

ГОРОДСКОЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК МЕДИКО-СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

В. К. Милькаманович

Белорусский государственный университет
пр-т Независимости 4, 220030, Минск, Республика Беларусь
milkamanovich@yandex.ru

Аннотация. В публикации представлены социально-гигиенические проблемы современного города и медико-социальные проблемы городского населения. Рассмотрены основные направления профилактики болезней урбанизации.

Ключевые слова: *цивилизация, урбанизация, социально-гигиенические проблемы, медико-социальные проблемы.*

URBAN LIFESTYLE AS A MEDICAL AND SOCIAL PROBLEM

V. C. Milkamanovich

Belarusian State University
4, Nezavisimosti Av., 220030, Minsk, the Republic of Belarus
milkamanovich@yandex.ru

Abstract. The publication presents the social and hygienic problems of the modern city and the medical and social problems of the urban population. The main directions of prevention of urbanization diseases are considered.

Keywords: *civilization, urbanization, social and hygienic problems, medical and social problems.*

К сожалению, приходится констатировать, что достижения цивилизации нередко являются факторами риска, а порой и причиной развития многих болезней [2]. Сегодня эти болезни стали одними из самых распространенных во всем мире. Среди наиболее распространенных болезней цивилизации можно назвать сахарный диабет 2 типа, сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, ожирение, артериальную гипертонию, хронические заболевания дыхательных путей, остеопороз, проблемы со зрением, депрессию и многие другие. Эти болезни наносят серьезный вред здоровью и могут привести к инвалидности и смерти, поэтому важно знать, как предотвратить их развитие.

Такое состояние здоровья происходит из-за гипокинезии (сидячего образа жизни и низкой физической активности), нерационального и

неправильного питания, вредных привычек (курение, неумеренное потребление алкогольных напитков). Появление этих болезней связано также с увеличением численности населения, улучшением медицинской помощи и увеличением продолжительности жизни.

Серьезным медико-социальным последствием научно-технического прогресса является *урбанизация*. Урбанизация (от лат. urbanus – городской) – процесс повышения роли городов в развитии общества.

В результате урбанизации возникают такие неблагоприятные социально-гигиенические проблемы современного города, как:

- недостаток водопроводной воды;
- возрастающее загрязнение атмосферного воздуха;
- усиливающийся уличный шум;
- недостаток зеленых насаждений и мест отдыха;
- затруднение с внутригородским транспортом;
- растущие масштабы уличного травматизма.

Социально-гигиенические проблемы города в свою очередь создают опасные для здоровья медико-социальные проблемы для городского населения. *Первая медико-социальная проблема* крупного города – это нейропсихическое состояние человека: эмоциональные стрессы, угнетенное состояние, тоска, страх, депрессия, тревога и другие эмоциональные проявления. При этих состояниях легче возникают и тяжелее протекают артериальная гипертензия (гипертоническая болезнь) ишемическая болезнь сердца (ИБС), язвенная болезнь, болезни кожи и обмена веществ, невроты и психические расстройства. Социально-медицинская проблема психологического фактора риска при урбанизации состоит в разработке общественной психопрофилактики.

Вторая медико-социальная проблема крупного города – это рост заболеваемости. В городе в 2-4 раза чаще встречаются болезни сердечно-сосудистой, нервной системы, органов дыхания, грипп и инфекционные заболевания, язвенная болезнь желудка и травмы

Третья медико-социальная проблема города – это гиподинамия. В настоящее время лишь 1% энергии вырабатывается мускульной силой, остальные 99% – результат автоматизации и механизации. В результате энергетический природный потенциал человека оказался ненужным. Автобус, трамвай, троллейбус, лифт, кресло приводят в конечном итоге к развитию сердечно-сосудистых заболеваний, болезней нервной системы, суставов, связок, позвоночника. Неизбежные следствия ослабления мышечной активности – артриты, артрозы и частые мучительные страдания по поводу поясничных болезней. В результате урбанизации большая часть жизни людей проходит в закрытых помещениях.

Четвертая медико-социальная проблема города – несовершенный дизайн предметов, обстановок, программ и услуг, призванный сделать их максимально пригодными к пользованию людьми с ограниченными возможностями здоровья без необходимости адаптации или специального дизайна. Универсальный дизайн создает продукты, места и системы, которые уменьшают потребность в специальных помещениях и многих дорогих вспомогательных устройствах, а также снижает сегрегацию, помещая людей с инвалидностью вместе и в одинаковых условиях с другими категориями населения [1].

Серьезным препятствием для человека с инвалидностью является отсутствие или неполноценность безбарьерной среды. Даже в тех случаях, когда лицо с физическими ограничениями имеет средства передвижения (протез, кресло-коляска, специально оборудованный автомобиль), организация городской жилой среды и транспорта не всегда является «дружественной» к нему [3].

Профилактика медико-социальных проблем урбанизации включает в себя широкий спектр мер. Важная роль отводится превентивным мерам, направленным на повышение осведомленности и образованности городского населения. Эти меры включают информационные кампании о здоровом образе жизни, важности правильного питания и регулярных физических упражнений [4].

Профилактика болезней городского населения также включает меры на государственном уровне – такие, как улучшение общественной инфраструктуры и создание условий для активной жизни. Это может включать развитие парков, велодорожек и других спортивных объектов, а также регулирование потребления вредных продуктов.

Важную роль в профилактике играет индивидуальная ответственность. Люди должны принимать на себя ответственность за свое здоровье и принимать меры для поддержания здорового образа жизни. Это может включать здоровое питание, избегание вредных привычек, регулярные физические нагрузки, достаточный отдых, соблюдение правил гигиены, контроль стресса и регулярные медицинские осмотры.

Библиографические ссылки

1. Лазовская Н.А. Универсальный дизайн открытых пространств, зданий и сооружений. – Минск: Ковчег, 2016. – 144 с.
2. Медик В.А., Юрьев В.К. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник. – М.: Професионал, 2009. – 432 с.
3. Милькаманович В.К. Организация доступной городской среды для граждан с инвалидностью // Социальные практики и развитие городской среды: урбанистика и

инноватика [Электронный ресурс]: материалы междунар. науч.-практ. конф., Респ. Беларусь, Минск, 25–26 ноября 2021 г. / Белорус. гос. ун-т; редкол.: И. В. Пинчук (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2021. – С. 197-200. <https://elib.bsu.by/handle/123456789/272399>.

4. Милькаманович В. К. Профилактика инвалидности и реабилитация лиц с инвалидностью / М-во труда и социальной защиты Республики Беларусь, Республиканский ин-т повышения квалификации и переподготовки работников Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь. – Минск: Минский гос. ПТК полиграфии, 2021. – 75 с.