

УПЛЫЎ ЭКАЛОГІІ НА ЗДАРОЎЕ МОЛАДЗІ

*Грыбовіч Юлія Юр'еўна, юрыдычны факультэт, 3 курс,
Беларускі дзяржаўны ўніверсітэт, Рэспубліка Беларусь, г. Мінск*

*Навуковы кіраўнік: Апановіч Е. В., старэйшы выкладчык
кафедры фізічнага выхавання і спорту БДУ*

Аўтар разглядае стан здароўя сучаснай моладзі ў Рэспубліцы Беларусь ва ўмовах пагаршэння экалагічнай сітуацыі, таксама звяртае ўвагу на праблему аховы здароўя моладзі.

The author considers the state of health of modern youth in the Republic of Belarus in the conditions of deteriorating ecological situation, also draws attention to the problem of youth health care.

Ключавыя словы: моладзь; здароўе; экалогія.

Keywords: youth; health; ecology.

Уводзіны. Агляд літаратурных крыніц. З прычыны асаблівай актуальнасці і распаўсюджанасці праблемы ёй надаецца шмат увагі сярод даследчыкаў розных галін навукі з усяго свету. Сярод іх можна вылучыць В. В. Тараканаву, Н. Г. Салаўёва, Э. І. Саўко, Н. А. Таніну, Т. В. Пазнееву.

Мэта даследавання – вывучэнне канкрэтных фактараў, якія уплываюць на здароўе моладзі.

Задачы даследавання: разгледзець, наколькі экалагічныя праблемы ў Рэспубліцы Беларусь уплываюць на здароўе моладзі; вылучыць шляхі паляпшэння здароўя моладзі праз фарміраванне ў яе экалагічна пазітыўных звычак.

Вынікі даследаванняў. Здароўе чалавека – натуральны стан арганізма, які характарызуецца яго ўраўнаважанасцю з навакольным асяроддзем і адсутнасцю якіх-небудзь паталагічных змен ці хвароб. У адпаведнасці са Статутам Сусветнай арганізацыі аховы здароўя (1946 г.), «валоданне найвышэйшым дасягальным узроўнем здароўя з'яўляецца адным з асноўных правоў кожнага чалавека» [3]. На ажыццяўленне гэтага права ў канчатковым выніку накіравана велізарная маса намаганняў як індывіда, так і грамадства, дзяржавы. Аднак часцяком гэтая глабальная па сваіх маштабах задача, быўшы падзеленай на маленькія часткі, этапы, не бярэцца пад увагу выканаўцамі гэтага плана на сваім канкрэтным участку. Здаўна чалавек стараўся максімальна выкарыстоўваць розныя рэсурсы ў сваіх інтарэсах, сабе на карысць. Узнікненне тэхнічнага прагрэсу павысіла эфектыўнасць выкарыстання прыродных рэурсаў. Ён стаў настолькі магутным фактарам уздзеяння на прыроду, што ўсё часцей падпарадкоўвае сабе многае з таго, чаму быў прызваны служыць. Дыялектыка гэтых супярэчнасцяў была празорліва адзначана яшчэ Ф. Энгельсам, які пісаў: «Не будзем занадта спакушацца нашымі перамогамі над прыродай. За кожную

такую перамогу яна нам помсціць. Кожная з гэтых перамог мае, праўда, у першую чаргу тыя наступствы, на якія мы разлічвалі, але ў другую і трэцюю зусім іншыя непрадбачаныя наступствы, якія вельмі часта знішчаюць значэнне першых» [5].

Асноўнае выкладанне матэрыялу. За апошнія 100–150 гадоў жыццё звычайнага чалавека змянілася невымяральна больш, чым за 23 тысячы гадоў да гэтага. Ужо з сярэдзіны мінулага стагоддзя праблема забруджвання навакольнага асяроддзя выходзіць на галоўныя пазіцыі парадку дня. Небывалае развіццё вытворчых сіл, назапашванне ведаў, якія дазволілі людзям асвойваць космас, кіраваць энергіяй атама, пранікаць у нетры, уплываць на водную і паветраную стыхію планеты далі чалавеку каласальную сілу і знізілі магчымасць прыроды да самааднаўлення. Канфлікт грамадства з прыродай у планетарным маштабе нарастае, і ўсё часцей чалавек – адначасова і вінаваты, і ахвяра гэтага канфлікту. Экалагічная сітуацыя ў Рэспубліцы Беларусь выклікае вялікую трывогу. Перш за ўсё, гэта звязана з наступствамі аварыі на Чарнобыльскай АЭС. Яна пакінула глыбокі трагічны след у гісторыі нашай краіны, прынесла мноству людзей няшчасце, стаўшы прычынай страты здароўя і нават жыцця. Пераадоленне яе наступстваў запатрабавала (і патрабуе да гэтага часу) вялікіх сіл і сродкаў. Спецыялісты прыраўноўваюць выбухі на Чарнобыльскай АЭС да 300 бомбаў, скінутых на Хірасіму. 70 % радыеактыўных забруджванняў прыйшлося на Рэспубліку Беларусь, пятая частка насельніцтва краіны апынулася ў зоне паражэння, гэта каля 2 млн. чалавек. Пацярпелі ад радыеактыўнага забруджвання 54 раёна, на тэрыторыі якіх размешчаны 37 гарадоў і больш за 3 тыс. населеных пунктаў [9].

Найважнейшай экалагічнай праблемай з'яўляецца павелічэнне выкідаў шкодных рэчываў у атмасферу. Крыніцы гэтага віду забруджванняў – у асноўным прамысловасць і транспарт. Паводле звестак міжнароднай экспертнай групы HumanDynamic, якая працуе ў рамках праграмы "Паляпшэнне якасці паветра і кіраванне навакольным асяроддзем у Беларусі", выкіды шкодных рэчываў у атмасферу на душу насельніцтва ў Беларусі складаюць 130 кг у год на чалавека, а ў Еўропе – 80 кг [6]. Хімічнае забруджванне вод і глебаў краіны ўяўляе сабой не меншую праблему. Буйныя вытворчасці ў розных рэгіёнах (Салігорск, Наваполацк, Рэчыца, Гродна, Віцебск, Гомель і інш.). Нягледзячы на меры па ачыстцы сваіх адходаў, на кантроль прыродаахоўных ведамстваў, на пільнасць грамадскіх арганізацый, значна знізілі ўзровень экалагічнага дабрабыту гэтых тэрыторый [2]. У такіх рэгіёнах высокі ўзровень смяротнасці і ён, на жаль, мае тэндэнцыю да нарастання.

У цэлым па Беларусі сярэдняя працягласць жыцця людзей параўнальна невялікая: у мужчын яна складае 64 гады, у жанчын – 78 гадоў, што на 11–15 гадоў у мужчын і 5–10 гадоў у жанчын ніжэй, чым у развітых краінах свету. Таксама існуе велізарная праблема высокай смяротнасці працаздольнага насельніцтва: кожны чацвёрты жыхар краіны сыходзіць з жыцця ў працаздольным узросце, а сярод мужчын – кожны трэці [1].

Сачыць за здароўем у гэтай абстаноўцы становіцца для маладых людзей асабліва важным. Сярод выпускнікоў сярэдніх школ толькі 5–10 % практычна здаровыя, астатнія маюць тых ці іншыя захворванні, у тым ліку хранічныя. Паглыблены медыцынскі агляд 516 падлеткаў (які праводзіў Беларуска-навукова-даследчы санітарна-гігіенічны інстытут), якія паступілі на 1 курс навучання, выявіў у 92,8 % морфафункцыянальныя парушэнні і адхіленні ў стане здароўя, у 29,6 % – хранічныя захворванні ў стане кампенсацыі і дэкампенсацыі, 46,8 % абследаваных маюць паніжаную вастрыню зроку, у асноўным за кошт міапіі слабой і сярэдняй ступені; 20,4 % маюць парушэнні з боку касцева-мышачнай сістэмы; 17,3 % – з боку сардэчнасасудзістай сістэмы. Хранічныя хваробы органаў дыхання выяўленыя ў 4,9 % моладзі; цэнтральнай і перыферычнай нервовай сістэмы – у 3,9 %; органаў стрававання – у 13,8 %; мочапалавой сістэмы – у 2,9 %. 30,2 % маюць больш за два функцыянальныя парушэнні. Доля практычна здаровых студэнтаў на малодшых курсах складае 11–13 %, розныя морфафункцыянальных адхіленні маюць 67–75 % студэнтаў, хранічныя захворванні – 15–20 %. Да заканчэння УВА каля 45 % выпускнікоў маюць хранічныя захворванні, 50 % функцыянальную паталогію [9].

Вельмі трывожная статыстыка – практычна няма здаровых людзей. Нярэдка бывае так, што чалавек сваім няправільным ладам жыцця, шкоднымі звычкамі, няправільнымі паводзінамі ўжо да 20–30 гадоў даводзіць сябе да катастрафічнага стану. На фоне гэтых фактараў асабліва вастрыня надаецца праблеме рэпрадуктыўнага здароўя моладзі. Праблема патрабуе асаблівай увагі, бо ад яе рашэння літаральна залежыць існаванне чалавецтва. Экалагічныя фактары тут несумненна адыгрываюць важную ролю, аб'ядноўваючыся з сацыяльна-псіхалагічнымі, эканамічнымі і іншымі прычынамі. Тым больш адказнымі ў дачыненні здароўя трэба быць маладым людзям, ведаючы пра несучасальную статыстыку. У гэтай сувязі вялікая роля належыць прафілактыцы, прымяненню розных аздараўленчых методаў, якія дазваляць супрацьстаяць шкодным фактарам і мінімізаваць рызыку захворвання.

Па рэкамендацыях Сусветнай арганізацыі аховы здароўя ствараюцца інфармацыйныя супольнасці, якія закліканы распаўсюджваць патрэбныя веды ў маладзёжным асяроддзі, спрыяць развіццю неабходных кампетэнцый і абмену вопытам у гэтай сферы. Маючы неабходныя веды і выразную мэту – быць здаровым чалавекам, паўнаважна і доўга жыць – маладыя людзі могуць паспяхова рабіць крокі на шляху да аздараўлення: павялічваць рухальную актыўнасць, прытрымлівацца правільнага ладу жыцця, харчавання, выпрацоўваць карысныя звычкі і сацыяльныя навывкі. Улічваючы схільнасць маладых людзей да абмену ведамі і сумесных дзеянняў, СААЗ мяркуе, што калектыўныя намаганні ў гэтым кірунку прынясуць большы эфект [4].

Разам з тым варта адзначыць, што сучасная прырода не заўсёды і не паўсюль бязлітасная да чалавека. Там, дзе экалагічнае становішча спрыяльнае, мэтазгодна выкарыстоўваць гаючыя сілы прыроды для папраўкі і ўмацавання здароўя. Паводле даследаванняў расійскіх медыкаў, якія праводзілі сістэмныя замеры некаторых фізічных параметраў падлеткаў да і пасля іх знаходжання на летнім адпачынку ў аздараўленчым лагерах, аказалася, што ў 56,7 % выпадкаў

быў выяўлены выражаны аздараўленчы эфект, 32,4 % паказалі слабую станоўчую дынаміку і толькі 10,9 % кантынгенту не паказалі аздараўленчага эфекту [10].

Такім чынам, можна яшчэ раз пераканацца ў спрыяльным уплыве нармальнай экалогіі на здароўе маладых людзей. Рэспубліка Беларусь мае шырокую сетку здраўніц, дзе моладзь, якой не паказаная накіраваная тэрапія, набіраецца здароўя з прыродных крыніц натуральнага паходжання. Паветра Белавежскай пушчы, свежасць Браслаўскіх азёр, чароўная гаючая сіла Нёмана, Дняпра, Дзвіны, Сожа дапамагаюць студэнцкай моладзі, якая здаўна аблюбовала гэтыя месцы для адпачынку.

Вынікі. Узровень ўзаемаўплыву прыроды і чалавека вельмі высокі і працягвае ўзрастаць. Чалавек, асабліва малады, не можа адмовіцца ад карыстання рэсурсамі зямлі, але павінен разумець, наколькі важна захаваць хісткую раўнавагу не столькі дзеля магчымасці атрымання даходу, усё часцей гаворка ідзе пра выжыванне чалавека як біялагічнага віду, калі ён не навучыцца саступаць і неўтаймуе свае апетыты. Чым раней малады чалавек пачне сістэматычна ўзаемадзейнічаць з прыродай у агульных інтарэсах, тым прасцей яму будзе адаптавацца ў пераменлівым свеце. Існуюць розныя нестандартныя і цікавыя метадыкі, якія дазваляюць палепшыць стан навакольнага асяроддзя і прынесці карысць чалавеку, навучыць яго дзейнічаць па-новаму. Адмовіўшыся ад карыстання аўтамабілем і перасеўшы на ровар, чалавек атрымлівае больш чыстае паветра і шматкроць павялічвае сваю фізічную актыўнасць.

Пасадка дрэў можа стаць экалагічна карысным фітнесам. Адданне перавагі шматразовым вырабам, адмова ад пластыку, больш поўнае выкарыстанне розных рэчаў, якое вядзе да памяншэння колькасці адходаў, адказнае стаўленне да смецця, да другаснай перапрацоўцы – вось кароткі пералік магчымага ўдзелу ў павышэнні экалагічнага дабрабыту на месцах. Важна ў гэтай сувязі адзначыць неабходнасць асветніцкай працы і фарміравання адказнага стаўлення да прыроды з дзіцячых гадоў. Неабходна як мага раней прывіваць маладым людзям думку аб асабістай адказнасці перад прыродай і імкненне суаднесці свае дзеянні з патрэбамі навакольнага асяроддзя. У сучасным свеце здароўе чалавека і дабрабыт прыроды – рэчы цесна звязаныя.

СПІС ВЫКАРЫСТАНЫХ КРЫНІЦ

1. В Беларуси выбросы вредных веществ в атмосферу – 130 кг на человека в год, в Европе – 80 кг. – [Электронный ресурс]: Интерфакс-Запад Информационное агенство. – Режим доступа: <https://interfax.by/news/obshchestvo/sotszashchita/1259687/>. – Дата доступа: 10.04.2021.

2. Не продохнуть. Как активистки борются за чистый воздух для минчан и района // Зеленая Беларусь. – № 2 (180). – 2019. – С. 10–11.

3. Опрос ПРООН выявил Топ-6 основных экологических проблем белорусов. – [Электронный ресурс]: thinktanks.by Сайт белорусских исследований. – Режим доступа: <https://thinktanks.by/publication/2019/06/12/opros-proon-vyyavil-top-6-osnovnyh-ekologicheskikh-problem-belorusov.html>. – Дата доступа: 10.04.2021.

4. Права человека и здоровье.– [Электронный ресурс]: Всемирная организация здравоохранения. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/human-rights-and-health>. – Дата доступа: 10.04.2021.
5. Привлечение молодых людей к профилактике неинфекционных заболеваний. – [Электронный ресурс]: Всемирная организация здравоохранения. – Режим доступа: <https://www.who.int/bulletin/volumes/94/7/16-179382/ru/>. – Дата доступа: 10.04.2021.
6. Природа и общество. – [Электронный ресурс]: Marxist philosophy. – Режим доступа: <http://marxistphilosophy.org/diahismat/txt11.htm>. – Дата доступа: 10.04.2021.
7. Проект ПРООН поможет совершенствовать мониторинг качества воздуха в Беларуси. – [Электронный ресурс]: БелТА. – Режим доступа: <https://www.belta.by/society/view/proekt-proon-pomozhet-sovershenstvovat-monitoring-kachestva-vozduha-v-belarusi-349998-2019/>. – Дата доступа: 10.04.2021.
8. Рыбачек, Е. В Беларуси ухудшается экологическая обстановка. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.internovosti.ru/text/?id=68476>. – Дата доступа: 6.04.2019.
13. Экологические проблемы Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://edushk.ru/geograf/28457/index.html?page>. – Дата доступа: 10.04.2021.
9. Савко, Э. И. Физическая культура для самосозидания здоровья: метод. рекомендации / Э. И. Савко. – Минск: БГУ, 2014. – 351 с.
10. Савко, Э. И. Здоровый образ жизни студенческой молодежи / Э. И. Савко // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – № 3(10). – 2018. – С 23–42.
11. Савко, Э. И. Экология и ее негативное влияние на здоровье молодежи в современном городе / Э. И. Савко, С. В. Хожемпо // Современные проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи: материалы II Международной научно-практической интернет-конференции, 10–12 апреля 2019 г., Минск, Беларусь / БГУ, Фак. социокультурных коммуникаций, Каф. экологии человека; [редкол.: И. В. Пантюк (отв. ред.) и др.]. – Минск: БГУ, 2019 г. – С. 349–358.
12. Эффективность оздоровления детей и подростков в летнем загородном учреждении. – [Электронный ресурс]: Научная электронная библиотека «КиберЛенинка». – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/effektivnost-ozdorovleniya-detey-i-podrostkov-v-letnem-zagorodnom-uchrezhdenii/viewer>. – Дата доступа: 10.04.2021.

juliagri0608@gmail.com