

Як видно, на сьогодні існують різні підходи до дефініції поняття "місто", як в географічній науці, загалом, так і в геурбаністиці, зокрема. В той же час для України в зв'язку з майбутньою територіальною реформою визначення даного поняття набуває державної ваги, оскільки власне місто з його соціально-комунікаційною інфраструктурою та управлінськими важелями впливу має стати центром формування майбутніх територіальних громад, а значить осередків соціально-медико-економічного життя держави.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. – К.; Ірпінь: ВТФ „Перун”, 2002. – 1440 с.
2. Вступ до економічної і соціальної географії: Підручник / А.П. Голиков, Я.Б. Олійник, А.В. Степаненко. – К.: Либідь, 1996. – 320 с.
3. *Салій І.М.* Українські міста: питання власності і муніципального управління. – К.: ДП „Експрес-Поліграф”, 2001. – 416 с.
4. Соціально-економічна географія світу / За ред. С.П. Кузика. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998. – 256 с.
5. Соціально-економічна географія України: Навч. посібник / За ред. проф. О.І. Шаблія. – Львів: Світ, 2001. – 608 с.
6. *Топчієв О.Г.* Основи суспільної географії: Навч. посібник. – Одеса: Астропринт, 2001. – 560 с.

В. М. ЛИСАК

### ШКІДЛИВИЙ ВПЛИВ ТЮТЮНОПАЛІННЯ НА СПОСІБ ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

*Автор досліджує проблему шкідливого впливу тютюнопаління на здоров'я молоді студентського віку та пропонує превентивні методики.*

*Автор исследует проблемы пагубного влияния табакокурения на здоровье молодежи студенческого возраста и предлагает превентивные методики.*

*The author investigates the problem of the damaging influence of the smoking of tobacco on the youth health and proposes the preventive methods.*

Здоров'я молодих людей, зокрема тих, що здобувають вищу освіту, в сучасному українському суспільстві належить одночасно як до локальних так і до глобальних проблем, що мають життєво важливе значення для кожної особистості зокрема та маленької й великої соціальної групи в цілому. Індивідуальне здоров'я сучасного студента — абсолютна й непересічна вартість, яка перебуває на найвишому щаблі ієрархічної шкали цінностей, а також у системі важливих категорій людського буття: ідеалів, гармонії, щастя, творчої праці.

„Здоров'я — це безцінний дар природи... Його треба берегти. Але здоров'я багато в чому залежить від самої людини, від способу її життя, умов праці, харчування її звичок”, — зазначав видатний російський фізіолог І. Павлов. Тютюнопаління — одна з найнебезпечніших для здоров'я та водночас найпоширеніша шкідлива людська звичка, яка може перерости в тютюнову залежність та спричинити найрізноманітніші серцево-судинні, респіраторні, онкологічні та інші важковиліковувані захворювання.

У сучасні часи проблема тютюнової залежності постійно привертає увагу вітчизняних та зарубіжних фахівців (Д. Зоридзе, Л. Чазова, А. Александров, С. Табачников.). Проблема тютюнової залежності безпосередньо пов'язана із фактичним зростом смертності та зниженням працездатності осіб у найбільш активному акмеологічному (дорослому) віці. Практично, у кожній європейській державі є низка юридичних актів, котрі регулюють взаємовідносини тих осіб, які зловживають тютюнопалінням та тих, котрі не курять зовсім. В Україні Законом „Про попередження та зменшення вживання тютюнових виробів і їх шкідливого впливу на здоров'я населення” від 9 лютого 2006 року визначаються основні принципи та напрями державної політики щодо попередження куріння тютюнових виробів, зниження рівня їх вживання серед населення, обмеження доступу до них дітей, охорони здоров'я. Важливо, що державна політика відповідно до цього Закону ґрунтується на основоположних принципах: законності; комплексності правових, економічних, медичних та інших видів діяльності, спрямованих на охорону здоров'я населення; поступовості та поетапності заходів, спрямованих на зменшення вживання тютюнових виробів серед різних соціальних та вікових груп; пріоритетності профілактичних робіт, спрямованих на попередження вживання тютюнових виробів серед дітей та молоді; індивідуального підходу й доступності лікувально-профілактичних заходів для кожної особи, яка бажає позбутися шкідливої звички.

Тютюнопаління серед перешкод здорового способу життя сьогодні посідає одне з перших місць. Зокрема, у світі щорічно від різного роду хворіб помирає близько 3,5-4 млн. осіб в основному працездатного віку. У країнах Європи вживання тютюну та тютюнових виробів є причиною 1,2 млн. смертей в рік, що складає 14 % від усієї сумарної кількості населення.

В Україні щороку від негативного впливу нікотину гине близько 110 тис. людей. Особливо шкідливий вплив тютюнового диму на дітей, що в свою чергу підвищує ризик передчасної смерті від онкологічних, серцево-судинних та інших захворювань. За статистичними даними в Україні 46,8 % підлітків перебувають у тютюнової залежності, а в Росії розповсюдженість тютюнопаління складає серед підлітків 40 %, серед юнаків — 80 %.

Вивчаючи психологічні чинники тютюнопаління серед української молоді студентського віку, експериментальні дослідження проводились у Львівській комерційній академії, у яких взяли участь студенти 3 та 5 курсів спеціальностей „Банківська справа" та „Облік і аудит". Основними завданнями наших емпіричних досліджень було: 1. Дослідити поширеність тютюнопаління серед студентської молоді. 2. Проаналізувати роль само ефективності у формуванні тютюнопаління серед студентів. 3. Провести особистісний аналіз осіб, що палять і не палять. 4. Оцінити вплив ціннісних орієнтацій студентів на виникнення у них тютюнопаління. Для цього були використані такі методики: „Анкета тютюнопаління", „Тест на визначення акцентуації характеру Х. Шмішека", „Методика ціннісних орієнтацій Ш. Шварта", „Шкала самоефективності".

Нами виявлено, зокрема, що на виникнення тютюнопаління впливають особистісні характеристики й рівень самоефективності студента. У студентському віці кожна людина по своєму відчуває певні труднощі адаптаційного періоду до навчання та проживання у нових умовах, у формуванні власної системи цінностей, які пов'язані з вибором кар'єри та працевлаштуванням. Для того, щоб знати психологічні чинники тютюнопаління потрібно в'ясувати конкретні причини, які взаємопов'язані та певним чином обумовлені.

З цього приводу відомий австрійський психоаналітик Фройд вважав, що причина паління лежить ще в дитинстві й стверджував, що паління це — звичка, яка пов'язана з оральним задоволенням. Зокрема, ті молоді люди, які палять, можуть бути частково фіксованими на оральній фазі; оскільки їхнє психологічне дозрівання, як правило, незавершене. Справді, куріння в юному віці відбивається вкрай несприятливо на загальному стані організму, який розвивається і відповідно веде до гальмування процесу статевого дозрівання. А це в свою чергу призводить до сповільнення росту, погіршення розвитку грудної клітки й мускулатури, коли шкіра втрачає еластичність та пружність, обличчя виглядає несвіжим, рано з'являються зморшки. Молоді люди відрізняються блідістю не тільки через спазми кровоносних судин, але й внаслідок характерної для нікотиноманії анемії (недокрів'я).

Очевидно, що нікотин, який входить до складу тютюнового диму, має як стимулюючий, так і релаксуючий вплив на організм та його функціональні системи. А це частково допомагає курцям легше переносити стресові ситуації й на короткий час затримує розвиток психологічних та фізіологічних порушень, що викликаються стресом. Таким чином, антистресовий ефект у свою чергу призводить до подальшого посилення тютюнової залежності. У малих дозах нікотин діє збудливо на центральну нервову систему, посилює секреторну функцію слинних залоз, прискорює дихання і підвищує кров'яний тиск. Великі дози нікотину приводять до пригнічення діяльності нервової системи, навіть до її паралічу та зупинки дихання і серця. Доведено, що під дією тютюнової отрути руйнується вітамін С, а його дефіцит призводить до погіршення пам'яті й підвищення втоми.

Існує також багато факторів для того, щоб молодь починала й продовжувала палити. Серед них мають важливе значення внутрішні (особистісні) спонукальні мотиви та прагматичні зовнішні. До особистісних факторів відноситься власний імідж, самооцінка. Люди з більш низькою самооцінкою схильні до паління. Також важливу роль відіграють знання про шкідливість паління. Дуже багато української молоді не цікавляться, а тому й не знають про наслідки паління для власного здоров'я через відсутність санітарно-просвітницьких програм.

До зовнішніх факторів відноситься реклама. Вона також впливає на зацікавленість та розповсюдженість тютюнопаління серед студентської молоді. Чим доступніші тютюнові вироби в ціні, тим більша ймовірність того, що їх будуть активно купляти. Саме Закон „Про заходи..." передбачає обмеження щодо реалізації (продажу) та вживання тютюнових виробів, зокрема, „забороняється куріння ...на робочих місцях та громадських місцях, за винятком спеціально для цього відведених місць" [1,4]. Також дослідження показують, що відносно невисока вартість цигарок — це важливий фактор, який визначає розповсюдженість паління й об'єм споживання тютюнових виробів.

Ми довели, що споживання тютюну різко негативно впливає на стан здоров'я молодої людини. Паління сигарети здійснює на молодий організм шкідливий вплив ще й тим, що додає довготермінові ефекти, які можуть спричинити злоякісні захворювання. Для того, щоб знизити рівень паління серед молоді необхідно провести профілактичну роботу передусім серед дорослих. А також вводити нові законодавчі акти, які забороняють або обмежують рекламу в засобах масової інформації.

Як показали результати дослідження, поширеність паління серед молоді невисока, зокрема 34 % студентів палять і відповідно 66 % — ні. Молоді люди випалюють до п'яти цигарок на добу (73 %) і до 10 цигарок на добу (26 %) студентів. Молодь помилково вважає, що може обходитися без тютюнопаління і є незалежною від нього. Тому пояснюють свою тютюнову залежність тим, що їм нічого робити й підтримують товариство. Більша частина (69 %) з тих, що не палить, пробували палити в основному з ініціативи друзів й починали курити в середньому в 16 років.

Зв'язку між палінням батьків і палінням їхніх дітей не було виявлено. Те, що паління шкідливе для здоров'я, знають практично всі студенти. Бажання відмовитись від паління рано чи пізно виникає у всіх



студентів. Також 39 % студентів негативно ставляться до реклами тютюнових виробів, 34 % — нейтрально, 14 % висловили своє позитивне ставлення.

Було виявлено, що студенти які випалюють 10 цигарок вдень схильні до застрягаючого типу акцентуації. Тобто, це особи, які схильні до надмірної стійкості переживань, вони, як правило, не забувають образ. Тому цьому типу властиві такі якості, як злопам'ятність, підозра, хвороблива образливість, ревності, мстивість. Образа особистісних інтересів, як правило, не забувається такою людиною. До позитивних рис застрягаючого типу можна віднести честолюбство, впертість, здатність до зосередження зусиль на досягненні поставленою мети. Невдачі тільки ще більше розпалюють прагнення досягти бажаного та мобілізувати внутрішні потенційні сили особистості.

Самоефективність — оптимістичне переконання у власній здатності оптимально подолати будь-яку ситуацію, зарадити собі у дії різноманітних потужних стресорів. Загальна самоефективність сприяє визначенню мети, мобілізації ресурсів, наполегливості, якщо потрібно подолати перешкоди, швидкому відновленню у випадку невдачі. В результаті дослідження було виявлено, що 27 % студентів мають високий рівень самоефективності, 39 % — середній і 34 % мають низький рівень самоефективності. Але між самоефективністю й схильністю до тютюнопаління не було виявлено зв'язку.

Студентам, які не палять, і тим, що не палять, притаманні спільні цінності, а саме — бути великодушними. Це особистості, які не тримають ні на кого образ, і готові прощати навколишнім. Люблять платити добром за добро і не хочуть ні перед ким залишатись в боргу. Також, вони люблять різноманітне життя, яке сповнене новизни, змін та суттєвого поступу вперед.

Але, молодим особам, які не палять характерно ще такі цінності як, скромність (не люблять привертати до себе уваги), побожність, (дотримуються релігійної віри й переконань), поважають і підтримують традиції свого народу. Оскільки серед досліджуваних більшість осіб не палять (64 %), то відповідно респондентам притаманні такі особистісні цінності як самодостатність, наполегливість, цілеспрямованість, дисциплінованість.

Таким чином, сучасна молода особистість повинна само усвідомити, яка це велика людська цінність — здоров'я, і вести виправданий здоровий спосіб життя. Для майбутніх матерів (оскільки більшість респондентів дівчата) — це необхідна запорука щасливого материнства й дитинства. Адже європейській українській державі та суспільству потрібна стійка морально-духовна й здорова молодь.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Закон України „Про заходи попередження та вживання тютюнових виробів і їх шкідливого впливу на здоров'я населення. // Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2005, № 52, с. 565.
2. Желібо є., Заверуха Н., Зацарний В. Безпека життєдіяльності. — Київ: Каравела, 2001 С. 109-112.
3. Пістун І., Кіт Ю. Безпека життєдіяльності. — Львів: Афіша, 2000.

Н.В. МАЛЯРСЬКА, С.Д. БАБЛЯК, Ю.М. ПАНИШКО

#### ПРОБЛЕМА МОЗКОВОГО ІНСУЛЬТУ В СУЧАСНОМУ ЖИТТІ

*Стаття присвячена проблемі інсульту в житті сучасного суспільства.*

*Статья посвящена проблеме инсульта в жизни современного общества.*

*The article is devoted to the problem of stroke in life of modern society.*

У всіх країнах світу налічується понад 1 мільярд хворих на серцево-судинну патологію. Інсульт належить до найпоширеніших захворювань з яким стикаються лікарі-неврологи, реаніматологи, нейрохірурги та лікарі загальної практики.

Проблема інсульту набуває все більшу медико-соціальну значимість, що пов'язано із збільшенням серед населення частки осіб похилого і старечого вікових груп, а також наростаючим негативним впливом факторів урбанізації в економічно розвинених країнах. Інсульти та їх наслідки займають 2-3 місце серед причин смертності.

Згідно даних ВООЗ, інсульт щорічно уражає в світі близько 20 млн. людей, з яких 5 млн. вмирають внаслідок інсульту, із 15 млн., котрі виживають, приблизно 30% осіб інвалідизовано і потребують постійної сторонньої допомоги, у 1 з 6 пацієнтів гострий інсульт виникає повторно протягом перших 5 років.

У США інсульт залишається на третьому місці серед причин смертності у популяції: кожного року виникає близько 730 тис. нових випадків захворювання і 158 тис. смертей від нього; він є головною причиною неврологічної інвалідності в осіб дорослого віку.

В Росії щорічно захворюють на інсульт понад 450 тис. людей, в Україні більше 175 тис. людей.

За даними Б.С. Віленьського (1995) в Росії та країнах СНД протягом місяця з моменту захворювання вмирає більше 30% хворих, а протягом 1 року — 45-48%. До трудової діяльності повертається не більше 12% реконвалесцентів, а 25-30% пацієнтів до кінця життя залишаються інвалідами.