

О. Н. ЛИТВИНОВА¹, О. І. КАЧМАР²

ІНТЕГРАЦІЙНИЙ АСПЕКТ ВИБОРУ СТРАТЕГІЇ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я: РОЛЬ ДЕТЕРМІНАНТ ЗДОРОВ'Я

¹Тернопільський національний медичний університет
імені І. Я. Горбачевського МОЗ України, м. Тернопіль, Україна

²Чортківський міськміжрайонний відділ Державної установи «Тернопільський обласний лабораторний
центр МОЗ України», м. Чортків, Україна

Мета: проаналізувати роль і вплив соціально-гігієнічних та демографічних детермінант здоров'я, а також концепції здорового способу життя в багатогранному аспекті для вибору здоров'язберігальної стратегії.

Матеріали і методи. Використано узагальнення даних джерел науково-дослідної та методичної літератури. Основні методи дослідження: метод системного підходу, аналізу і прогнозування, бібліосемантичний метод.

Результати. На здоров'я молодого покоління мають значний вплив соціальні фактори як на особистісному, сімейному, громадському, так і національному рівнях. Основними причинами втрати здоров'я, зростання смертності та зниження очікуваної тривалості життя є низький рівень і несприятливі умови життєдіяльності значної частини населення, низька ефективність існуючої системи охорони здоров'я, поширеність шкідливих звичок та нехтування необхідними нормами здорового способу життя. Ситуація, що склалася, потребує вдосконалення підходів до охорони громадського здоров'я в Україні, перегляду рекомендацій та ключових засад діючих програмних і стратегічних документів у сфері охорони здоров'я. Актуальним є продовження досліджень з питань ролі та впливу детермінант здоров'я.

Висновки. Правильно обрана здоров'язберігальна стратегія повинна включати пряму багатогранну оцінку здоров'я, в основі якої лежить холистичне розуміння функціонування та адаптації організму до змін, що виникають впродовж життя. Критеріями виступають інформативність інтеграційного та енергетичного компонентів, що включають гармонійність функціонування організму та його можливі резерви без зайвих ризиків і втрат. Кінцевою метою запобігання негативному впливу зовнішніх та внутрішніх детермінант є збереження здоров'я на високому рівні його життєздатності. Для її реалізації актуальним є підтримання так званого «безпечного рівня» здоров'я в усіх його проявах впродовж усього життя кожного індивідуума і громадськості в цілому.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: здоров'я; детермінанти здоров'я; здоров'язберігальна стратегія.

Основною групою ризику можливого негативного впливу соціальних детермінант на здоров'я є молодь. У молодих людей доволі часто відсутні вміння раціонально організувати роботу, навчання, режим дня, харчування, елементарні психо-гігієнічні навички. Унаслідок нездорового способу життя на тлі деструктивних соціальних явищ виникають патологічні зміни у стані здоров'я спочатку функціонального, потім морфологічного характеру, згодом – гострі та хронічні захворювання.

Соціальний статус молоді, їхні ціннісні орієнтації і мотивації, життєві плани та цілі – це ті визначальні якості, в яких прихований істинний зміст її становлення як невід'ємної частини будь-якого суспільства і майбутнього держави в цілому.

За попередніми даними соціологічних опитувань, у системі цінностей молодих людей здоров'я займає доволі високе, хоч і не пріоритетне, місце. Як наслідок, молодь не розглядає його як капітал, який необхідно берегти та примножувати. У молодому віці порушення здоров'я здебільшого не створюють дискомфорт у повсякденному житті. Тому хоча особиста і соціальна цінність здоров'я й усвідомлюється, вона сприймається абстрактно, безособистісно і не поєд-

нується з життєвими стратегіями та нормами повсякденної поведінки [9].

Мета роботи: проаналізувати роль і вплив соціально-гігієнічних та демографічних детермінант здоров'я, а також концепції здорового способу життя в багатогранному аспекті для вибору здоров'язберігальної стратегії.

Матеріали і методи. Використано узагальнення даних джерел науково-дослідної та методичної літератури. Основні методи дослідження: метод системного підходу, аналізу і прогнозування, бібліосемантичний метод.

Результати дослідження та їх обговорення. На здоров'я молодого покоління мають значний вплив соціальні фактори як на особистісному, сімейному, громадському, так і національному рівнях. Оскільки поведінка щодо здоров'я та власне здоров'я закладається у підлітковому віці, спосіб життя, як і соціальні детермінанти, впливає на здоров'я підлітків і є ключовим для здоров'я всього населення та економічного розвитку нації. Сприятливі родинні умови, безпечні школи разом із позитивним підходом та односторонніми-однолітками мають вирішальне значення для надання людям молодого віку можливості розвинути свій потенціал і досягти найкращого здоров'я при повноцінному переході до етапу дорослого життя.

Основними причинами втрати здоров'я, зростання смертності та зниження очікуваної тривалості життя є низький рівень і несприятливі умови життєдіяльності значної частини населення, низька ефективність існуючої системи охорони здоров'я, поширеність шкідливих звичок та нехтування необхідними нормами здорового способу життя [11].

Низький рівень здоров'я молоді має низку конкретних причин, серед яких: відсутність пріоритету здоров'я та мотивації на здоровий спосіб життя і культуру здоров'я, конфлікти, агресивне соціальне середовище, складна криміногенна ситуація, незадовільна організація харчування, санітарно-гігієнічні проблеми, а також незадовільна організація навчального процесу [5]. Негативний вплив спричиняє і той факт, що ми звертаємо мало уваги на суттєві зміни у стилі, укладі самого життя сучасної молоді людини. Як наслідок, багато із того, що вважалося профілактикою та запобіганням нездорової поведінки, є неактуальним і неідеальним у реаліях сьогодення.

Скорочення обсягу та якості санітарно-профілактичної роботи протягом останнього десятиріччя чітко прослідковується у зниженні обізнаності осіб молодого віку щодо ризиків захворювань, їхньої санітарної культури тощо. У реальному повсякденному житті, навіть за підвищення загальної поінформованості дітей, частина життєво вагомих рутинних гігієнічних дій не реалізується [2, 7].

Ситуація, що склалася, потребує вдосконалення підходів до охорони громадського здоров'я в Україні з урахуванням ключових положень європейської політики «Здоров'я – 2020», стратегії Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) «Здоров'я для всіх», рекомендацій та ключових засад інших програмних і стратегічних документів. Політика охорони здоров'я щодо неінфекційних захворювань розглядається як інтервенції з метою зниження ризику для населення та індивідуальної сприйнятливості [1, 4].

За умов високого ступеня соціальної нерівності, що існує в Україні, особливого значення набувають соціальні детермінанти здоров'я. Їх багато, при цьому вони не тільки безпосередньо впливають на здоров'я, а й вступають у складну взаємодію, справляючи на здоров'я як прямий, так і опосередкований іншими чинниками вплив. Першочергового значення серед них набувають матеріальні чинники, що значною мірою детермінують спосіб життя.

Здоров'я дітей і молоді перебуває під не менш вагомих впливом навколишнього середовища, при цьому вплив зовнішніх чинників на організм, що розвивається, є більшим, ніж на організм дорослої людини. Забруднення атмосферного повітря, недостатньо висока якість продуктів харчування, питної води, підвищений рівень шуму, незадовільні гігієнічні умови у навчальних закладах зумовлюють патологічні зміни стану здоров'я [3].

Рівень здоров'я безпосередньо пов'язаний з рівнем освіти. Чим вищий він у певному соціаль-

ному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я демонструє. Доцільно розуміти поняття освіти в даному контексті не тільки як освіту суто валеологічну, а значно ширше – як загальну освіту в цілому. Тобто, детальне розуміння основ природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень створює можливості формувати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я в цілому. Незважаючи на суттєві підтвердження впливу такого детермінанта здоров'я, як рівень освіти, наявна недостатня оцінка його незалежної ролі як причинного агента [6].

За даними епідеміологічних досліджень, серед сімей у більшості випадків не приділяється належна увага організації харчування дітей та отриманню збалансованого набору харчових продуктів, що свідчить про низький рівень культури харчування і недостатню увагу сім'ї до проблеми здоров'я в цілому [8].

До неправильного, нераціонального харчування додається ще й гіподинамія. Якщо норма щоденної рухової активності систематично не виконується, в організмі, який активно росте і формується, порушуються біохімічні процеси, що призводять до зниження його опірності інфекціям, переохолодженню, перегріву, раптовим стресовим ситуаціям.

Надмірна маса тіла та ожиріння – характерні зовнішні симптоми нераціонального харчування та малої рухової активності. Всесвітня організація охорони здоров'я вважає, що ожиріння серед дітей є однією з найбільш глобальних проблем, що стоять перед охороною здоров'я у XXI столітті. На жаль, в українському суспільстві немає чіткого усвідомлення масової загрози і не застосовуються якісні профілактичні заходи, щоб запобігти подальшому розвитку цієї тенденції.

У ситуації, яка склалася, все більшого значення набуває формування психологічної культури здорового способу життя населення, що сприяє збереженню і зміцненню здоров'я, запобігає розвитку хвороб, адже очевидно, що найважливіша роль в збереженні та формуванні здоров'я належить самій людині, її способу життя, системі цінностей, рівню гармонізації її внутрішнього світу і стосунків з оточенням. Концепція збереження здоров'я завдяки здоровому способу життя повинна стати головним життєвим завданням кожної особистості [12].

Маючи достатньо високий рівень загальної інформованості щодо принципів збереження та зміцнення здоров'я, значна кількість людей всупереч всьому не дотримується правил здорового способу життя. Саме здоровий спосіб життя – це якісна передумова майбутньої самореалізації молодих людей, успішного навчання, продуктивної діяльності, здатності до створення сім'ї та народження здорових дітей, творчої та суспільно-політичної активності.

Санітарно-гігієнічна культура як невід'ємна частина загальної компетентності збереження здоров'я основним своїм завданням вбачає про-

філактику захворювань [10]. Згідно з актуальними матеріалами ВООЗ, у профілактичному забезпеченні населення виділяють два принципових напрями:

– профілактика захворювань (*Disease Prevention*) – заходи, спрямовані на запобігання, зменшення чинників ризику хвороб, а також на припинення поширеності хвороби та зменшення наслідків перенесених захворювань;

– зміцнення (збереження) здоров'я (*Health Promotion*) – процес, який дає можливість посилити контроль за власним здоров'ям та детермінантами, що його визначають, а також покращити його якість в конкретних соціальних сферах.

Для превентивної медицини принципівим є те, що при здоров'язберігальній стратегії першочерговим є не усунення факторів ризику розвитку певних видів патології, а забезпечення умов для збереження такого потенціалу здоров'я, який би дозволив організму протистояти впливу цих чинників, тобто сприянню здоров'ю, позаяк постійна зміна умов життєдіяльності, виникнення все нових і нових чинників ризику (соціальних, економічних, екологічних тощо) потребує формування цілої низки пристосовувальних реакцій організму.

Висновки

Правильно обрана здоров'язберігальна стратегія повинна включати пряму багатогранну оцін-

ку здоров'я, в основі якої лежить холистичне розуміння функціонування та адаптації організму до змін, що виникають впродовж життя. Критеріями виступають інформативність інтеграційного та енергетичного компонентів, що включають гармонійність функціонування організму та його можливі резерви без зайвих ризиків і втрат.

Кінцевою метою запобігання негативному впливу зовнішніх та внутрішніх детермінант є збереження здоров'я на високому рівні його життєздатності. Для її реалізації актуальним є підтримання так званого «безпечного рівня» здоров'я в усіх його проявах впродовж усього життя кожного індивідуума і громадськості в цілому.

Перспективи подальших досліджень. Важливою необхідністю сучасності є систематичний аналіз та відслідковування проблем, пов'язаних із соціальними і демографічними детермінантами та їх несумісністю зі здоров'ям. Провідними фахівцями сфери громадського здоров'я повинні бути запропоновані чіткі та ефективні стратегії про те, як науковці, медична і освітня спільнота могли б розробляти і впроваджувати дієві заходи, масові повідомлення та мотивації для формування здоров'язберігальної громадської думки і обговорення соціально-демографічних умов, що формують стан здоров'я і добробут населення.

Список літератури

1. Грузева Т. С. Інноваційна сутність та стратегічний і практичний потенціал нової європейської політики «Здоров'я – 2020» / Т. С. Грузева // Вісник проблем біології і медицини. – 2014. – Вип. 3 (1). – С. 25–33.
2. Знаменська М. А. Медико-соціальне обґрунтування системи комунікацій в охороні здоров'я / М. А. Знаменська ; НМАПО імені П. Л. Шупика. – К., 2016. – 39 с.
3. Імовірнісний підхід до прогнозування відхилень в здоров'ї здорових дітей / О. В. Бердник, В. Ю. Зайковська, Т. П. Сидоренко, О. В. Добрянська // *Biomed. Biosoc. Antropol.* – 2009. – № 13. – С. 12–14.
4. Князевич В. М. Державна політика з охорони здоров'я в Україні: перспективи розвитку в умовах системних змін / В. М. Князевич, Т. П. Авраменко // Збірник наукових праць Національної академії державного управління при Президентіві України. – 2015. – № 1. – С. 164–179.
5. Комплексна оцінка стану здоров'я дітей і підлітків як гігієнічна проблема: методологічні та прикладні аспекти (огляд літератури) / Є. Г. Гончарук, В. Г. Бардов, І. В. Сергета, С. Т. Омельчук // Журнал АМН України. – 2003. – № 3. – С. 444–462.
6. Рингач Н. О. Освіта як детермінанта здоров'я в політиці України: орієнтири на шляху досягнення цілей сталого розвитку у світлі Мінської декларації / Н. О. Рингач, Т. О. Лукіна // Державне управління: теорія і практика. – 2016. – № 1. – С. 158–171.
7. Сердюк А. М. Виконання наукової частини Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації» на 2002–2011 роки / А. М. Сердюк, Н. С. Полька, А. В. Коблянська // Актуальні питання гігієни та екологічної безпеки України : зб. тез. наук.-практ. конф. – К., 2010. – С. 171–172.
8. Сім'я в умовах становлення незалежної України (2001–2003 роки) : Державна доповідь про становище сімей в Україні (за підсумками 2003 р.). – К. : Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2004. – 68 с.
9. Скочко Т. П. Наукові засади гігієнічної донозологічної діагностики резервів здоров'я підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. мед. наук / Т. П. Скочко. – К., 2011. – 32 с.
10. Шафранський В. В. Стратегія досягнення здоров'я та благополуччя населення країни в умовах сучасних викликів українському суспільству / В. В. Шафранський, С. В. Дудник // Україна. Здоров'я нації. – 2015. – № 3. – С. 118–122.
11. Шерстюк Н. С. Здоров'я населення України та його вплив на демографічну ситуацію / Н. С. Шерстюк, А. В. Соколов // Економіка і суспільство. – 2016. – № 5. – С. 316–319.
12. Wall J. Children's health: priorities, responsibilities and health policy / J. Wall, B. Goldberg // *J. Amer. Board Family Pract.* – 2014. – Ed. 7, No. 5. – P. 447–449.

References

1. Gruzeva, T.S. (2014). Innovatsiyna sutnist ta stratehichnyy i praktychnyy potentsial novoyi yevropeyskoyi polityky «Zdorovya–2020» [Innovative essence and strategic and practical potential of the new European policy «Health 2020»]. *Visnyk problem biolohiyi i medytsyny – Bulletin of Problems of Biology and Medicine*, 1(3), 25-33 [in Ukrainian].

2. Znamenskaya, M.A. (2016). *Medyko-sotsialne obgruntuvannya systemy komunikatsiy v okhoroni zdorovya* [Medico-social substantiation of the system of communications in health care]. Kyiv: NMAPO imeni P.L. Shupyka [in Ukrainian].
3. Berdnyk, O.V., Zaykovskaya, V.Yu., Sidorenko, T.P., & Dobryanska, O.V. (2009). Imovirnisny pidkhdid do prohnozuvannya vidkhylen v zdorovy zdorovykh ditey [Probabilistic approach to predicting abnormalities in the health of healthy children]. *Biomed. Biosoc. Anthropol.*, 13, 12-14 [in Ukrainian].
4. Knyazevich, V.M., & Avramenko, T.P. (2015). Derzhavna polityka z okhorony zdorovya v Ukraini: perspektyvy rozvytku v umovakh systemnykh zmin [State health policy in Ukraine: prospects for development in the context of systematic change]. *Proceedings of the National Academy of Public Administration under the President of Ukraine* 1, 164-179. Kyiv [in Ukrainian].
5. Goncharuk, E.G., Bardov, V.G., Sergeta, I.V., & Omelchuk, S.T. (2003). Kompleksna otsinka stanu zdorovya ditey i pidlitkiv yakii hihiyenichna problema: metodolohichni ta prykladni aspekty (ohlyadi literatury) [Comprehensive assessment of the health of children and adolescents as a hygienic problem: methodological and applied aspects (review of the literature)]. *Zhurnal AMN Ukrainy – Journal of the Academy of Medical Sciences of Ukraine*, 3, 444-462 [in Ukrainian].
6. Lukina, T.O., & Ringach, N.O. (2016). Osvita yak determinanta zdorovya v politytsi Ukrainy: oriyentyr na shlyakhu dosyahnennya tsiley staloho rozvytku u svitli Minskoyii deklaratsiyi [Education as a determinant of health in Ukrainian politics: guidelines for achieving sustainable development goals in the light of the Minsk Declaration]. *Derzhavna upravlinnya: teoriya i praktyka – Public Administration: Theory and Practice.*, 1, 158-171 [in Ukrainian].
7. Serdyuk, A.M., Polka, N.S., & Koblyanskaya, A.V. (2010). Vykonnannya naukovoii chastyny Mizhhaluzevoyi kompleksnoyi prohramy «Zdorovya natsiyi» na 2002–2011 roky [Implementation of the scientific part of the Intersectoral comprehensive program “Health of the Nation” for 2002–2011]. *Proceedings from Aktualni pytannya hihiyeny ta ekolohichnoyi bezpeky Ukrainy – Current issues of hygiene and environmental safety of Ukraine*, Kyiv [in Ukrainian].
8. (2004). *Simya v umovakh stanovlennya nezalezhnoyi Ukrainy (2001–2003 roky)* [The family in the conditions of formation independent of Ukraine (2001–2003)]. *State report on the situation of families in Ukraine (following the results of 2003)*. Kyiv: State Institute of Family and Youth Problems, [in Ukrainian].
9. Skochko T.P. (2011). Naukovi zasady hihiyenichnoyi donozolohichnoyi diahnostryky rezerviv zdorovya pidlitkiv [Scientific principles of hygienic pre-nosological diagnosis of adolescent health reserves]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
10. Shafransky, V.V., & Dudnik, S.V. (2015). Stratehiya dosyahnennya zdorovya tai blahopoluchchya naseleण्या krayiny v umovakh suchasnykh vyklykivi ukrayinskomu suspilstvu [A strategy of achieving the health and well-being of the country's population in the face of modern challenges to Ukrainian society]. *Ukrayina. Zdoroya natsiyi – Ukraine. The Health of the Nation*, 3, 118-122 [in Ukrainian].
11. Sherstyuk, N.S., & Sokolov, A.V. (2016). Zdorovya naseleण्या Ukrainy ta yoho vplyv na demohrafichnu sytuatsiyu [Health of the population of Ukraine and its impact on the demographic situation]. *Ekonomika i suspilstvo – Economy and Society*, 5, 316-319 [in Ukrainian].
12. Wall, J., & Goldberg, B. (2014). Children's health: priorities, responsibilities and health policy. [J. Amer.] *Board Family Pract.*, 7(5), 447-449.

THE INTEGRATING ASPECT OF CHOOSING A HEALTH STRATEGY: ROLE OF THE DETERMINANTS OF HEALTH

O. N. Litvinova¹, O. I. Kachmar²

¹I. Horbachevsky Ternopil National Medical University, Ternopil, Ukraine

²Chortkiv city interdistrict department of the State Institution «Ternopil Regional Laboratory Center of the Ministry of Health of Ukraine», Chortkiv, Ukraine

Purpose: to analyze the role and influence of socio-hygienic and demographic determinants of health, as well as the concept of a healthy lifestyle in a multifaceted aspect of choice of healthcare strategy.

Materials and Methods. The data of sources of researches and methodical literature are used. Research methods: method of systemic approach, analysis and prognostication, biblio-semantic method.

Results. The health of the young generation is significantly influenced by social factors at the personal, family, community and national levels. The main causes of health loss, increased mortality and reduced life expectancy are the low level and unfavorable living conditions of a large part of the population, low efficiency of the existing health care system, the prevalence of bad habits and neglect of the necessity healthy lifestyle. The current situation requires improvement of approaches of public health in Ukraine, revision of recommendations and main principles of existing program and strategic documents in the healthcare system. There is a need to continue researches on the role and impact of health determinants.

Conclusions. Properly chosen healthcare strategy should include a direct multifaceted assessment of health, based on a holistic understanding of the functioning and adaptive capabilities of body throughout the life. The criteria for this are the informativeness of the integrational and energetical components, which include the harmony of the body's functioning and its possible reserves without unnecessary risks and losses. The ultimate goal of preventing the negative effects of external and internal determinants is to keep the health at a high level of viability. For its implementation, it is necessary to maintain the so-called «safe level» of health in all its manifestations throughout the life of each individual and the public as a whole.

KEY WORDS: **health; determinants of health; healthcare strategy.**

Рукопис надійшов до редакції 15.03.2021 р.

Відомості про авторів:

Литвинова Ольга Несторівна – кандидат медичних наук, доцент кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України; тел.: +38(0352) 52-72-33.

Качмар Оксана Іванівна – біолог санітарно-гігієнічної лабораторії Відокремленого структурного підрозділу «Чортківський міськміжрайонний відділ Державної установи «Тернопільський обласний лабораторний центр МОЗ України»; тел.: +38(03552) 2-16-42.