

## СТУДЕНЧЕСКИЕ НАУЧНЫЕ РАБОТЫ

УДК 619:615.281:636

### ЭКОЛОГИЯ И ЗДОРОВЬЕ ЛЮДЕЙ

**Аббасова М.Т.**, научный руководитель **Мурзалиев И.Дж.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Введение. Экология и здоровье людей – это планомерный физиологический процесс тесно взаимосвязанный друг с другом. Физиологическое развитие здоровья человека характеризуется инволюцией всех клеток организма, выраженной в постепенном развитии биохимической активности. Молодость – это прекрасный, неоцененный, сладкий, одурманенный, зрелый возраст человеческой жизни. Современные благоприятные социальные условия жизни людей, физическая культура и спорт дольше сохраняет молодость и увеличивает продолжительность жизни человека. Однако наряду с этим также прогрессируют отрицательные процессы. Приходит старение клеток кожи, нейрогуморальной и лимфоцитарной системы, низкое зарождение эритроцитов крови. Как результат снижение общего тонуса сосудов, иммунной системы, уменьшение защитной силы организма. Во многих случаях из-за отсутствия экологического баланса у многих людей сокращается продолжительность жизни [1,2].

Для формирования организма здорового человека особое значение имеет благоприятное экологическое состояние окружающей среды и природных ресурсов [2,4].

Основной задачей являлось изучить влияние экологических проблем современности, состояние окружающей среды и природных ресурсов на здоровье и возраст человека.

Основной целью было изучение экологических аспектов в улучшении здоровья и продолжительности жизни человека. Формирование и воспитание крепкой молодежи для достижения высоких результатов в спорте и трудовой деятельности.

Исследование проводилось на кафедре зоологии УО ВГАВМ. Для изучения использовались приборы, оборудование, проектор, лазерный принтер микроскопы, компьютерный класс (проектор, лазерный принтер). Были анализированы статистические данные отдела здравоохранения и Республиканского центра по гидрометеорологии, контролю радиоактивного загрязнения и мониторинги окружающей среды Витебской области и Республики Беларусь. Анкетированы студенты академии ветеринарной медицины по сохранению молодости и улучшению здоровья человека. Изучены отечественные и зарубежные опыты по сохранению сроков молодого возраста. Анализированы влияния абиотических, биотических и антропогенных факторов для улучшения здоровья человека [3,4].

Исследованием установлено, что время идет и возраст человека не остановить. Многократными наблюдениями выяснили, что продолжительность жизни человека определяется воздействиями внутренних и внешних факторов. На внутренние факторы большое влияние оказывают гены. Было доказано, что у долгожителей присутствует ген «**Мафусаила**», который отвечает за долгожительство. Данный ген препятствует началу процесса старения. Он расположен в хромосомах и инициирует этот процесс. К внешним факторам относятся прежде всего ежедневная физкультура и условия окружающей среды. На здоровье людей прежде всего влияет высокий уровень выброса выхлопных газов (окисью углерода и производными азота, озоном). В следствии чего загазованный воздух вызывает сухость видимых слизистых оболочек, раздражение системы органов дыхания и пищеварения. Загрязненная химическими веществами окружающая среда (пестициды, фунгициды и т.д.), непосредственно попадает в организм человека, вызывая морфофункциональные и физиологические изменения в органах и тканях. Безусловно,

вредные привычки такие как курение, алкоголь, неправильный образ жизни, также оказывают негативное влияние на состояние человека в целом. Курение приводит к высокому риску развития раковых опухолей в различных органах и тканях, прежде в легких вызывая тяжелые последствия и гибель организма. Алкоголь является провоцирующим фактором в развитии инсульта и онкообразований. Также немаловажное значение имеют вопросы нарушения системного питания. При изучении вопроса неправильного питания на лабораторных крысах было установлено, что чрезмерное кормление их жирами приводит к отложению холестерина и развитию заболеваний сердечно-сосудистой системы, образованию бляшек и атеросклероза, тромбоза коронарных сосудов организма.

При улучшении качества продукции, использование методов раздельного питания, ежедневное занятия физкультурой и спортом, отсутствием стрессовых ситуаций и ведение прогулочных мероприятий при благоприятных факторах внешней среды продолжительность жизни человека может достигать до 120 лет (в Японии, возраст долгожителей составляет 116 лет). Вместе с тем, в настоящее время в медицине изучается влияние биосферы на организм человека. Разрабатываются различные виды лекарственных препаратов для продления продолжительности жизни (синолитики, рапамицин и метформин). Это еще начало изучения экологической проблемы молодости и применение этих лекарственных средств не дают вероятность 100% эффективности. Возможно на начальных этапах применения можно получить хорошие результаты и можно вызвать улучшения биохимических показателей.

В настоящее время данное направление научных исследований находится на стадии глубокого изучения. Для улучшения продолжительности жизни человека такие факторы как: 1. соблюдение системных норм жизни для развития здоровых людей. 2. улучшение безопасности пищевых продуктов. 3. соблюдение социальных требований и экологических норм для развития человечества [2,3,4].

Таким образом в результате исследований мы выяснили, что экологической нормой развития человечества является прежде всего сохранение окружающей среды, природных ресурсов и биосферы от загрязнения. Снизить уровень применения химических средств в быту. Обеспечить безопасность здорового питания. Соблюдать социальные требования и нормы для развития человечества. Обязательное занятие физической культурой и ведение здорового образа жизни.

### **Литература.**

1. Висьневска, Н.В. Факторы молодости и старения. / Пер. с польск. Н.В. с польск. С.Н. Гульянц. – 2-е изд. – Мн.: Польша, 1988. – С.11-12.
2. Бабиной, Н.В. Факторы влияющие на процесс старения / Н.В. Бабиной. – Мн.: ООО «СЛК», 1995. – С. 9-14, С. 231-253.
2. Мурзалиев, И. Дж. Экологические факторы загрязнения почв / И. Дж. Мурзалиев О.Г. Одинцова // Ученые записки учреждения образования Витебская государственная академия ветеринарной медицины»: научно-практический журнал. – Витебск, УО ВГАВМ РБ. – Т.56, вып.3, 2020г. – С.129– 132.
3. Столяров, В.И., Фирсин, С.А. Личностно- ориентированное комплексное физическое воспитание школьников/ монография. в 2-х частях – Саратов: ООО «Изд. центр Наука» 2017. Часть 1-196 с.
4. Амангельдыев, А.А. Целебное свойство растения якорцы для повышения выносливости организма спортсменов / А.А. Амангельдыев научный рук-тель: И.Дж., Мурзалиев док. вет. наук, доцент УО ВГАВМ г.Витебск, Межд.научно-практ.конфер. «Физическая культура и спорт в современном социуме» 19 мая 2023года. – С.51–53.