

Ніна Володимирівна Грищенко

кандидат філософських наук, доцент,

доцент кафедри соціальних та економічних дисциплін факультету № 2

Харківського національного університету внутрішніх справ

СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКІ АСПЕКТИ ЗДОРОВ'Я І ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Соціально-економічний розвиток країни, її процвітання і благополуччя можливі лише в тому випадку, коли її населення здорове. Здоров'я виступає необхідною умовою особистої і соціальної успішності, запорукою пристойного майбутнього кожного громадянина і країни в цілому. Якісно нові завдання, пов'язані з активізацією реформаторського та євроінтеграційного процесів в Україні, зумовили посилення вимог до збереження і зміцнення здоров'я населення, зниження рівня захворюваності, продовження активного довголіття і забезпечення здорового способу життя. На сьогодні Україна у рейтингу здоров'я від ВООЗ займає лише 97-е місце із 156-и, пропустивши вперед не тільки розвинені західні країни, але і країни колишнього СРСР: Білорусь займає 54-е місце, Росія - 73-е, Молдова - 75-е. Гірше, ніж в українців, здоров'я та медобслуговування тільки у жителів бідних арабських країн, Африки та Афганістану. За даними соціологічного опитування, проведеного Київським міжнародним інститутом соціології в травні 2018 року, стан свого здоров'я як «хороше» оцінили 37% опитаних, 42% респондентів вважає стан свого здоров'я «середнім», а 19% зізнаються, що вони мають погане (або дуже погане) здоров'я. На стан здоров'я людини впливають чисельні фактори, серед яких – зовнішнє середовище, санітарно-гігієнічні умови проживання та навчання, стан розвитку медицини, економічні чинники і т.п. Однак варто зважувати і на те, що здоров'я людини в першу чергу залежить від неї самої. На думку спеціалістів, здоров'я людини лише на 10-15% відсотків залежить від медицини, на 15-20% - від генетичних факторів, на 20-25% - від впливу навколишнього середовища і на 50-55% визначається способом життя людини. Відомий вітчизняний кардіолог, академік М. Амосов теж неодноразово підкреслював: «Щоб бути здоровим, потрібні власні зусилля, постійні та значні. Замінити їх не можна нічим». Отож, проблему збереження здоров'я не можливо вирішити суто медичними, економічними чи оздоровчо-профілактичними засобами. Вона повинна усвідомлюватись як загальна світоглядна проблема, вирішення якої потребує не лише комплексного підходу, а й глибокого філософського осмислення. Культура філософського мислення не менш значуща, ніж фізична культура, бо саме за її допомогою і стає можливе розкриття глибинної парадигми античної пайдейї: «у здоровому тілі – здоровий дух», яка в сучасному соціальному контексті набуває нового звучання і сенсу.

Питання філософського виміру здоров'я виникло вже на ранньому етапі історії людства. Як зазначав ще Гіппократ, «...належить...перенести мудрість в медицину, а медицину в мудрість, адже лікар-філософ рівний богам». Він же вказував і на значення сильного духу та позитивного настрою людини на її одужання, відзначаючи, що рани переможців заживають швидше, ніж у переможених. Подібні думки висловлював і Сократ, відмічаючи, що не можна лікувати тіло, не лікуючи одночасно і душу, а його учень – Платон в діалозі «Тимей» підкреслив, що в питаннях здоров'я немає нічого більш важливішого, ніж розмірне співвідношення духовного і тілесного. Розуміння здоров'я в контексті гармонії людини зі світом і одночасно гармонії її душі і тіла характерне для всієї античної філософської думки. Актуальним такий підхід залишається і для сьогодення. Здоров'я в широкому філософському контексті розуміється як справжня гармонія душі, тіла й розуму, що передбачає здорове навколишнє природне й соціальне середовище. Здоров'я як цінність є комплексним поняттям, яке не можна розглядати за межами філософської концепції людини як результату природної та соціальної еволюції, котра як її породження має бути оптимально адаптованою до природних умов життя й створеної нею культури. Здоров'я перебуває у взаємозв'язку з культурою, економічною, соціально-політичною, духовною сферами життя людини і виступає фундаментальною характеристикою людського існування, в якій перетинаються фізіологічні, етичні, екзистенційні та соціокультурні смисли.

Поняття «здоров'я» нерозривно пов'язане з поняттям «здоровий спосіб життя». З філософської точки зору, «спосіб життя» – це поняття, яке відображає види життєдіяльності (спосіб існування) в єдності з історично конкретними умовами життя. Воно охоплює побут, працю, форми використання вільного часу, задоволення матеріальних та культурних потреб, участь у суспільному та політичному житті людей. Поняття «здоровий спосіб життя» не передбачає лише виконання гігієнічних норм і правил, дотримання режиму і санітарне просвітництво. Здоров'я нерозривно пов'язане з поняттям про красу.

Гармонія природних і соціальних якостей особистості, єдність фізичних і психічних процесів, їх досконалість — усе це є красою. Таким чином, здоровий спосіб життя спрямований на гуманізацію й активізацію людської діяльності, удосконалення індивідуальних якостей особистості. Питання можливості (чи неможливості) вести здоровий спосіб життя вважається надзвичайно суб'єктивним, оскільки воно детерміноване, перш за все, мірою усвідомлення людиною важливості власних дій в цьому напрямку. Навіть за відсутності деяких об'єктивних умов (фінансова незалежність, комфортні умови життя, належне харчування, тощо), особи з високим рівнем свідомості стосовно здорового способу життя прагнуть діяти заради власного здоров'я. І навпаки, за достатньо об'єктивних умов нестача особистісних стимулів унеможливорює прагнення бути здоровим. Тому тільки духовно здорова, морально зріла людина спроможна дбати про своє тіло, беручи на себе відповідальність за своє ставлення до нього та збереження власного фізичного здоров'я. Морально зріла людина покладає відповідальність за свої вчинки, за своє життя виключно на себе, а не на оточення, і залежно від своїх прагнень планує свої дії. І навпаки, людина, яка покладається тільки на інших або на долю, зазвичай вважає, що її життя та здоров'я мало залежать від власних зусиль. Отож, формування здорового способу життя має стати комплексною, системною та цілеспрямованою діяльністю органів державної влади та місцевого самоврядування, громадських організацій, сім'ї, інших соціальних інститутів, спрямованою на створення як об'єктивних умов, так і світоглядних установок, здатних стимулювати зусилля людини в напрямку збереження та зміцнення власного здоров'я.

Література:

1. Самооцінка стану здоров'я населенням України. Прес-реліз. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=768&page=1>