

ОБІЗНАНІСТЬ НАСЕЛЕННЯ ВІННИЦЬКОГО РЕГІОНУ ЩОДО ЗНАЧЕННЯ ЯКОСТІ ВОДИ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я ТА ПРОФІЛАКТИКИ НЕІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

І.М. Савельєва¹, С.М. Грищук¹

^{1,2}Житомирський медичний інститут Житомирської обласної ради,
вул. Велика Бердичівська, 46/15, Житомир, 10002, Україна

Анотація. Результати анкетування мешканців Вінницького регіону підтверджують необхідність постійного контролю за якістю води та підвищення рівня обізнаності громадян щодо цієї проблеми в контексті збереження здоров'я.

Ключові слова: якість питної води, здоров'я, профілактика захворювань, забруднення води.

Актуальність теми дослідження. Незважаючи на технологічний прогрес та розвиток медичної науки, доступ до безпечної та якісної питної води залишається однією із ключових проблем суспільства. Забруднення водних ресурсів хімічними речовинами, а також недоліки у системах водопостачання та очищення створюють серйозні загрози для здоров'я громадян. Питна вода, що не відповідає встановленим стандартам якості, може призвести до розвитку різних неінфекційних захворювань, включаючи проблеми зі шлунково-кишковим трактом, нирками, а також впливати на розвиток дитячого організму [2]. Отже, забезпечення якості питної води є надзвичайно важливим аспектом здоров'я та профілактики захворювань у сучасному суспільстві.

Аналіз останніх досліджень. Останні дослідження в сфері якості питної води та профілактики неінфекційних захворювань підтверджують, що якість питної води має прямий вплив на здоров'я людини та може бути ключовим чинником у профілактиці та розвитку різних захворювань. Наприклад,

дослідження показали, що вживання забрудненої води може призвести до розвитку хронічних захворювань шлунково-кишкового тракту, нирок, серцево-судинної системи та інших органів [1]. Також встановлено, що недостатньо очищена вода, яка містить шкідливі хімічні сполуки, зокрема нітрати та інші азотні речовини, може спричиняти збільшення рівня метгемоглобіну в крові, особливо у маленьких дітей. Метгемоглобінемія є станом, при якому в крові збільшується вміст метгемоглобіну, що призводить до порушення транспортування кисню та розвитку гіпоксії в організмі [4]. Це може мати серйозні наслідки для здоров'я, зокрема для розвитку дитячого організму. Результати досліджень підтверджують необхідність постійного контролю за якістю питної води та розробки ефективних заходів її очищення з метою забезпечення безпеки для здоров'я громадян [3].

Мета дослідження полягала в аналізі обізнаності населення (на прикладі Вінницького регіону) щодо важливості питної води для здоров'я, потенційних ризиків забруднення водних джерел та ролі органів влади у забезпеченні водопостачання належної якості.

Матеріали та методи. Для досягнення мети проводилося анкетування за спеціально розробленим опитувальником серед населення Вінницького регіону. Досліджувалися дані про звички споживання води, ставлення до її якості, усвідомлення ризиків, пов'язаних із низькою якістю води, а також рівень інформованості про цю проблему та дії щодо забезпечення безпеки питної води. До проведення анкетування було залучено 120 респондентів – мешканців Вінницької області. Використовувалися бібліосемантичний та статистичний методи дослідження.

Результати досліджень. За результатами обробки анкет встановлено, що більшість респондентів (75%, або 90 осіб) усвідомлює вплив якості води на здоров'я та організм людини. Досить високий рівень обізнаності може свідчити про доступність інформації щодо водопов'язаних ризиків для здоров'я.

Усвідомлення таких ризиків є ключовим для прийняття інформованих рішень щодо вибору джерел води та методів її очищення. Разом із цим наявність 25% респондентів (30 осіб), які мало обізнані щодо впливу якості води на організм, вказує на необхідність покращення інформування населення з метою підвищення рівня знань в даній сфері. Ці особи можуть бути більш вразливими до негативного впливу низькоякісної води через відсутність знань про можливі ризики та відповідні заходи безпеки.

Також варто зазначити, що велика кількість респондентів (91,7%, або 110 осіб) вважають, що якість питної води має вплив на розвиток дитячого організму. Це свідчить про високу обізнаність населення щодо потенційних ризиків, які може становити низька якість води для дітей, і вказує на усвідомлення важливості забезпечення доступу до безпечної води для цієї вразливої групи.

Велика кількість опитаних осіб (83,3%, або 100 осіб з 120) зацікавлені щодо оцінки якості питної води, яку вони вживають. Цей результат може свідчити про зростаючу обізнаність громадськості щодо потенційного впливу якості води на здоров'я, а також про збільшення інформаційної доступності та обговорення проблем якості води в суспільстві. Цікавість щодо якості вживаної води вказує на необхідність існування та розширення освітніх програм та кампаній, що зосереджені на інформуванні населення про стандарти якості води, методи її очищення та можливі ризики для здоров'я від вживання неякісної води. Також ці результати підкреслюють важливість публікації даних державних та місцевих органів влади щодо якості води та впровадження заходів контролю.

Серед опитаних 83,4% (100 осіб) вважають, що державні органи та місцева влада несуть відповідальність за якість питної води. Це свідчить про сильне переконання в тому, що уряд має забезпечувати безпечні та здорові умови для споживання води, що є основоположним аспектом громадського здоров'я. Лише невелика частина опитаних осіб (8,3%, або 10 осіб) не вважають державні органи відповідальними за якість питної води. Це може свідчити про певний рівень

недовіри до урядових інституцій або про інші уявлення про те, хто має нести відповідальність у цій сфері. Частина респондентів (8,3%, або 10 осіб) не можуть визначити, чи є державні органи відповідальними за якість питної води. Це може вказувати на недостатню інформованість або нерозуміння ролі різних органів влади у забезпеченні якості води.

Висновок. Результати дослідження вказують на високий рівень обізнаності населення Вінницького регіону щодо питань взаємозв'язку здоров'я та якості питної води. Більшість респондентів виявили занепокоєння щодо потенційних ризиків, пов'язаних з якістю води, та зацікавлені у безпечному водопостачанні. Для підтримки здоров'я населення та профілактики неінфекційних захворювань, існує потреба в подальшому проведенні освітніх заходів щодо значення води для організму людини та активній участі громадськості у процесі контролю якості питної води.

Список використаних джерел та літератури

1. Лотоцька О. В., Кондратюк В. А., Кучер С. В. Якість питної води як одна з детермінант громадського здоров'я в Західному регіоні України. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2019. № 1. С. 12-18.
2. Прокопов В. О. Питна вода України: медико-екологічні та санітарно-гігієнічні аспекти : монографія. за ред. А. М. Сердюка. Київ : ВСВ «Медицина», 2016. 400 с.
3. Якість води: біомедичні, технологічні, агропромислові і екологічні аспекти. *Тези доповідей I Міжнародної науково-технічної конференції*. (Тернопіль 20–21 травня 2021 року). М-во освіти і науки України, Терн. націон. техн. ун-т ім. І. Пулюя [та ін.]. Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2021. 84 с.
4. Савельєва І.М., Грищук С.М. Поліпшення якості питної води як один із напрямків профілактики неінфекційних захворювань. *Матеріали I*

Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Актуальні питання лабораторної діагностики, медсестринства, реабілітації та громадського здоров'я». Житомир, 2023, С.190-192.

АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ЗАСОБІВ ТА МЕТОДІВ, ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ СПОРТИВНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У ПАУЕРЛІФТИНГУ

Ю.М. Сидорчук¹, В.Є. Осипенко², Г.В.Блажиєвський³

^{1,2,3}Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. Велика Бердичівська 40, Житомир, 10008, Україна

***Анотація.** В статті визначені особливості використання у тренувальному процесі засобів та методів для відновлення спортивної працездатності спортсменів у пауерліфтингу. Встановлено, що незважаючи на високу оцінку ролі і значення відновлення спортивної працездатності пауерліфтерів, переважна більшість з них не приділяють значної уваги використанню відповідних засобів та методів відновлення.*

***Ключові слова:** силові вправи, пауерліфтинг, важка атлетика, гирьовий спорт.*

Актуальність теми дослідження. У спортсменів втома призводить до збільшення помилок, порушення координації рухів, ускладнення формування нових навичок та зростання витрат енергії. Проблема використання засобів відновлення в силових видах спорту стає все більш актуальною [1, 3]. Постійне підвищення спортивних досягнень та загострення змагань із цим пов'язане підвищення нервового напруження, для якого ще немає належного наукового обґрунтування, ставить перед організмом спортсменів надзвичайно високі вимоги.