

Мехед О.Б., Карпенко Ю.О., Матюшко С.М.
**ОЗДОРОВЧЕ ЗНАЧЕННЯ ПРИБЕРЕЖНО-ВОДНИХ ЕКОСИСТЕМ
ЧЕРНІГІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ У АСПЕКТІ ОРГАНІЗАЦІЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ТА ВІДНОВЛЕННЯ ЗА ОСОБЛИВИХ УМОВ**

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, м. Чернігів, Україна

У світлі проблем покращення стану здоров'я населення логічним є вироблення стратегії використання рекреаційного потенціалу регіонів, які раніше не спеціалізувалися на рекреаційній діяльності (Лукаш О. В., 2012). В останні роки антропогенне забруднення навколишнього середовища важкими металами стає однією з пріоритетних загроз для живих організмів, включаючи людину, а економічний і технічний прогрес все частіше стає причиною порушення природних екосистем. важкі метали здатні накопичуватися на всіх рівнях екологічної піраміди, що значно посилює проблему (Дайнеко Н. М., 2013, 2014). Їх вплив може призвести до віддалених ефектів. Серед них: канцерогенний, мутагенний ефекти, а також тривалий токсичний вплив на шлунково-кишковий тракт, серцево-судинну, ендокринну, нервову, репродуктивну системи, збільшення ризику безпліддя. У зв'язку з їх накопиченням в організмі, вони з часом призводять до послаблення імунної системи, загострення хронічних захворювань. Кожен важкий метал має свої особливості впливу на організм.

Мета дослідження: оздоровче значення прибережно-водних екосистем чернігівської області у аспекті організації реабілітації та відновлення за особливих умов.

Методи досліджень включали наступні питання: геоботанічне вивчення та еколого-флористична класифікація за методом Браун-Бланке прибережно-водних та водних екосистем; відбір зразків рослин, проб ґрунту та води прибережно-водних та водних екосистем для хімічного аналізу на утримання важких металів; порівняльний аналіз ступеня забруднення видів рослин прибережно-водних та водних екосистем з акумуляції важких металів. Висушені проби, відібрані для визначення хімічного складу, подрібнювали ножицями, секатором або в млині, поміщали в пронумеровані пакети, конверти або мішечки та передавали до хімічної лабораторії на озоління. Озоління рослин виконували за температури 500 °С. У золі рослин визначали вміст фітотоксичних важких металів і забруднюючих речовин

В результаті дослідження вивчено вміст важких металів у прибережно-водній рослинності р. Снов з точки зору використання території з метою оздоровлення, що є завданням збереження та відновлення здоров'я людини. В той же час рослини в прибережній зоні можуть накопичувати важкі метали з води та навколишнього середовища, зокрема, використовуючи їх як стратегію для конкуренції з іншими видами або для захисту від хижаків. Реальністю останніх років є погіршення характеристик людського розвитку: скорочення тривалості життя, погіршення стану здоров'я, зниження рівня добробуту. При реалізації заходів, спрямованих на підвищення рівня здоров'я населення, не можна обмежуватися діяльністю тільки медичних закладів (Мехед О. Б., 2019; Griban, G., 2021). У зв'язку з цим особливого значення набуває оздоровчо-

рекреаційна галузь, більшість видів діяльності якої пов'язана із використанням природно-ресурсного потенціалу регіону, що сприяє фізичному, психологічному, духовному відновленню і розвитку людини шляхом загальнооздоровчого відпочинку, освітньо-пізнавальної діяльності, екотуризму тощо.

Встановлено, що у флорі прибережно-водних екосистем Чернігівщини трапляються 24 види судинних рослин з фітонцидними властивостями. Близькі у таксономічному відношенні види виявляють однакову фітонцидну активність. Найбільше оздоровче значення, що визначається складом рослин із фітонцидними властивостями та видів аптечного асортименту. Практичне здійснення конструктивного підходу до прибережно-водних екосистем повинно бути спрямоване на пізнання структурної організації об'єкта (зонування), уявлення про найбільш оптимальну просторову і функціональну структуру (планування), аргументований вплив на об'єкт (облаштування). Таким чином, утворюється замкнена саморегулююча система, яка має велике оздоровче значення і є моделлю стійких стосунків людини і природи. При цьому основною мотивацією всіх природно-орієнтовних форм екотуризму є спостереження, сприйняття цінностей природи і сильний емоційний вплив. Крім того, вивчення вмісту важких металів відбувається в розробці методів біоремедіації, коли рослини використовуються для очищення забруднених вод від токсичних металів. Рослини можуть сприяти фільтрації води та накопичувати важкі метали у своїх тканинах, що покращує очищення навколишнього середовища.

Список літератури

1. Лукаш А.В., Лобань Л.О., Кирієнко С.В., Лукаш І.М. Оздоровче значення прибережно-водних екосистем Чернігівської області у аспекті організації рекреації та навчальної діяльності студентів Вісник Черніг. нац. пед. ун-ту. ім. Т.Г. Шевченка [Сер. Педаг. науки. Фізичне вихов. та спорт]. 2012. № 98, Т. 3. С. 180–183.
2. Мехед О. Б. Формування здорового способу життя як важлива частина виховання та соціалізації підростаючого покоління. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Вип. 4 (160) : НУЧК, 2019. С. 84-88 с.
3. Griban, G., Myroshnychenko, M., Tkachenko, P., Krasnov, V., Karpiuk, R., Mekhed, O., Shyyan, V. Psychological and pedagogical determinants of the students' healthy lifestyle formation by means of health and fitness activities. *Wiadomości Lekarskie*, 2021. 74 (5), 1074-1078. doi: 10.36740/WLek202105105
4. Дайнеко Н.М., Тимофеев С.Ф., Лукаш О.В. Накопичення металів та цезію-137 у прибережно-водній рослинності пойми р. Дніпро Брагинського району Гомельської області. Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. 2013. №2 (55). С. 43–50.
5. Дайнеко Н.М., Тимофеев С.Ф., Лукаш А.В., Карпенко Ю.А. Оцінка стану лучних екосистем пойми р. Дніпро прикордонних територій Гомельської і Чернігівської областей. Чернігів: Лозовий В.М., 2014.