

ду, особливо галузей, які негативно впливають на довкілля.

2. При розробці NAS України в галузі водного і лісового господарств необхідно насамперед розробити прогнози змін клімату на території України та внести корективи відповідно до цих змін.

3. Поширити моніторинг і контроль щодо оптимізації викидів і скидів понад ГДК на хімічно небезпечних об'єктах.

4. Усунути довготривалу підготовку великомасштабних вибухів розчинення хімічно небезпечних речовин протягом 3–5 діб на залізорудних кар'єрах України за рахунок впровадження інноваційної технології переднього зневоднення свердловин.

Література

1. Глобальні проблеми світу. Атлас. Світовий банк реконструкції і розвитку. ДНВП «Картографія» – К., 2009 – С. 144.

2. Писаренко А. Н. Леса и вода – единая основа устойчивого развития России // Лесное хозяйство. – 2009. – № 1. – С. 5–7.

3. Шевчук В. Я. Екологічна безпека України. Парламентські слухання з питань дотримання вимог природоохоронного законодавства України // Безпека життєдіяльності. – К., 2003. – С. 10–13.

4. Зміни клімату: що чекає на ліси / Ю. Гайда, Р. Яцик, В. Рентовський // Лісовий та мисливський журнал. – 2007. – С. 8–9.

5. Козювські Т. Ф., Шмандій В. М., Комір В. М. Оцінка екологічної небезпеки процесів видобування корисних копалин на кар'єрах методом вибуху // Науковий вісник, Дніпропетровськ. – 2005. № 1. – С. 95–98.

6. Пашков А. П. Оцінка небезпечних зон за сейсмічною дією та ударно-повітряними хвилями під час промислових вибухів // Безпека життєдіяльності. – 2008. – № 3–4. – С. 29–32.

НЕБЕЗПЕЧНІ ТА ШКІДЛИВІ ФАКТОРИ, ЩО ДІЮТЬ НА ЛЮДИНУ В ПРОЦЕСІЇ ЖИТТЕДІЯЛЬНОСТІ

Шеремета М. М., аспірант кафедри анатомії і фізіології людини, Інститут психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка

В статті уточнено сутність поняття «небезпека», охарактеризовано групи небезпечних та шкідливих факторів у навколошньому середовищі; висвітлено проблемні суспільні явища, що впливають на людину в процесіїї життедіяльності.

В статье уточнена сущность понятия «опасность», охарактеризованы группы опасных и вредных факторов в окружающей среде; отражены проблемные общественные явления, которые влияют на человека в процессе его жизнедеятельности.

In the article essence of concept is specified «danger», the groups of dangerous and harmful factors are described in an environment, the problem public phenomena that influence on a man in the process of her vital functions are reflected.

Ключові слова: небезпека; фізичні, хімічні, біологічні та психофізичні шкідливі фактори, наркоманія, токсикоманія, алкоголь, тютюнопаління; здоровий спосіб життя.

Pівень безпеки людини у міру розвитку цивілізації постійно зростає. Розвиток науки і техніки, збільшуєчи безпеку життедіяльності людини, призвів до появи нових проблем, а саме: до надзвичайного зростання ступеня ризику травматизму та загибелі людей під час взаємодії зі складними технічними системами на виробництві, транспорти, в побуті.

Інтенсивний розвиток промисловості, сільського господарства та транспорту зумов-

люють значне поширення різноманітних хімічних речовин у навколошньому середовищі (повітрі, воді, ґрунті).

Таким чином, в процесі своєї діяльності людина постійно впливає на навколошнє середовище. Результати таких стосовно відображені відповідні небезпеки відносно людини, суспільства, довкілля, сільськогосподарських підприємств тощо. Дія таких небезпек проявляється через вплив конкретних небезпечних і шкідливих факторів, як

впливають безпосередньо на об'єкти чи елементи середовища, на систему чи органи людини тощо [1].

Під небезпекою розуміють явища, процеси, об'єкти, які за певних умов здатні спричинити небажані наслідки (втому, перевтому, погіршення здоров'я, втрату життя, аварії, пожежі, вибухи, катастрофи). Небезпека – це центральне поняття безпеки життєдіяльності людини, вона властива всім системам, які мають енергію, хімічні, біологічні чи інші небезпечні компоненти.

На здоров'я людини, її життєздатність великий вплив мають небезпечні та шкідливі фактори (чинники довкілля, які можуть привести до травм, опіків, обморожень, інших пошкоджень організму або окремих його органів і навіть до раптової смерті).

Наукові дослідження і досвід, зокрема праці Я. Бердія, Т. Бондар, Л. Горяна, Л. Ващенко, В. Москаленко, В. Оржеховської, З. Яремка переконують в необхідності підвищення рівня безпеки людини в процесі її життєдіяльності. Цього можна досягти шляхом:

- розширення уявлень і понять про взаємозв'язок людського організму з природним і соціальним оточенням;
- оволодіння навичками морально-етичної поведінки; формування знань, умінь і навичок безпеки життєдіяльності вдома, на вулиці, в громадських містах;
- засвоєння умінь і навичок особистої гігієни, профілактики захворювань й травматизму, режиму дня, раціонального харчування [6].

Причиною більшості нешасних випадків є невміння населення передбачити, розпізнати, на перший погляд приховану небезпеку; невміння оцінювати ступінь ризику й узгоджувати його зі своїми можливостями. Істотне збільшення антропогенного навантаження на навколошне середовище від життєдіяльності людини досягло граничного рівня, що становить загрозу існуванню людини як біологічного виду [2].

Ситуація зі станом здоров'я населення в Україні погіршується ще й низьким рівнем знань переважної більшості людей про фундаментальні закони раціонального формування, збереження і зміщення свого власного здоров'я впродовж життя, зневажливим і нерідко безвідповідальним ставленням до

цієї єдиної онтологічної цінності, якою прода нагороджує людину разом з життям.

Метою статті є обґрунтування сутності небезпек та характеристика груп небезпечних та шкідливих факторів у навколошньому середовищі, висвітлення проблемних суперечок явищ, що впливають на людину в процесі її життєдіяльності.

Стан навколошнього середовища відображається на можливостях людини вести активний спосіб життя, отримувати якісні продукти харчування, споживати чисту воду та проводити прогулочки на не забруднених територіях.

При ідентифікації небезпек необхідно відходити з принципу «все впливає на все», тому джерелом небезпеки може бути все живе і неживе, а підлягати небезпеці також може все живе і неживе.

Джерелами (носіями) небезпек є: природні процеси та явища; елементи техногенного середовища; людські дії, що криють у собі загрозу небезпеки.

Кожна людина відчуває небезпеку інтуїтивно і розуміє значення її по-своєму. Згідно з висновками експертів ООН, більшість людей пов'язують відчуття небезпеки з буденними проблемами і повсякчасними клопотами, а не ґрунтують його на побоківаниї глобальних катастроф чи міжнародних конфліктів. Захист житла, робочого місця, достатку, здоров'я, довкілля – основні проблеми безпечної самопочуття людини. Відчуття небезпеки має також глибоко індивідуальний відтінок, який головним чином залежить від рівня соціального і духовного розвитку особистості; ситуацій і суспільного устрою, які позитивно чи негативно впливають на світосприйняття громадянина.

Щоб зберегти життя і здоров'я, людина повинна знати про небезпеки у навколошньому середовищі, вміти їх виявляти, знати засоби захисту.

До визначальних ознак небезпечних та шкідливих факторів відносяться: можливість безпосередньої негативної дії на організм людини; ускладнення нормального функціонування органів людини; можливість порушення нормального стану елементів виробничого процесу, в результаті якого можуть виникнути аварії, вибухи, пожежі, травми.

За характером та природним впливом всі небезпечні та шкідливі фактори поділяються на чотири групи: фізичні, хімічні, біологічні та психофізичні.

До фізичних факторів належать: температура, вологість, атмосферний тиск; підвищена швидкість руху повітря; недостатня освітленість; машини, механізми або їх елементи, що рухаються або обертаються; конструкції, що руйнуються; елементи середовища, нагріті до високих температур; устаткування, що має підвищений тиск або розрідження; підвищені рівні електромагнітного, іонізуючого та акустичного випромінювання; підвищений рівень статичної електрики; підвищений рівень електричної напруги; перебування на висоті.

До хімічних факторів відносяться речовини та сполуки, які перебувають у різному агрегатному стані (твердому, рідкому та газоподібному) і поділяються залежно від шляхів проникнення та характеру дії на організм людини. За характером дії виділяють токсичні, подразнюючі, задушливі, сенсибілізуючі, канцерогенні, мутагенні речовини та такі, що впливають на репродуктивну функцію.

Біологічні фактори поділяються на макроорганізми (рослини та тварини) і мікроорганізми (бактерії, віруси, спирохети, гриби, простіші).

До психофізіологічних факторів належать фізичні (статичні та динамічні) та нервово-психічні емоційні перенавантаження, монотонність праці).

Хоча поділ вражаючих факторів на небезпечні та шкідливі досить умовний, бо інколи неможливо віднести будь-який фактор до тієї чи іншої групи, він ефективно використовується в охороні праці для організації розслідування та обліку нещасних випадків та професійних захворювань, налагоджування роботи, спрямованої на розробку заходів і засобів захисту працівників, профілактику травматизму та захворюваності на виробництві.

Щоб ефективно запобігти виникненню небажаних наслідків необхідно вміти кількісно оцінити небезпечність того чи іншого середовища перебування людини. Кількісною оцінкою небезпечності середовища перебування людини може бути середній вік життя людини. Чим меншому шкідливому

впливу підпадала людина протягом свого життя, тим довше вона може прожити [8].

Зниження рівня впливу на людину небезпечних та шкідливих факторів та підвищення якості життя людини залежить не тільки від біологічних факторів, навколошнього та соціального середовища, але й від того, наскільки людина вмотивована на збереження і зміцнення свого здоров'я в процес життедіяльності.

За даними шорічної доповіді Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, Державного інституту розвитку сім'ї та молоді про становище молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя» стан здоров'я, на думку української молоді, значною мірою залежить від ряду факторів, серед яких найбільш важливими є:

- шкідливі звички: токсикоманія (91,4% опитаних), вживання наркотиків (91,1%) вживання алкоголю (87,8%), куріння (85,7%);
- екологічна ситуація (80,3%);
- особисте ставлення до свого здоров'я (75,7%);
- правильне харчування (73,6%);
- умови на роботі та дома: умови праці (68%), психологічна атмосфера дома (67,7%);
- хронічні захворювання (62,7%);
- заняття фізкультурою та спортом (62,2%);
- матеріальне благополуччя (59,3%);
- режим дня (51,5%).

Проте у відповідях на запитання, які чинники негативно впливають на їх власне здоров'я, більшість респондентів віддали перевагу стану навколошнього середовища (66,4%). Це можна пояснити недостатньою поінформованістю про інші необхідні складові здоров'я, регулярним публічним обговоренням наслідків Чорнобильської аварії та інших екологічних негараздів.

Водночас такі відповіді можуть свідчити про прагнення молодих людей перенести власну відповідальність щодо підтримки здоров'я на зовнішні, мало залежні від конкретної людини чинники. Серед найпоширеніших чинників молоді люди зазначають наявність психологічної напруги (31,4%) та шкідливих звичок (30,4%) [4].

З кожним роком все більше розповсюджуються такі проблемні суспільні явища як наркоманія, токсикоманія, алкоголь, па-

ління, венеричні захворювання. Виникнення наркоманії пов'язане з ейфорією, присущимо збуджуючим ефектом наркотику. Чим сильніший ефект ейфорії, тим швидше настає звикання. Розвиток наркоманії може настутити як результат допитливості, експериментування, як наслідок прийому знеболюючих, снодійних засобів. Поширенню наркоманії сприяє нездорове мікросоціальне середовище, відсутність у людини інтелектуальних і соціально-позитивних установок [5].

Велика кількість нещасних випадків і аварій пов'язана із вживанням спиртних напоїв. Алкоголь впливає на нервову систему та психофізіологічні процеси навіть у тому випадку, якщо зовні поведінка людини не відрізняється від нормальної.

Паління тютюну — одна з найпоширеніших шкідливих звичок, що негативно впливає на здоров'я курця і оточуючих його людей, сприяє розвитку хвороб серця, судин, легень, шлунка тощо [3].

Єдиним радикальним способом розв'язання проблеми є кардинальна перебудова наших поглядів щодо причин і наслідків погіршення здоров'я, формування основ здорового способу життя.

Говорячи про здоровий спосіб життя, перш за все мається на увазі: дбайливе ставлення до власного здоров'я; розширення уявлень і понять про взаємозв'язок людського організму з природним і соціальним оточенням; оволодіння навичками морально-етичної поведінки; формування знань, умінь і навичок безпеки життедіяльності вдома, на вулиці, в громадських містах; засвоєння умінь і навичок особистої гігієни, профілактики за-

хорювань й травматизму, режиму дня, раціонального харчування та ін. [7]. А досягти цього можна лише шляхом перебудови системи освіти та виховання особистості, на буття знань, що дозволять кожній людині здійснити гармонійний розвиток згідно змоги сьогодення.

Література

1. Безпека життедіяльності : начальний посібник / за ред. В. Г. Цапка. — [4-те вид., перероб і доп.] — К. : Знання, 2006. — 397 с.
2. Бердій Я. І. Безпека життедіяльності : навчальний посібник / Я. І. Бердій. — К. : Кондор, 2009. — 286 с.
3. Ващенко Л. С. Основи здоров'я: Книга для вчителя / Л. С. Ващенко, Т. Є. Бойченко. — К. : Генеза, 2005. — 240 с.
4. Молодь за здоровий спосіб життя: щоріч. доп. Президенту України, Верхов. раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту ; Держ. ін-т розв. сім'ї та молоді ; [редкол.: Н. Ф. Романова (голова) та ін.]. — К. : СПД Крячун Ю. В., 2010. — 156 с.
5. Москаленко В. Ф. Здоровий спосіб життя: теорія і практика / В. Ф. Москаленко // Охорона здоров'я України. — 2002. — №2. — С 4–6.
6. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя : наук.-метод. зб. / В. М. Оржеховська // Проблеми освіти. — К., 2006. — Вип. 48. — С. 3–7.
7. Формування здорового способу життя молоді: Навч.-метод. посіб. для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді / Т. В. Бондар, О. Г. Карпенко, Д. М. Дикова-Фаворська та ін. — К. : Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді, 2005. — 116 с.



ПАМ'ЯТАЙТЕ, ЩОБ ЖИТИ!

**ВІТАЄМО З ДНЕМ
ПЕРЕМОГИ!**