

**КЗВО ЛОР «ЛЬВІВСЬКА МЕДИЧНА АКАДЕМІЯ ІМЕНІ АНДРЕЯ
КРУПІНСЬКОГО»**

Кафедра внутрішньої медицини та управління охороною здоров'я

Протокол № 2

Засідання міждисциплінарного студентського наукового гуртка «Панацея»

м. Львів

10.10.2025

Голова засідання – Кузьменко О. В.

Секретар – Писанчин Віра

Присутні: Писанчин Віра, Буцyak Соломія, Яцків Марія, Гавецька Ярина, Староста Марія, Савула Соломія, Саноцька Мар'яна, Чучман Ростислав, Корейка Анелія, Кушка Мирослава, Доскіч Юлія, Вишинська Юлія, Паранька Надія, Крап Олена, Гаєвський Ярослав, Лущик Марія.

Запрошені:

- Настишин С. Ю., лікарка загальної практики сімейної медицини у свої.рідні, національна тренерка з психічного здоров'я (mhGAP), членкиня «Академії сімейної медицини»
- Гуменчук І. О., викладачку кафедри внутрішньої медицини та управління охороною здоров'я.

ПОРЯДОК ДЕННИЙ:

1. Про Важливі навички в періоди стресу.
2. Про розподіл тем студентських наукових тем досліджень та закріплення наукових керівників.
3. Про Всесвітній день психічного здоров'я.

1.Слухали: Настишин С. Ю., лікарку загальної практики сімейної медицини у свої.рідні, яка ознайомила студентів-гуртківців із Важливими навичками в періоди стресу. Дана тема набуває особливої актуальності в сучасному світі, що характеризується високою швидкістю змін, інформаційним перевантаженням, економічною нестабільністю та, у багатьох регіонах, соціальними та військовими конфліктами.

Ключові фактори актуальності:

- **Зростання рівня стресу:** Дослідження свідчать про загальносвітове зростання кількості людей, які відчувають хронічний або гострий стрес.

Без ефективних навичок управління ним, цей стан призводить до значного зниження продуктивності, погіршення фізичного та психічного здоров'я (вигорання, депресії, серцево-судинні захворювання).

- **Виклики сьогодення:** В умовах непередбачуваності (пандемії, фінансові кризи, військові дії) здатність швидко адаптуватися, приймати виважені рішення та зберігати емоційну стійкість стає не просто бажаною, а критично важливою умовою для особистого виживання та функціонування суспільства в цілому.
- **Особистісна та професійна ефективність:** Ефективне управління стресом є основою для розвитку резилієнтності. Навички саморегуляції, критичного мислення та емоційного інтелекту дозволяють особі не лише "витримати" складні періоди, але й використати їх для особистого зростання, підтримуючи високу працездатність та якість взаємодії в команді чи родині.

Таким чином, вивчення та оволодіння навичками управління стресом є невід'ємною частиною сучасної освіти та саморозвитку. Ці знання забезпечують індивіда практичними інструментами для підтримки життєздатності, здоров'я та здатності досягати цілей навіть у найскладніших обставинах, що робить цю тему життєво важливою та незаперечно актуальною.

Ухвалили:

Інформацію прийняти до відома.

2.Слухали:

Кузьменко О. В., керівницю МСНГ «Панацея», яка запропонувала теми для студентського наукового дослідження:

- Оцінка знань студентів-медиків щодо ранніх ознак РХП та необхідності міждисциплінарної взаємодії.
- ГРВІ «STOP»! Міфи лікування та перевірені факти.
- Стан ментального здоров'я населення під час війни (продовження вивчення даного питання).

Список наукових керівників додається.

Ухвалили:

Затвердити теми студентських наукових досліджень та призначити наукових керівників на 2025-2026 н.р.

3.Слухали:

Гуменчук І. О., викладачку кафедри внутрішньої медицини та управління охороною здоров'я, Крап Олену та Лущик Марію, які представили доповідь-презентацію про Всесвітній день психічного здоров'я, що відзначається з 1992 року, з ініціативи Всесвітньої федерації психічного здоров'я (World Federation

for Mental Health). Щорічно видаються тематичні журнали міжнародних психіатричних організацій, розсилаються звернення в урядові структури і органи охорони здоров'я, що закликають взяти участь в міжнародному русі, випускаються спеціалізовані телевізійні програми.

ВООЗ заявила, що в наші дні на планеті існують більше 450 мільйонів людей, які страждають психічними захворюваннями. А в західних країнах кожна сьома людина є або з параноєю / шизофренією, або схильна до депресій і алкоголізму.

Метою Всесвітнього дня психічного здоров'я є скорочення поширеності депресивних розладів, шизофренії, хвороби Альцгеймера, наркотичної залежності, епілепсії, розумової відсталості, кількості вживання психотропних речовин і самогубств, питання і проблеми допомоги людям, що страждають на психічні розлади, поширення інформації про ефективні методи для профілактики, медичного лікування і запобігання щодо психічних відхилень, соціальної адаптації. Перша загальна тема - «Поліпшення якості послуг з охорони психічного здоров'я в усьому світі», з'явилася в 1994 році.

Зростанню захворюваності сприяють інформаційні перевантаження, політичні й економічні катаклізми в країні, а провісниками захворювань є стреси.

Сучасне життя само по собі сприяє стресам: зміни в житті політичному, економічному, негаразди на роботі, та й просто поїздка в громадському транспорті призводять до того, що людина зі своїми стресами починає миритися, а так і до депресії недалеко.

Стреси стали складовою частиною життя сучасної людини. Люди борються з ними, не замислюючись про те, що потрібно не боротися, а не допускати їх.

Ухвалили:

Інформацію прийняти до відома.

Голова засідання



Ольга Кузьменко

Секретар засідання



Віра Писанчин