

КОМПЛЕКСНА ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ: НАСЛІДКИ ВПЛИВУ ВІЙНИ ТА ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ Й ВІДНОВЛЕННЯ

Бугайчук Сергій Олександрович, Грищук Сергій Миколайович
Житомирський медичний інститут Житомирської обласної ради

COMPREHENSIVE ASSESSMENT OF THE PHYSICAL AND MENTAL HEALTH OF COMBATANTS: CONSEQUENCES OF WAR AND PROBLEMS FOR PRESERVATION AND RECOVERY

Bugaychuk S.O., Hryshchuk S.M.
Zhytomyr Medical Institute of Zhytomyr Regional Council

Анотація. У статті розкрито фізичні та психологічні наслідки війни для учасників бойових дій, проаналізовано ключові проблеми їх збереження та відновлення здоров'я. Акцентовано на взаємозв'язку соматичних (фізичних) і психічних розладів. Підкреслено необхідність комплексного підходу, що поєднує медичні, психологічні та соціальні заходи реабілітації.

Ключові слова: захворюваність, інвалідність, психічні розлади, наслідки війни, лікування.

Актуальність проблеми: В умовах тривалих воєнних дій в Україні питання збереження та відновлення фізичного й психологічного здоров'я учасників бойових дій набуває особливої актуальності [10]. Учасники бойових дій (УБД) та ветерани війни мають підвищені ризики поранень, інвалідизації, хронічних захворювань та посттравматичних психічних розладів, що ускладнюють їх соціальну адаптацію й інтеграцію у цивільне життя [12].

Комплексне дослідження стану здоров'я цієї категорії осіб дозволяє виявити ключові проблеми та своєчасно впроваджувати ефективні медико-психологічні та соціальні заходи підтримки, що є важливим завданням не лише державної політики, а й системи громадського здоров'я [11].

Мета дослідження: комплексно проаналізувати вплив війни на фізичне та психологічне здоров'я учасників бойових дій, виявити основні проблеми збереження та відновлення їх психофізичного стану.

Матеріали та методи: для аналізу та систематизації теоретичних джерел застосовано бібліосемантичний підхід, методи системного аналізу та логічного узагальнення.

Результати та їх обговорення: Регулярне виконання надскладних службових завдань суттєво впливає на стан здоров'я УБД. Травматичний досвід, отриманий під час участі у військових діях, призводить до значних змін у стані здоров'я [9]. Стан здоров'я УБД характеризується комплексом проблем, пов'язаних із впливом військових чинників, що охоплюють як фізичні, так і психоемоційні порушення [8].

Учасники бойових дій часто мають хронічні захворювання та різноманітні функціональні порушення, спричинені стресовими умовами військової служби. До найбільш поширених проблем належать:

- травматичні ушкодження (кістково-м'язові травми, поранення, наслідки контузій);
- політравма, що включає множинні поранення, ампутації та поєднані ураження різних систем організму;
- ураження внутрішніх органів (органів сечовидільної системи, легеневі контузії тощо);
- хронічні больові синдроми, спричинені пораненнями;
- порушення опорно-рухового апарату внаслідок тривалих фізичних навантажень та перебування у стресових умовах;

- зниження імунного захисту, що проявляється підвищеною схильністю до інфекційних захворювань;
- розлади сну та хронічна втома, які негативно впливають на загальний стан здоров'я [7; 9].

Супутніми проблемами виступають функціональні порушення органів і систем організму (соматичні захворювання), зокрема: серцево-судинні (наприклад, гіпертонія, що виникла або загострилася під час військової служби), шлунково-кишкові, ендокринні та гормональні розлади, а також порушення слуху та зору. За результатами досліджень, серед учасників УБД наслідки військових травм становлять 94,5%, тоді як захворювання — лише 5,5% [1].

Окрім фізичних наслідків війни в УБД фіксується високий рівень психологічного навантаження [6]. Актуальність проблем психічного здоров'я зумовлена комплексом викликів, із якими зіштовхуються військовослужбовці, адже бойовий досвід супроводжується значними емоційними потрясіннями, що провокують специфічні розлади психоемоційного стану. Водночас, значна частина УБД та ветеранів війни стикається з довготривалими психологічними наслідками, які суттєво ускладнюють процес соціальної адаптації та інтеграції в цивільне життя [3].

До основних проблем психологічного здоров'я учасників бойових дій належать:

- посттравматичний стресовий розлад, що проявляється тривогою, нічними кошмарами, підвищеною дратівливістю та емоційною нестабільністю;
- депресивні симптоми, що включають апатію, зниження мотивації, соціальну ізоляцію;
- високий рівень тривожності, що погіршує якість життя та професійну активність;
- труднощі у міжособистісних стосунках, зокрема сімейні конфлікти та проблеми у робочому колективі [2].

Варто звернути увагу, що низка фізичних проблем безпосередньо пов'язана з психоемоційним станом УБД. Тобто, психологічні проблеми значною мірою зумовлюють фізичні порушення, формуючи так зване «замкнене коло»: *«стрес → соматичні прояви → погіршення психоемоційного стану»*. Це підтверджує тісний взаємозв'язок фізичного та психологічного здоров'я УБД [4].

Зокрема, травматичні ушкодження чи хронічні захворювання підвищують ризик розвитку психічних розладів, у свою чергу, наявність ПТСР і депресивних станів негативно впливає на фізичне здоров'я, знижує імунітет та ускладнює процес реабілітації [13].

Цей взаємозв'язок підкреслює, що ефективне відновлення здоров'я УБД потребує комплексного підходу до лікування та реабілітації, який буде враховувати як фізичні, так і психологічні аспекти здоров'я УБД.

Аналізуючи питання збереження та відновлення психофізичного здоров'я УБД, можна виокремити такі ключові проблеми, що потребують першочергового вирішення:

- недостатня доступність комплексної медико-психологічної допомоги у регіонах;
- відсутність систематичного моніторингу стану здоров'я УБД та ветеранів війни;
- недостатня інтеграція фізичної та психологічної реабілітації, тобто процес відновлення здоров'я УБД переважно відбувається окремо;
- стигматизація психічних розладів (ставлення до психічних розладів як до чогось «небезпечного» чи «неприйняттого») та низька мотивація до звернення за психологічною допомогою;
- соціальні та економічні фактори, що ускладнюють відновлення та реінтеграцію у цивільне життя;
- недостатня кількість підготовлених фахівців (психологів, психотерапевтів, реабілітологів), які працюють з УБД та ветеранами війни;
- недостатній рівень міжвідомчої взаємодії між медичними, соціальними та військовими структурами [5].

Висновки та перспективи подальших досліджень: Отже, учасники бойових дій стикаються з комплексом фізичних і психічних проблем, зумовлених впливом бойових дій, серед яких провідне місце посідають травматичні ушкодження, хронічні захворювання, посттравматичний стресовий розлад, депресивні та тривожні стани. Встановлено їх взаємозв'язок: соматичні й психологічні розлади формують «замкнене коло», що ускладнює лікування та адаптацію.

Визначено, що основними проблемами збереження та відновлення психофізичного здоров'я УБД залишаються: обмежений доступ до комплексної допомоги, відсутність системного моніторингу, слабка інтеграція фізичної та психологічної реабілітації, стигматизація психічних розладів, соціально-економічні бар'єри та нестача фахівців. Тому ефективна підтримка УБД можлива лише за умови комплексного підходу, що поєднує медичні, психологічні та соціальні заходи і ґрунтується на міжвідомчій співпраці.

Література:

1. Бриндіков Ю.Л. Зарубіжний досвід реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій. Педагогічні науки: збірник наукових праць. Херсонський державний університет. Херсон, Вип. LXXVIII (78). Том 2. 2017 р. с. 195.
2. Волков Д., Абатурова О. Особливості психічного здоров'я учасників бойових дій ЗС України. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*. 2022 р. С. 40.
3. Зливков В.Л, Лукомська С.О. Особливості використання тренінгу життестійкості у психологічній реабілітації учасників бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. Вип.1. 2022 р. С. 24.
4. Колесніченко О.С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців Національної гвардії України: монографія. м. Харків: ФОП Бровін О.В. 2018 р. С.150-151.
5. Кривогуз К.В., Шусть В.В. Вплив психологічних наслідків участі у бойових діях на побудову військовослужбовцями взаємовідносин у сім'ї: кваліфікаційна робота. Міністерство освіти і науки України Маріупольський державний університет психолого-педагогічний факультет кафедра практичної психології. м. Київ. 2024 р. С.99-101.
6. Крук І.М., Григус І.М. Фізична терапія військовослужбовців з наслідками вогнепальних поранень. *Rehabilitation and Recreation*. № 12. 2022 р. С.44-51.
7. Лурін І.А. Особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців-учасників бойових дій. *Проблеми військової охорони здоров'я*. №49 (2). 2017 р. С.62-63.
8. Мась Н.М. Особливості психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія. 2017 р. С.383-385.
9. Сафін О.Д., Коляда Н.М. Соціально-психологічна реабілітація вразливих категорій громадян від наслідків війни: колективна монографія за загальною ред. О. О. Кравченко, МОН України, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини.-ФОП Ямчинський О.В., 2022 р. С.45-77.
10. Пеша І., Андріученко Т. Збереження психічного здоров'я молоді в умовах повномасштабної війни. *Соціальна робота та соціальна освіта*. №2 (11). 2023 р. С.106.
11. Чудик А.В. Сучасні підходи до фізичної реабілітації учасників бойових дій. *Педагогічна Академія: наукові записки*. №14. 2025 р. [Електронний ресурс]. URL: <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/641/553>
12. Шеленкова Н.Л. Соціально-психологічна реабілітація учасників бойових дій. *Перспективи та інновації науки (Серія Педагогіка, Серія Психологія, Серія Медицина)*. № 10. 2024 р. С.1120.
13. Ярцев Д., Почтарук М., Артюшенко О. Фізична реабілітація військовослужбовців, які отримали травми під час бойових дій. *Universum*. №15. 2024 р. С.384.