МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я

ЧАСТИНА 2



Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

2025 р.

УДК 37+613]-053.2/.6:005.745
0-72

Матеріали VII Міжнародного симпозіуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. Праць, Ч.2 / За ред. Білик В.Г. Вип. 7. К.: Алатон, 2025. 163 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Білик Валентина Григорівна – завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова доктор педагогічних наук, професор.

Омельчук Олена Володимирівна – заступник декана з наукової роботи та міжнародних відносин, факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кандидат педагогічних наук, доцент.

Тимошенко Олексій Валерійович – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-43-3

© Редакційна колегія, 2025
© Автори статей, 2025
© Видавництво «Алатон», 2025

ПЕЛЮСТКИ КВІТІВ ЯК АБІОТИЧНИЙ ФАКТОР МЕДИЧНОГО ФІТОДИЗАЙНУ

Різник С.А.
Київська мала академія наук учнівської молоді
Мегалінська Ганна Петрівна
кандидат біологічних наук, доцент кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Білик Жанна Іванівна
кандидат біологічних наук, доцент кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації УДУ імені Михайла Драгоманова

Останні роки інфекційні хвороби складають біля 57% всієї патології людини. Найчастіше збудниками гострих і хронічних захворювань дихальної системи виступають види і штами Staphylococcus, Streptococcus, Pseudomonas, Klebsiella. Одним з засобів профілактики цих захворювань є створення та підтримка антибактеріальних мікроекологічних умов як в межах шкіл, поліклінік, лікарен так і за межами цих установ.

Створення рослинних композицій з використанням певних видів рослин, які гальмують розвиток умовно – патогенних та патогенних мікроорганізмів, в сучасній літературі отримала назву медичного фітодизайну [1].

Летючі органічні речовини рослин можуть потрапляти в дихальні шляхи людини або с повітрям, або у вигляді аерозолю. В літературі показана значна роль міських зелених насаджень у зміцненні здоров'я людей під час пандемії COVID 19 [2]. Зелені насадження регулюють тепловий режим, очищують і зволожують повітря, поліпшують санітарно-гігієнічний стан міста, створюючи базис для екологічних сервісів. Для наукового обґрунтування асортименту квіткових рослин, які можна використовувати з метою покращення антибактеріальних, мікроекологічних умов, нами проведено дослідження антибактеріальної активності пелюсток деяких розповсюджених в паркових зонах Києва декоративних видів. Досліджувались водні екстракти пелюсток флокса волотистого, шипшини собачої, лілії білої та гортензії крупнолистої. Тестовими мікроорганізмами були стафілокок золотистий, протей звичайний, синьогнійна паличка, кишкова паличка та кандида біла. Всі зазначені рослинні об'єкти мають медичне застосування крім флокса волотистого. Оскільки пелюстки, як частина оцвітини виконують захисну функцію відносно насіння, можна очікувати, що вони будуть мати протимікробні та фунгіцидні властивості.

Настій квіток лілії білої застосовується як тонізуючий засіб з антибактеріальною та протизапальною активністю. Воду, перегнану з квітами лілії використовують для відбілювання шкіри. Шипшина має загальнозміцнювальну дію на організм, стимулює процеси кровотворення, лікує дерматити. Гортензія нормалізує водно-сольовий обмін, має сечогінний і уросептичний ефект, стимулює вироблення кортизолу в надниркових залозах.

Дослідження проводили диско-дифузійним методом. Результати представлені в таблиці 1.

Як свідчать результати, представлені в таблиці, всі перераховані декоративні рослини мають антибактеріальний ефект. Найбільшу протистафілококову активність продемонстрували шипшина собача, лілія біла та флокс волотистий. Саме ці рослини доцільно висаджувати в паркових зонах з високою щільністю об'єктів рекреації. По відношенню до кишкової палички найбільший антагонізм виявили флокс волотистий та лілія біла. Синьогнійна паличка виявилась однаково чутливою до флоксу, лілії та шипшини. Ріст протея звичайного найбільше пригнічував екстракт білої лілії. Фунгіцидною активністю володіли флокс, лілія і шипшина в однаковому ступені. Таким чином можна стверджувати, що перебування в паркових зонах, де в озелененні використані шипшина, лілія та флокси, може бути профілактикою захворювань дихальної системи.

Таблиця 1.

Антибактеріальна активність пелюсток квітів деяких декоративних рослин

Тестовий мікроорганізм	Зона гальмування росту мікроорганізму в мм			
	Гортензія *(Hydrángea macrophýlla)*	Флокси *(Phlox paniculata*)	Лілія біла *(Lilium candidum)*	Шипшина собача *(Rosa canina)*
Протей звичайний (*Proteus vulgaris)*	9±1,1	7,7±0,7	10±1,3	9±0,8
Стафілокок золотистий (*Staphylococcus aureus*)	9±1,4	11±0,7	11±1,2	12±1,3
Кишкова паличка *(Escherichia coli)*	9±0,9	10±1,3	10±1,1	8,6±1,1
Синьогнійна паличка (*Pseudomonas aeruginosa*)	8±1,7	9±0,9	9±0,7	9±1,5
Кандіда біліюча *(Candida albicans)*	7±1,4	8±1,1	8,4±0,9	8±1,3

Список використаних джерел:

1. Ткаченко К.Г., Казеринова Н.В. Медичний фітодизайн // Сучасні проблеми інтродукції рослин та збереження біорізноманіття екосистем. – Чернівці, 2002. – с. 128 -130..
2. Pouso et al., (2021) Contact with blue – green spaces during the COVID -19 pandemic lockdown beneficial for mental health Science of the total Envirament.
3. Гарна С.В., Владимирова І.М., Будь Н.Б. Сучасна фітотерапія. Харків, - Друкарня Мадрид, 2016. – 579 с.
4. Мінарченко В.М., Махиня Л.М. Медична ботаніка, - Київ. – «Медицина», - 2009, 328 с.

ПСІХОЛОГІЧНІ СЛУЖБИ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

Рябік Павло Васильович
доцент Український державний університет науки і технологій ННІ «Український державний хіміко-технологічний університет»

Правильний вибір парадигми формування здоров'я підростаючого покоління для кожного суспільства є одним із першорядних факторів, які суттєво впливають на культурний, духовно-моральний, соціально-економічний та екологічний розвиток цього суспільства.

У преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) зазначено, що здоров'я є станом повного душевного та соціального добробуту, а не лише відсутністю хвороб та фізичних дефектів.

Розглядають три основні види здоров'я: фізичне, психічне (ментальне) та моральне (соціальне).

Фізичне здоров'я – це природний стан організму, зумовлений нормальним функціонуванням всіх органів і систем.

Психічне здоров'я (ментальне здоров'я) – це стан благополуччя, у якому людина може реалізовувати свій потенціал, долати життєві стресові ситуації, продуктивно і плідно вчитися і працювати, робити внесок у розвиток суспільства.