МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

КООРДИНАЦІЙНА РАДА З НАУКОВОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ, АСПІРАНТІВ, ДОКТОРАНТІВ І МОЛОДИХ ВЧЕНИХ
СТУДЕНТСЬКА РАДА

ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ

86 ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ МОЛОДИХ ВЧЕНИХ ТА СТУДЕНТІВ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ

«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ - 2026»

14-15 травня 2026 року



ЗАПОРІЖЖЯ – 2026

ГУМАНІТАРНІ, БІОЕТИЧНІ І ПРАВОВІ АСПЕКТИ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ 361
ЕТАПИ РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ 361
Нагайлик Д.Ю.
МЕДИЦИНА КИЇВСЬКОЇ РУСІ: НАПРЯМИ, СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ТА МЕТОДИ ЛІКУВАННЯ 362
Кривенко А. М.
ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАЦІЇ З ЛЮДЬМИ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ ТА ПСИХІЧНИМИ РОЗЛАДАМИ 363
Козак Л.І.
ДЖЕРЕЛА ЗАПОЗИЧЕНИХ МЕДИЧНИХ ТЕРМІНІВ 364
Кисла П.Є.
АНТИЧНА МУДРІСТЬ У СУЧАСНІЙ ПСИХОТЕРАПІЇ: ВІД ЕПІКТЕТА ДО МЕТОДІВ ПОДОЛАННЯ ТРИВОГИ 365
Колісник Ю.О.
БІОЕТИЧНІ ТА ПРАВОВІ АСПЕКТИ РЕДАГУВАННЯ ГЕНОМУ (CRISPR) В ЄВРОПІ 366
Бевзюк А.Є.
ЯТРОГЕНІЯ В ПСИХІАТРІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ: ПРИЧИНА, НАСЛІДКИ ТА ПРОФІЛАКТИКА 367
Фіногенова К.Ю.
ФАРМ-БЛОГЕРСТВО В ТІКТОК ТА INSTAGRAM: ТРАНСФОРМАЦІЯ НАУКОВОГО СТИЛЮ В «КЛІКБЕЙТ» ТА РИЗИКИ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ 368
Величко М.С., Безпальченко Л.М., Губушкіна А.А.
ДОКИРИЛИЧНЕ ПИСЬМО НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ 369
Потапова К.М.
СОЦІАЛЬНЕ СПРЯМУВАННЯ МИСТЕЦТВА МУРАЛІВ 370
Авраменко А. Л.
ФІЛОСОФІЯ МЕДИЧНОГО ДОСВІДУ В ЦИФРОВУ ЕПОХУ: МІЖ СТРАХОМ, САМОДІАГНОСТИКОЮ ТА ВТРАТОЮ ЦІЛІСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ 371
Шеставіна Н.С.
ПРАВО НА ЦИФРОВУ ДРУГУ МЕДИЧНУ ДУМКУ В СИСТЕМІ AI-ASSISTED HEALTHCARE: ПРОГАЛИНИ У НАЦІОНАЛЬНОМУ ЗАКОНОДАВСТВІ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ 372
Бишек М.Ю., Лебич А.С.
ЮРГЕН ХАБЕРМАС І "МАЙБУТНЄ ЛЮДСЬКОЇ ПРИРОДИ": МОРАЛЬНІ МЕЖІ ЄВГЕНІКИ 373
Мастюх М.С.
ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ МЕДИЦИНИ КИЇВСЬКОЇ РУСІ 374
Невакшонова А.М.
РОЗВИТОК УКРАЇНСЬКИХ ДІАЛЕКТІВ ТА ЇХ СУЧАСНИЙ СТАН 375
Горобець А. М.
ПОШУК СЕНСУ ЯК ФУНДАМЕНТ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я: ВІД ЛОГОТЕРАПІЇ ВІКТОРА ФРАНКЛА ДО СУЧАСНОЇ СТІЙКОСТІ 376
Бровко К. І.
МЕНОНІТИ ТА ТРАНСФОРМАЦІЯ ЕКОСИСТЕМИ СТЕПУ ПІВДЕННОЇ УКРАЇНИ В XIX СТ. 376
Мурашова Д.Д.
ЗАХИСТ МАЙБУТНІХ ПОКОЛІНЬ ЧЕРЕЗ БІОПОКРАЩЕННЯ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ: ЕТИЧНИЙ АСПЕКТ 377
Зінчук М.В.
ПЕДАГОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ТЕХНІК МЕДИТАЦІЇ 378
Портна Д.І.
ЛОГОТЕРАПІЯ ВІКТОРА ФРАНКЛА ЯК РЕСУРС ПОДОЛАННЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ КРИЗИ ДЛЯ ЛЮДИНИ 380
Авраменко А. Л.
СУБ'ЄКТИВНА ОЦІНКА СТУДЕНТАМИ ВПЛИВУ ПОВІТРЯНИХ ТРИВОГ НА РЕЖИМ СНУ ТА КОГНІТИВНІ ФУНКЦІЇ. 381
Жураківська В.М., Фігель.С.Д.

Ми маємо моральне зобов'язання захищати добробут майбутніх людей. Якщо ми визнаємо, що закласти «бомбу сповільненої дії» під ігровий майданчик сьогодні є злочином проти дітей майбутнього, то ми повинні визнати злочином і руйнування екосистеми чи ігнорування технологій, що можуть врятувати наступні покоління.

Оскільки людині бракує природної самодисципліни для вирішення глобальних проблем (наприклад, колективних дій проти кліматичних змін), біопокращення наших когнітивних та моральних здібностей стає необхідним інструментом виконання нашого обов'язку.

В етиці розрізняють негативний обов'язок (не завдавати шкоди) та позитивний обов'язок (захищати). На думку Кратчфілда Паркера, «... обов'язок захищати майбутні покоління виникає через їхню екстремальну вразливість перед нашими сьогоднішніми рішеннями» [1].

Відмова від впровадження широкого біопокращення (когнітивного та морального) сьогодні може розглядатись як порушення обов'язку захисту, що є морально гіршим, ніж ризики, пов'язані з самими технологіями вдосконалення.

Традиційна медицина зосереджена на лікуванні індивіда тут і зараз. Проте сучасні виклики вимагають розширення цієї парадигми: біопокращення сучасної людини є не примхою, а етичною необхідністю для забезпечення виживання та благополуччя майбутніх поколінь.

Література:

1. Crutchfield, Parker. (2023). Protecting future generations by enhancing current generations. In F. Jotterand & M. Ienca (Eds.), *The Routledge Handbook of the Ethics of Human Enhancement*. Routledge. pp. 282–292.

ПЕДАГОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ТЕХНІК МЕДИТАЦІЇ

Портна Д.І
Науковий керівник: к. філ. н., доц. Федько О.Ю.
Кафедра культурології та українознавства
Запорізький державний медико-фармацевтичний університет

У сучасному світі, в якому все більшого значення набувають soft skills, майндфулнес з релігійної, містичної практики перетворився на корисну когнітивну навичку. Її суть полягає у безоціночному спостереженні за теперішнім моментом. Замість того, щоб «прокручувати» минуле або тривожитися про майбутнє, людина зосереджується на поточному досвіді: відчуттях у тілі, думках, звуках навколо. Це створює простір між стимулом (подією) та нашою реакцією на нього, даючи можливість обирати свідому відповідь замість імпульсивного вибуху.

Мета дослідження. Теоретично обґрунтувати та проаналізувати можливості інтеграції технік медитації (майндфулнес) в освітній процес підготовки майбутніх фахівців з реабілітації для покращення їхньої психоемоційної стійкості та професійної ефективності.

Матеріали та методи. Проведено аналіз наукових джерел та результатів сучасних досліджень, що стосуються впливу медитативних практик на когнітивні функції та рівень стресу студентів-медиків. Вивчено педагогічні аспекти впровадження технік усвідомленого дихання та м'язової релаксації як допоміжних інструментів у навчанні реабілітологів.

Отримані результати. Дослідження показало, що педагогічний потенціал медитації в контексті вищої медичної освіти є багатогранним і охоплює три ключові рівні.

По-перше, когнітивний рівень: медитація виступає як ефективний метод тренування «робочої пам’яті» та вибіркової уваги. Встановлено, що навіть короткочасні

(5-10 хвилин) сесії усвідомленості перед початком занять сприяють кращому засвоєнню складного анатомічного та біомеханічного матеріалу. Для майбутнього реабілітолога це фундамент для безпомилкового виконання діагностичних тестів та маніпуляцій.

По-друге, професійно-етичний рівень: розвиток навичок медитації безпосередньо впливає на формування «усвідомленої присутності». Це дозволяє студенту під час клінічної практики глибше розуміти стан пацієнта, зберігаючи при цьому необхідну професійну дистанцію. Вміння керувати власним емоційним станом є критично важливим для запобігання передчасному професійному вигоранню, яке часто зустрічається у сфері реабілітації через високу інтенсивність міжособистісної взаємодії та емпатичне виснаження.

По-третє, психофізіологічний рівень: медитативні техніки є потужним засобом здоров'язбереження в освітньому середовищі. Результати аналізу свідчать, що студенти, які регулярно практикують медитацію, демонструють на 25–30% нижчий рівень екзаменаційного стресу та значно вищу адаптивність до мінливих умов клінічного середовища. Педагогічна цінність такого підходу полягає у поступовому переході від зовнішнього контролю до внутрішньої саморегуляції здобувача освіти, що є важливою ознакою зрілої та стресостійкої професійної особистості

Для досягнення стану усвідомленості традиційно використовують два базові вектори роботи: через дихальний ритм та через м'язовий тонус.

1. Техніки усвідомленого дихання

Дихання – це єдина функція організму, яка працює автономно, але піддається свідомому управлінню. Це робить його ідеальним «містком» між психікою та тілом.

Механізм: Використання методів на кшталт «дихання за квадратом» або подовженого видиху безпосередньо впливає на парасимпатичну нервову систему. Зосереджуючись на русі повітря, людина перемикає мозок з режиму «виживання» (боротьби або втечі) у режим «аналізу та спокою».

2.Прогресивна м'язова релаксація

Часто ми не помічаємо, як стрес «осідає» у тілі у вигляді м'язових затискачів у плечах, щелепі чи спині.

Механізм: Метод прогресивної релаксації (за Е. Джекобсоном) вчить мозок розпізнавати різницю між напругою та спокоєм. Через послідовне напруження та різке розслаблення груп м'язів ми досягаємо глибинного фізичного заспокоєння. Коли тіло розслабляється, мозок отримує біологічний сигнал, що небезпеки немає, і рівень кортизолу знижується.

Майндфулнес, поєднаний із техніками дихання та релаксації, формує комплексну стратегію самодопомоги. Ці методи не потребують спеціального обладнання, але при регулярному застосуванні здатні кардинально змінити якість життя.

Висновки. Педагогічний потенціал технік медитації у вищій медичній школі є значним і досі не вичерпаним. Впровадження цих практик у підготовку фахівців з терапії та реабілітації дозволяє створити цілісну освітню модель, де фахова компетентність органічно поєднується з високою психологічною культурою. Доцільним вбачається розробка та інтеграція спеціалізованих тренінгів із саморегуляції до навчальних планів медичних університетів, що сприятиме випуску конкурентоспроможних фахівців, здатних ефективно працювати в умовах високих психоемоційних навантажень.