**ВПЛИВ ДЕЯКИХ ПОКАЗНИКІВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ НА ПОРУШЕННЯ ПСИХІКИ ТА ПОВЕДІНКИ У СІЛЬСЬКОГО ДОРОСЛОГО НАСЕЛЕННЯ**

**Рогач І.М., Слабкий Г.О., Воробець В.В., Качала Л.О., Погоріляк Р.Ю., Защик Н.С.,**

ДВНЗ УжНУ, Факультет післядипломної освіти та доуніверситетської підготовки, кафедра громадського здоров’я , м. Ужгород**;** ДУ «Український інститут стратегічних досліджень МОЗ України», м. Київ.

**Ключові слова:**  сільське населення, порушення психіки та поведінки, показники життєдіяльності, вплив.

 **Вступ.**  Психічне здоров’я та психічне благополуччя є найважливішими складовими високого рівня якості життя, які дозволять людині вважати своє життя повноцінним та значущим, бути активним і творчим членом суспільства. За даними ВООЗ, психічні та поведінкові розлади є надзвичайно поширеними і вражають до 25% всіх людей в певні періоди їх життя. Згідно показника DALI, до 2020 року тягар розладів психіки та поведінки досягне 15% від усіх хвороб. В Україні, на розлади психіки та поведінки в державі страждає біля 250 осіб на 100 тис населення, що є одним із найвищих рівнів серед країн Європи.

Високий рівень психічного здоров’я населення є важливим фактором соціальної єдності, продуктивної праці, суспільного спокою та стабільності оточуючого середовища. Психічне, фізичне та соціальне здоров’я є важливою складовою життя, які тісно пов’язані між собою та залежать один від одного. Їх взаємозв’язок свідчить, що психічне здоров’я є надзвичайно важливим для загального благополуччя окремих осіб, громад та країни в цілому.

**Мета:** вивчити вплив деяких показників життєдіяльності на порушення психіки та поведінки у сільського дорослого населення.

**Матеріали та методи:**  соціологічний – за спеціально розробленою анкетою опитано 1200 сільських жителів області. Отримані результати статистично оброблені з використанням програм Statistika 6.0 та MS Excel.

**Результати:** Отримані результати дослідження вказують на те, що певні режими життєдіяльності сільського дорослого населення можуть стати чинниками порушення психіки та поведінки. До таких режимів життєдіяльності віднесені: напружений та високо напружений режим дня з тривалістю активної частини робочого дня 9-10 годин, завантаженістю робочого часу на 80-90%; систематично пасивний фізичний відпочинок: читання літератури, перегляд телепередач, прослуховування радіо; відхід до сну після півночі та раннім (біля 5 години) пробудженням; частим або постійним безсонням; тривалість нічного сну переважно 4,5-5 годин.

**Висновки:** встановлено вплив деяких показників життєдіяльності на порушення психіки та поведінки у сільського дорослого населення, знання яких повинно бути використано при розробці індивідуальних та колективних профілактичних програм.