause chronic stress, emotional exhaustion and anxiety, especially among students who face high academic loads daily [5]. This phenomenon has become particularly relevant in the COVID-19 pandemic, which has significantly accelerated the digitalisation of learning and increased the duration of digital device use among students [7].

Given the growing popularity of distance learning, hybrid forms of communication, and the increase in time spent in front of screens, analysing the impact of digital devices on sleep quality and mental health is becoming particularly relevant [3].

The study aims to analyse the impact of digital devices on students' sleep quality and mental health and develop practical recommendations for improving digital hygiene.

Materials and methods. The study was conducted using two primary methods: analysis of scientific literature and a survey of respondents. In the first stage, a systematic study of relevant scientific articles from PubMed, Scopus, and Google Scholar databases was conducted using the keywords "digital hygiene", "mental health", "sleep quality", "digital addiction", and "the impact of gadgets on sleep" for the period 2020-2025. The seven most relevant sources were selected to highlight the relationship between the use of digital devices and sleep quality and mental health.

In the second stage, a survey was conducted (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 a specially designed questionnaire containing 19 questions regarding the students' assessment of their sleep quality and frequency of gadget use. The study involved 52 students aged 18 to 35+ years from different courses of Ukrainian higher education institutions studying in a mixed form of education. Among the respondents, 76.9% were women and 23.1% were men. The age structure of the respondents was as follows: 18-21 years old – 80.8%, 22-28 years old – 11.5%, 29 – 35 years old – 3.8%, over 35 years old – 3.8%. By year of study: 1st year – 17.3%, 2nd year – 50.0%, 3rd year – 11.5%, 4th year – 9.6%, 5th year – 9.6%, 6th year – 1.9%. The questionnaire was distributed using Google Forms on the social media most frequently used by students (Instagram, Telegram, Facebook). Microsoft Excel 2019 was used to process the results statistically.

Results and discussion. The analysis of the data showed that 46.2% of the surveyed students use digital devices for more than 8 hours a day, 26.9% – 6-8 hours, 19.2% – 4-6 hours, which mostly exceeds the recommended norms (no more than 4-6 hours) [6]. At the same time, 75% of respondents use gadgets every day before going to bed, with 40.4% spending 1-2 hours with them just before going to bed and 26.9% spending more than 2 hours, which negatively affects the process of falling asleep and the quality of night rest [1, 4].

When assessing the quality of their sleep, 38.5% of respondents described it as "good", 36.5% as "satisfactory", and only 15.4% as "excellent". At the same time, 21.2% of respondents often and 34.6% sometimes have difficulty falling asleep, possibly due to the influence of blue light from gadget screens. The majority of students (48.1%) sleep an average of 7-8 hours a day, 28.8% – 6-7 hours, and 15.4% – less than 6 hours, which for a significant number of them does not meet the

recommended norm for this age group (7-9 hours). In addition, 30.8% of respondents admitted to waking up regularly at night, and another 21.2% sometimes wake up at night to check their phone notifications, which indicates a disruption of sleep continuity that hurts mental health, as noted in the study by Alijanzadeh, M. and co-authors (2023) [2].

There is a clear correlation between the duration of gadget use and sleep quality. Among students who use digital devices for more than 8 hours a day, 13 people rate their sleep quality as "satisfactory", seven as "good", three as "poor", and only one- as "excellent". Instead, among those who use gadgets for 2-4 hours daily, "excellent" and "satisfactory" ratings prevail.

An important aspect of the study was to identify signs of digital addiction among students. It was found that 42.3% of respondents do not notice how quickly time passes when using gadgets (they answered, "Sometimes time passes me by"), and 11.5% always and 36.5% sometimes feel anxious if they cannot check their phone messages. These indicators indicate the formation of a specific psychological dependence on digital devices, which is confirmed by the research of Setia and co-authors (2025) on the need for digital detox strategies to maintain mental health [6].

It was also found that only 40.4% of respondents regularly use the Night or Blue Light mode on their devices, 21.2% do so occasionally, and 38.5% do not use such features at all, despite their proven effectiveness in improving sleep quality [1].

An analysis of the answers to open-ended questions showed that among the factors that most often interfere with quality sleep, students often mention phone use, stress, anxiety and external noise. As part of the survey, students were asked to identify alternatives to using gadgets before bed. The most popular options included reading paper books, listening to audiobooks or relaxation music, meditation, limiting the use of social media, and setting limits on screen time. These findings correlate with the results of a study by Baka and colleagues (2025), which demonstrate the effectiveness of such interventions in improving young people's mental health [3].

Conclusions and prospects for further research. The results of the study show that a significant number of students spend an excessive amount of time in front of digital devices. Almost half of them regularly use gadgets before bed -this hurts the quality of sleep: students often do not notice the passage of time while using digital technologies, periodically experience anxiety due to lack of access to a phone, have problems falling asleep and have insufficient sleep duration. Another negative factor is checking the phone at night, which is typical for a third of respondents.

Based on the results obtained and the analysis of scientific literature, practical recommendations on digital hygiene for students were developed, including using the "Night Mode" mode or blue light filters on gadgets in the evening (2-3 hours before bedtime); refusing to browse social media and news before bedtime; replacing digital devices with alternative options for spending time before bedtime; setting clear time limits for using gadgets; regular breaks while working with digital devices.

Prospects for further research are the development and implementation of a comprehensive digital hygiene programme for students of higher education institutions with further evaluation of its effectiveness, as well as the study of the relationship between digital hygiene and students' academic performance.

Literature:

1. AlShareef, S. M. The impact of bedtime technology use on sleep quality and excessive daytime sleepiness in adults. *Sleep Science*. 2022. Vol. 15(Spec 2). P. 318-327. DOI: 10.5935/1984-0063.20200128.
2. Alijanzadeh, M., Yahaghi, R., Rahmani, J., Yazdi, N., Jafari, E., Alijani, H., Zamani, N., Fotuhi, R., Taherkhani, E., Buchali, Z. et al. Sleep hygiene behaviours mediate the association between health/e-health literacy and mental wellbeing. *Health Expect*. 2023. Vol. 26(6). P. 2349-2360. DOI: 10.1111/hex.13837.
3. Baka, E., Tan, Y.-R., Wong, B. L. H., Xing, Z., Yap, P. A scoping review of digital interventions for the promotion of mental health and prevention of mental health conditions for young people. *Oxford Open Digital Health*. 2025. Vol. 3. oqaf005. DOI: 10.1093/oodh/oqaf005.

4. Jacobsen, B. M. Digital Hygiene & Mental Health. LinkedIn. 2023. URL: <https://www.linkedin.com/pulse/digital-hygiene-mental-health-brian-m%C3%B8ller-jacobsen> (accessed 10.04.2025).

5. North Kansas City Hospital and Meritas Health. Prioritising Mental Health in a Digital World. 2024. URL: <https://www.nkch.org/blog/prioritizing-mental-health-digital-world> (accessed 10.04.2025).

6. Setia, S., Gilbert, F., Tichy, M. L., Redpath, J., Shahzad, N., Marraccini, M. E. Digital Detox Strategies and Mental Health: A Comprehensive Scoping Review of Why, Where, and How. Cureus. 2025. Vol. 17(1). e78250. DOI: 10.7759/cureus.78250.

7. Smith, K. A., Blease, C., Faurholt-Jepsen, M., Firth, J., Van Daele, T., Moreno, C., Carlbring, P., Ebner-Priemer, U. W., Koutsouleris, N., Riper, H. et al. Digital mental health: challenges and next steps. BMJ Ment Health. 2023. Vol. 26(1). e300670. DOI: 10.1136/bmjment-2023-300670.

АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕННЯ ФАРМАЕКОНОМІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПРОТИЕПІЛЕПТИЧНИХ ЗАСОБІВ

Борисенко Наталія Миколаївна
Черкаська медична академія

ALGORITHM FOR CONDUCTING PHARMACOECONOMIC STUDIES OF ANTIPILEPTIC DRUGS

Nataliya Borisenko
Cherkasy Medical Academy

Анотація. Фармакоєкономічні дослідження протиепілептичних засобів (ПЕЗ) є важливим напрямом клінічної фармакології, спрямованим на оцінку економічної ефективності різних стратегій фармакотерапії епілепсії. Ці дослідження мають на меті визначення оптимального співвідношення між вартістю медичних втручань та їх клінічною результативністю, що дозволяє раціоналізувати використання обмежених ресурсів системи охорони здоров'я.

Ключові слова: протиепілептичні засоби, фармакоєкономічні дослідження, вартість лікування, схеми лікування

Актуальність. Фармакоєкономічні дослідження протиепілептичних засобів (ПЕЗ) проводяться для оцінки економічної ефективності різних стратегій лікування епілепсії. Такий підхід є комплексною оцінкою, що виходить за межі простого порівняння цін на лікарські препарати. Їхня мета полягає у визначенні оптимального балансу між фінансовими витратами на медичні втручання та їхньою клінічною ефективністю, що дозволяє досягти максимального результату при мінімізації витрат [1-2,5].

Алгоритм таких досліджень включає кілька ключових етапів:

1. Визначення мети та перспективи дослідження, які вбачаються в:

- **Мета:**
 - Порівняння вартості та ефективності різних ПЕЗ.
 - Оцінка впливу ПЕЗ на якість життя пацієнтів.
 - Визначення оптимальної стратегії лікування з економічної точки зору.
- **Перспектива:**
 - Клінічна (оцінка з точки зору медичного закладу) [3].
 - Соціальна (оцінка з точки зору суспільства).
 - Перспектива пацієнта.

2. Визначення популяції пацієнтів:

- Визначення критеріїв включення та виключення пацієнтів.

ЗМІСТ

<i>Meda Bertasiute, Evelina Bredelyte-Gruodiene</i> STUDY OF MICROBIAL CONTAMINATION OF SURFACES IN KITCHENS AND DINING ROOMS OF PRESCHOOL AND GENERAL EDUCATION SCHOOLS	5
<i>Małgorzata Marć, Maria Sołek</i> PIEŁĘGNIARKA WYSTARCZAJĄCO DOBRA CZY IDEALNA?	7
<i>Mõts Gerli, Uibu Ere, Urban Reet</i> ETHICAL CONFLICTS IN NURSING: PERSPECTIVE OF NURSES IN ESTONIA	9
<i>Jõgi Eerik, Udras Helen, Külm Marika, Maalman Angelica, Ruus Merily-Riin, Rohtla Helen, Tõemets Aili</i> THE CONTENT OF VANCOMYCIN-RESISTANT ENTEROCOCCI IN TARTU COUNTY RECREATIONAL WATER SAMPLES IN THE SUMMER OF 2022/2023	11
<i>Антал Н.М.</i> ПОТЕНЦІЙНІ ПЕРЕШКОДИ ДЛЯ ГРУДНОГО ВИГОДОВУВАННЯ НЕМОВЛЯТ МАТЕРЯМИ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ	13
<i>Бовкун С.В.</i> ПИТАННЯ ОБІЗНАНОСТІ МЕШКАНЦІВ МІСТА ЖИТОМИРА ЩОДО ІНФОРМАЦІЇ ПРО КРИЗОВІ СИТУАЦІЇ У СФЕРІ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я	16
<i>Богачова О.С., Масленников Д.В.</i> ЦИФРОВА ГІГІЄНА ТА ЇЇ РОЛЬ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА РІШЕННЯ	18
<i>Борисенко Н.М.</i> АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕННЯ ФАРМАЕКОНОМІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПРОТИЕПЛЕПТИЧНИХ ЗАСОБІВ	21
<i>Бородовський М.С., Іващенко І.М.</i> РОЛЬ ЛАБОРАТОРНОЇ ІНФОРМАЦІЙНОЇ СИСТЕМИ В РОБОТІ ЛАБОРАТОРНОЇ МЕДИЦИНИ	23
<i>Бражевська Д.В., Васьковська О.Л.</i> ЛІКУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКА СТОМАТИТУ У ДІТЕЙ	25
<i>Бушуйєва В.Ю.</i> ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ ТА ЙОГО ПЕРСПЕКТИВИ У КОНТЕКСТІ ЖІНОЧОГО ЗДОРОВ'Я	27
<i>Вербовська Н.М.</i> ШКІРНІ ЗАХВОРЮВАННЯ ЯК ІНДИКАТОР СТАНУ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я	29
<i>Гаріфулліна Н.В., Гришук С.М.</i> САМООЦІНКА РІВНЯ ВОЛОДІННЯ ЗАГАЛЬНИМИ ЦИФРОВИМИ КОМПЕТЕНТНОСТЯМИ ЗДОБУВАЧАМИ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ	30