

УДК 367:387.3(487)

**ВПЛИВ ЧОРНОБИЛЬСЬКОЇ КАТАСТРОФИ НА
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНЦІВ**

Трисирука Н.В., Савелюк Н. М.

Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка

E-mail: trisirukanadia84@gmail.com

Минає вже 40 років від тої страшної дати, як на Чорнобильській атомній електростанції сталася аварія, наслідки якої мають глобальний та непередбачувальний характер. Їх вивчення викликає питання біологічної значущості впливів малих рівнів радіації, тому що аналогів подібної аварії до цього часу не зустрічалося. [1; 2].

З роками негативний вплив катастрофи поступово зменшується, відбувається природне самоочищення території, радіоактивний фон падає. При цьому найбільшою проблемою медицини залишається вплив Чорнобиля на психічне здоров'я українців.

Підсумки пост-чорнобильського лиха мають катастрофічний характер і призводять до відчутної деформації самого способу життя мільйонів людей, а також спричинюють низку глобальних змін у психіці. А це: хронічний стрес, депресія, зростання конфліктності і поширення неконструктивних засобів подолання життєвих утруднень (алкоголізм, прояви ауто-агресії тощо), втрата життєвої перспективи, агресивність одних і споживацтво інших.

Радіофобія, панічні розлади, астеноневротичний синдром, у поєднанні з уже наявними захворюваннями викликали цілий комплекс психосоматичних і соматопсихічних порушень [3].

Надто вузьке тлумачення наслідків аварії призвело до концентрації уваги передусім на екологічних та медичних проблемах. Але, як відомо, здоров'я – це не тільки відсутність хвороб чи інвалідності, це поняття включає в себе, крім соматичного, також психічне благополуччя населення, зокрема дітей. Спочатку усі проблеми зі здоров'ям пов'язувалися з Чорнобилем, потім настала психічна втома і млява реакція, проте ціле покоління до цього часу пов'язує свої проблеми з цією

трагедією. На сьогодні це явище починає поступово відходити на задній план і стиратися з пам'яті. Проте у великій групі людей під впливом психосоматичних порушень сформувалася низка патологічних змін в організмі, що призвело до хронічної патології та інвалідизації.

У зв'язку з цим виникає необхідність вивчення перед-патологічних нервово-психічних порушень, різних психічних симптомів, які не досягли ступеня хвороби і зустрічаються як «аналоги симптому».

Згідно з проведеними після чорнобильської аварії науковими дослідженнями, у дітей та підлітків із зон радіаційного забруднення сталися помітні зміни в учбовій діяльності та якостях особистості. Серед них значне місце займають непатологічні форми психогенії, які виявляються в тимчасовій емоційній напруженості, функціональними розладами ЦНС з появою синдрому екологічної дезадаптації, основними проявами якого є підвищена збудливість, рухова гіперактивність аж до розгальмованості, швидка втомлюваність, що призводить до зниження успішності навчання, поведінкових розладів, невротичних реакцій [4].

Ці обставини вимагають підвищення ефективності психологічної допомоги дітям – мешканцям радіаційно забруднених територій і не тільки.

Особливо важливим являється психологічне вивчення і виявлення легких, допатологічних відхилень і психічних відхилень у психічному стані дітей, які не досягли ступеня хвороби, але в значній мірі визначають психічний розвиток і стан психічного здоров'я в подальшому житті особи [3].

У лікуванні проблем, пов'язаних з Чорнобилем, важливу роль відіграють не тільки медикаментозні засоби, але і психотерапія. Психотерапевтична корекція нормалізує вегетативні порушення і допомагає суттєво підвищити рівень психофізіологічної адаптації хворих на різноманітні захворювання. Результатом лікування є: посилення стабільності вегетативних функцій, нормалізується сон, підвищується настрій, зникають депресивні розлади. Це допомагає у подоланні психічних і психосоматичних порушень серед постраждалих внаслідок аварії на Чорнобильській АЕС.

Безумовно, стрес, пов'язаний із найбільшою у світі радіаційною техногенною аварією, евакуація, переселення, пострадянські соціально-економічні зміни у суспільстві, недосконала політика соціального захисту постраждалих з боку держави, невизначеність майбутнього спричинили погіршення психічного здоров'я постраждалих. Але ще й існує нагальна потреба розробки і впровадження загальнонаціональної системи охорони психічного здоров'я постраждалих внаслідок Чорнобильської катастрофи та можливих у майбутньому радіаційних аварій.

Травма від Чорнобильської аварії сьогодні – це не стільки про радіацію, скільки про довготривалий стрес, соціальну ізоляцію та відчуття вразливості, що посилюються новими кризами (зокрема війною) [4].

Список літератури:

1. Міністерство охорони здоров'я України. Стан психічного здоров'я населення України після аварії на ЧАЕС. Київ, 2016. 72 с.
2. Національна академія медичних наук України. Медико-психологічні наслідки Чорнобильської катастрофи. Київ, 2018. 120 с.
3. Логановський К. М. Психічне здоров'я постраждалих внаслідок аварії на ЧАЕС. *Журнал психіатрії та медичної психології*. 2015. № 2. С. 5–12.
4. Яворівський О. П. Психосоматичні розлади у постраждалих від Чорнобильської катастрофи. Київ: Здоров'я, 2010. 180 с.