

Романова Н. Ф.,

канд. пед. наук, керівник Центру здорового способу життя  
Державного інституту розвитку сім'ї та молоді

---

## ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК СУЧАСНА СТРАТЕГІЯ ПРОТИДІЇ СОЦІАЛЬНО НЕБЕЗПЕЧНИМ ХВОРОБАМ СЕРЕД ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

---

*Значне поширення соціально небезпечних хвороб викликає стурбованість в українському суспільстві; більша частина людей, які мають такі хвороби, є працездатного та репродуктивного віку. Особливого значення ця проблема набуває серед дітей та молоді. Профілактична діяльність не дає суттєвих результатів, відповідно потрібні зміни стратегічних підходів державної політики та запровадження державної програми формування здорового способу життя серед дітей та молоді.*

**Ключові слова:** соціально небезпечні хвороби; профілактична діяльність серед дітей та молоді, стратегія формування здорового способу життя, сучасна державна політика охорони здоров'я.

Соціально небезпечні інфекційні хвороби, зокрема туберкульоз та ВІЛ/СНІД й супутні до них неінфекційні хвороби (наркозалежність, алкозалежність, поширення тютюнокуріння), викликають велику стурбованість в українському суспільстві, оскільки приблизно 70 % людей, що хворіють, працездатного та репродуктивного віку. Крім цього, значно помолодшав вік осіб, які долучаються до тютюнокуріння, вживають алкоголь та наркотики, що дає підстави твердити про низьку якість профілактичної роботи у молодіжному середовищі.

Серед основних причин цієї непростой ситуації слід назвати збільшення продажу алкогольних і тютюнових виробів неповнолітнім; доступність лікарських наркотичних засобів; розширення

мережі розповсюдження наркотичних речовин; непоодинокі випадки полінаркоманії серед дітей та молоді; наявність специфічної молодіжної субкультури, де дозволяється поєднується з обов'язковим атрибутом – вживанням алкоголю (найчастіше пива) або наркотичних речовин. Слід зазначити, що існує прямий зв'язок між вживанням наркотиків чи алкоголю і ростом злочинності (крадіжки, розбійницькі напади, насилля, вбивства тощо), розповсюдженням ВІЛ-інфекції, зростанням рівня захворюваності серед дітей та молоді [6].

Водночас у нашій державі напрацьовано значну нормативну базу протидії соціально небезпечним хворобам серед дітей та молоді. Серед основних державних документів – загальнодержавна програма забезпечення профілактики ВІЛ-інфекції, лікування, догляду та підтримки ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД на 2009–2013 рр. (від 19 лютого 2009 р. N 1026-VI); загальнодержавна програма реалізації державної політики у сфері боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин і прекурсорів на 2003–2010 рр., стратегія демографічного розвитку України на 2006–2015 рр., Державна програма «Репродуктивне здоров'я нації» на період до 2015 р. тощо.

Але незважаючи на це, за останні роки ситуація щодо поширення соціально небезпечних хвороб у молодіжному середовищі погіршується.

Так, відповідно до різних соціологічних досліджень, близько 58 % підлітків виявляють схильність до формування залежних форм поведінки [5, 12]. За даними ВООЗ та Європейського опитування шкільної молоді щодо вживання психоактивних речовин учні старшого шкільного віку (у віці від 15 до 17 років) становлять значну частину серед споживачів наркотиків, алкоголю й тютюну [7].

Наразі, в Україні курять – 45,7 % юнаків і 35,5 % дівчат; вживають алкоголь – 68 % хлопців і 64 % дівчат; найбільш поширеною наркотичною речовиною, з якою експериментують учні цього віку, є марихуана або гашиш (13,1 %); серед учнівської молоді вживання інгалянтів становить 3,4 %, транквілізаторів, седативних речовин – 4,2 %; поширеною наркотичною речовиною серед шкільної молоді є екстазі (3 %), його ще називають «дискотечним» наркотиком; кожному другому учню у віці 13–16 років був запропонований наркотик хоча б раз, а близько третини, на жаль, скористалися цією «пропозицією» [1; 8].

Тобто склалася ситуація, коли необхідно змінювати стратегічні підходи до профілактичної роботи. Насамперед існує велика потреба щодо проведення системних цілеспрямованих інформаційно-профілактичних заходів на національному, регіональному та місцевому рівнях. Адже сьогодні у громадських місцях та в ЗМІ майже відсутня соціальна реклама відповідного змісту; бракує правдивої інформації спеціалістів і фахівців з цих питань, майже не проводяться акції благодійного характеру тощо.

Науковий аналіз факторів впливу на здоров'я людини свідчить про те, що на 50 % стан здоров'я людини пов'язаний саме з її способом життя. Тобто запровадження програм здорового способу життя може суттєво вплинути на зменшення рівня поширеності соціально-небезпечних хвороб серед дітей і молоді.

За таких умов розробка новітніх стратегічних підходів у сфері протидії соціально небезпечних хвороб серед дітей та молоді набуває важливого значення, що й визначає актуальність обраної теми дослідження. Метою стало вивчення формування здорового способу життя як сучасної стратегії протидії соціально небезпечним хворобам в Україні. Відповідно до мети визначено такі завдання: 1) розглянути теоретичні аспекти профілактичної діяльності щодо протидії соціально небезпечним хворобам серед дітей та молоді; 2) описати сучасні державні підходи у сфері профілактики і збереження здоров'я; 3) розробити рекомендації щодо запровадження формування здорового способу життя як новітньої стратегії протидії соціально небезпечним хворобам. Об'єктом дослідження визначено сучасну систему протидії соціально небезпечним хворобам.

Протидія соціально небезпечним хворобам тісно пов'язана з профілактичною діяльністю, яка має на меті підвищити якість життя, вона стосується не лише медичних аспектів здоров'я, а й покликана змінювати соціально-психологічний статус особистості, забезпечувати умови для закріплення позитивних змін у майбутньому [2; 3].

На сучасному етапі розвитку теорії і практики розроблено різні моделі профілактичної діяльності, які вже апробовані або проходять експериментальну перевірку. Це, зокрема, модель залякування, моральних принципів, когнітивна та поведінкова моделі, життєвих навичок, соціально-психологічної компетентності, альтернативної діяльності, зменшення ризику і покращання здоров'я [4].

Загалом профілактична робота повинна починатися з оптимізації життєвого простору і зміщувати акцент з інформаційного підходу на поведінковий (формування відповідальної поведінки, соціально активної позиції, розвиток потенційних можливостей індивіда), емоційний (емоційне неприйняття усіх форм негативної поведінки, формування позитивної рольової моделі) та екзистенціальний, що поєднує роздуми про теперішнє і майбутнє людини, формування її життєвої позиції і ціннісних орієнтацій [6].

Профілактика соціально небезпечних хвороб тісно пов'язана з просвітницькою роботою щодо збереження репродуктивного здоров'я. Репродуктивне здоров'я – складова суспільного здоров'я – визначається як важливий чинник забезпечення сприятливих демографічних перспектив країни. Важливий напрям – профілактика алкоголізму, особливо пивного, протидія поширенню тютюнокуріння, виховання статевої культури молодого покоління тощо.

Протидія туберкульозу вимагає активних дій, покликаних впливати на спосіб життя людей, формувати загальну культуру збереження та розвитку їхнього здоров'я. Для цього необхідно поєднувати зусилля різних закладів, агенцій, фахівців, експертів, що працюють не тільки у сфері громадського здоров'я, а й у соціальній та гуманітарній.

Профілактика наркозалежності також взаємопов'язана з профілактичною роботою щодо поширення соціально-небезпечних хвороб серед дітей та молоді. Особливості цієї роботи розглядають О. Балакірева, О. Баришполець, Т. Бондар, Н. Бурмака, Ю. Галустян, Б. Назаренко, Н. Максимова, Ю. Рубанець, В. Соболев, О. Стойко, М. Шульга та інші. Як правило, основною причиною вживання наркотиків серед молоді та дітей є їхня незайнятість, відсутність проведення змістовного дозвілля та бажання самоствердження через негативні дії (особливо у підлітковому віці). До цього процесу швидше приєднується молодь, яка більшість часу проводить на вулиці, не має постійного місця роботи чи погано навчається.

Наявність таких ресурсів, як стабільна зайнятість, тісні стосунки з родиною, дружня підтримка з боку соціального оточення є тим захисним чинником, що може допомогти молодій людині налагодити соціальні зв'язки та успішно адаптуватися до суспільних умов життя. Така діяльність вимагає міжгалузевої співпраці, координації дій соціальних закладів та агенцій, недержавних громадських організацій, залучення ресурсів громади, оскільки потрібно кардиналь-

но впливати не тільки на конкретних осіб, а й соціальне середовище, молодіжну субкультуру тощо. Наразі Міністерство внутрішніх справ України працює над концепцією до державної програми боротьби з незаконним обігом наркотичних засобів, психотропних речовин і прекурсорів на 2011–2015 рр.

Профілактика ВІА/СНІДу також потребує особливої уваги з боку держави, оскільки існує небезпечний взаємозв'язок між туберкульозом та ВІА/СНІДом. Якщо в дорослих ВІА-інфікованих ризик розвитку туберкульозу в разі інфікування зростає у 12–20 разів, то в дітей – у сотні раз. Цілий ряд досліджень щодо захворюваності на туберкульоз серед ВІА-інфікованих дітей в Україні свідчать, що його рівень у 180 разів вищий за середній усього загалу населення. Слід також мати на увазі, що за останні роки відбувся поступовий вихід ВІА-інфекції за межі основних груп ризику.

Часто молоді люди вважають, що венеричні захворювання не такі вже й страшні порівняно зі СНІДом чи інфікуванням на ВІА. Наразі величезна небезпека для людей криється у тих венеричних хворобах, які називають хворобами другого покоління. Їх нараховується понад 30 різних видів. Так, в Україні щорічно реєструють більш як 100 тисяч людей, хворих на сифіліс та гонорею. Зараз розповсюдження венеричних захворювань можна порівняти лише з кишковими та респіраторними захворюваннями. Наслідки формування адиктивної поведінки неповнолітніх і підліткової наркозалежності, методику та технологію превентивного виховання і корекції такої поведінки вивчають О. Балакірева, В. Беспалько, С. Белічева, С. Березін, С. Болтівець, М. Ковальчук, Р. Лішук, К. Лисецький, Н. Максимова, В. Оржеховська, В. Потапова, С. Толстоухова, Ю. Клейберг, Ч. Левінталь, Г. Фішер та інші.

Активне та змістовне дозвілля, заняття фізичною культурою, здорове харчування, активізація молодіжної участі та волонтерства зазначені серед основних напрямів діяльності щодо зміни негативної поведінки та усвідомлення переваг здорового способу життя. Питання щодо взаємозв'язку між профілактичною діяльністю та формуванням здорового способу життя в Україні і Росії досліджували О. Гореленко, М. Жукова, О. Клименко, О. Карпенко, І. Куліш, Б. Лазаренко, В. Оржеховська, А. Павленко, І. Пінчук, О. Удалова, Е. Фролова, І. Шишова. Закордоном ці проблеми розглядали Д. Вудевінд, М. Галла, Т. Гарісон, А. Додес, Д. Ван Дер Стел, Г. Фішер, Р. Хоут, Д. Ясперс та інші. Міжнародний і вітчизняний досвід свід-

чать: щоб пропагувати здоровий спосіб життя, не треба створювати спеціальні громадські об'єднання – ідея формування здорового способу життя успішно інтегрується в діяльність кожної з таких організацій та прописана у багатьох державних програмах, спрямованих на роботу з дітьми та молоддю.

Загалом, сучасні підходи у сфері збереження здоров'я в Україні дають підстави говорити про наявність правового підґрунтя щодо запровадження необхідної стратегії формування здорового способу життя. В «Основах законодавства України про охорону здоров'я» виразно зазначено, що держава бере на себе відповідальність за формування здорового способу життя населення та сприяє його утвердженню шляхом поширення необхідних для цього знань. Серед державних інститутів основна відповідальність за збереження здоров'я покладена на Міністерство освіти та науки, Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту та на Міністерство охорони здоров'я.

В Україні проводиться активна державна політика обмеження куріння та вживання алкогольних напоїв. Окремо слід наголосити на прийнятті Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо обмеження споживання і продажу пива та слабоалкогольних напоїв», який запровадив зміни у сфері запобігання захворювань, пов'язаних з вживанням алкоголю та слабоалкогольних напоїв. Важливим нововведенням стало те, що пиво та інші слабоалкогольні напої прирівнялися до алкогольних напоїв і їх так само заборонено продавати неповнолітнім особам [9].

Під час цього дослідження визначено, що найбільше законодавчих актів прийнято у сфері запобігання незаконному обігу наркотичних і психотропних речовин. Саме тут передбачено найсерйозніші заходи щодо покарань за порушення. Йдеться не тільки про адміністративну, а й кримінальну відповідальність: відповідальність згідно до статей 44 та 441 Кодексу України «Про адміністративні правопорушення» та статтями Кримінального кодексу України, що встановлюють відповідальність за злочини, пов'язані із вживанням наркотиків. Важливим документом є також Інструкція про порядок виявлення та постановки на облік осіб, які незаконно вживають наркотичні засоби або психотропні речовини (затверджена спільним наказом Міністерства охорони здоров'я, Міністерства внутрішніх справ, Генеральної прокуратури та Міністерства юстиції України від 10 жовтня 1997 р. № 306/680/21/66/530 [5, розділ 4].

Наступним законом у сфері формування здорового способу життя в Україні став Закон «Про якість та безпеку харчових продуктів і продовольчої сировини» (1997 р.), який визначив пріоритетність збереження і зміцнення здоров'я людини та визнання її права на належну якість та безпеку харчових продуктів і продовольчої сировини нормам тощо, що дає підстави говорити про врегулювання сфери, пов'язаної з харчуванням населення [5, розділ 4]. Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища», прийнятий 26 червня 1991 р., також сприяє збереженню екології для людини.

Іншим документом, покликаний регулювати сферу збереження здоров'я населення, став Указ Президента України від 27 квітня 1999 року «Про заходи щодо розвитку духовності, захисту моралі та формування здорового способу життя». Він затверджує основні напрями державної діяльності у зазначеній сфері.

Ще одним кроком на шляху до переорієнтації галузі охорони здоров'я стала Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002–2011 роки, яка була затверджена Постановою Кабінету Міністрів України від 10 січня 2002 р. Основними завданнями цієї програми Міністерство охорони здоров'я визначило поліпшення стану здоров'я усіх верств населення, зниження рівнів захворюваності, інвалідності, смертності, подовження активного довголіття і тривалості життя тощо [10].

Інша загальнодержавна цільова соціальна програма «Здорова нація» на 2009–2013 рр. ініційована для прийняття на державному рівні Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту. Вона спрямована на пропаганду здорового способу життя та формування не тільки знань, а й необхідних умінь на навичок для цього через відмову від ризикованої поведінки [11].

Отже, проведений аналіз дає підстави стверджувати, що сприяння здоров'ю та здоровому способу життя – один із основних напрямів державної політики охорони здоров'я. Але на сьогодні відсутня єдина державна програма, яка об'єднала б потенціал та ресурси (матеріальні, фінансові, людські) у сфері формування здорового способу життя під егідою всіх міністерств, які за це несуть відповідальність.

Ще одним важливим питанням, яке потребує розв'язання, є розроблення необхідних методичних та наукових розробок й підготовка кваліфікованих спеціалістів та волонтерів. На наш погляд, саме

активізація участі самої молоді щодо вибору здорового способу життя може суттєво вплинути на якість реалізації заходів, пов'язаних з цією тематикою. Сьогодні вже відбувається певна робота у цьому напрямку. Так, протягом 2006–2009 рр. науковцями Центру здорового способу життя Державного інституту розвитку сім'ї та молоді реалізується науковий проект «Молодіжні тренінгові студії з формування здорового способу життя». Мета цього проекту – підготовка волонтерів з числа студентської молоді, розробка відповідних тренінгових занять й проведення їхньої апробації на базі освітніх закладів і молодіжних громадських організацій. Відпрацьовані методики поширюються серед навчальних закладів, які готують майбутніх соціальних працівників та педагогів з метою запровадження цих програм у навчально-виховний процес. Протягом зазначеного періоду підготовлено близько 100 волонтерів-тренерів з числа студентської молоді, які навчаються у різних вищих навчальних закладах Києва, розроблено 10 тренінгових модулів з тематики формування здорового способу життя, статевої культури, профілактики алкоголю та поширення тютюнокуріння, раціонального харчування тощо.

Загалом, проведене дослідження дає підстави зробити такі висновки: профілактика та попередження соціально небезпечних хвороб серед дітей і молоді можуть бути результативними лише за умови комплексного підходу, під яким мається на увазі об'єднання просвітницької роботи з практичними кроками з формуванням здорового способу життя. Таке поєднання дасть можливість не тільки надавати інформацію та знання, але й формувати свідомий вибір здорової поведінки. Без кардинальної зміни поведінки, відповідальності за власне здоров'я та здоров'я близьких неможливо досягти успіху в реалізації багатьох державних програм, спрямованих на цю проблематику.

Розроблюючи відповідну державну політику, слід завбачити такі рекомендації:

1. Вироблення молодіжної соціальної політики має обов'язково ґрунтуватися на розумінні основ формування здорового способу життя, а конкретні заходи на місцях повинні розроблятися на основі оцінки стану здоров'я й поведінкових орієнтацій молоді того чи іншого регіону, міста чи села.
2. Формування сприятливої для здоров'я політики потребує поєднання спільних зусиль управлінців всіх рівнів, у всіх галузях дер-

жавного та приватного секторів. Але для цього потрібно усвідомлювати відповідальність за стан громадського здоров'я (міжгалузева координація).

3. Механізм впровадження відповідних державних програм має передбачати молодіжну участь та залучення громадських й територіальних громад як основних учасників програми (вони визначають пріоритети, планують впровадження першочергових стратегій і заходів, проводять визначення оптимальних шляхів залучення молоді).
4. Державним установам і молодіжним організаціям потрібно підтримувати ініціативи молоді щодо запровадження новітніх технологій збереження за зміцнення здоров'я (наприклад, молодіжні тренінгові студії з формування здорового способу життя).

Зміна стратегічних підходів щодо профілактичної діяльності, використання інноваційних технологій та запровадження моделі формування здорового способу життя на державному рівні є перспективними темами наукових досліджень із запропонованої тематики.

1. Балакірева О. М. Рівень розповсюдження та структура вживання алкоголю та інших наркотичних речовин серед підлітків в Україні: соціологічний вимір / О. М. Балакірева, О. О. Яременко. – К.: НВФ «Студ-центр» / НИКА-Центр, 1998. – 144 с.
2. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях: навч. посіб. для студ. ВНЗ / О. В. Безпалько. – К.: Центр навчальної літератури, 2003. – 139 с.
3. Бондырева С. К. Наркотизм (природа и преодоление): учеб. пособие / С. К. Бондырева, Д. В. Колесов. – М.: МПСИ МОДЭК РАО, 2006. – 432 с.
4. Журавлёва Л. А. Модели превенции молодёжного наркотизма / Л. А. Журавлёва // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 5. – С. 56–58.
5. Спірна І. Д. Медичні і соціальні проблеми наркоманії / І. Д. Спірна // Ваше здоров'я. – 2009. – № 5 (6–12 лют.). – С. 12
6. Тютюнник О. В. Можливості студентської соціальної служби щодо підготовки майбутніх соціальних педагогів до профілактики вживання психоактивних речовин серед підлітків та молоді // Вісник Черкаського національного університету ім. Б. Хмельницького: Сер. «Педагогічні науки». – Вип. 113. – Черкаси, 2007. – С. 85–93.

7. Офіційний сайт Державного комітету статистики України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ukrstat.gov.ua>. – Назва з екрана.
8. Зріз наркотичної ситуації в Україні [Електронний ресурс] // Український медичний та моніторинговий центр з алкоголю та наркотиків МОЗ України, 2008. – Режим доступу: <http://damonitoring.net.ua/>. – Назва з екрана.
9. Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо обмеження споживання і продажу пива та слабоалкогольних напоїв» від 21.01.2010 № 1824-VI.
10. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Національної програми патріотичного виховання населення, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства» від 15.09.1999 №169711.
11. Наказ Міністерства охорони здоров'я України «Про якість та безпеку харчових продуктів і продовольчої сировини» від 23.12.1997 року N 771/97-B.

*N. F. Romanova*

## THE PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLE AS A MODERN STRATEGY TO COMBAT SOCIALLY DANGEROUS DISEASES AMONG CHILDREN AND YOUTH

*Socially dangerous diseases are spread significantly in Ukraine, which causes concern in society, because most people who have such diseases are reproductive age and are able-bodied. Especially this problem bothers children and youth. Preventive work was not a substantive outcome, which requires changes in strategic policy approaches and implementation of state program of healthy lifestyle among children and youth.*

**Keywords:** socially dangerous diseases, preventive activities among children and youth, the strategy of healthy lifestyles, modern state policy of health care.