



МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ МЕДИЧНИХ НАУК
УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені О.О. Богомольця
ІНСТИТУТ ОЦІНКИ ВІДПОВІДНОСТІ, ГІГІЄНИ
ТА ЕКОЛОГІЇ

ЕКОЛОГІЧНІ ТА ГІГІЄНІЧНІ ПРОБЛЕМИ
СФЕРИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

(ЗБІРКА МАТЕРІАЛІВ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ)



25 березня 2026 р

м. Київ

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ МЕДИЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені О.О. Богомольця
ІНСТИТУТ ОЦІНКИ ВІДПОВІДНОСТІ, ГІГІЄНИ ТА ЕКОЛОГІЇ

ЕКОЛОГІЧНІ ТА ГІГІЄНІЧНІ ПРОБЛЕМИ
СФЕРИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ
(ЗБІРКА МАТЕРІАЛІВ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ)

25 березня 2026 р.

за загальною редакцією
член-кор. НАМН України, професора С.Т. Омельчука

м. Київ

2026

УДК _613+574]:061.3

Головний редактор: Омельчук С.Т. член-кор. НАМН України, д.мед.н., професор

Заступник головного редактора: Гринзовський А.М. д.мед.н., професор, Вавріневич О.П. д.мед.н., професорка.

Технічний редактор: доцент кафедри гігієни та екології НМУ імені О.О. Богомольця к. мед. н., доцент Кондратюк М.В.

Редакційна колегія:

БАРДОВ В.Г. – член-кор. НАМН України, д.мед.н., професор;

ГАРКАВИЙ С.І. – д.мед.н., професор;

ГРУЗЄВА Т.С. – д.мед.н., професорка;

ПЕТРУСЕВИЧ Т.В. – к.мед.н., доцентка;

КОРШУН М.М. – д.мед.н., професорка;

ШИРОБОКОВ В.П. – академік НАН та НАМН України, д.мед.н., професор;

ЯВОРОВСЬКИЙ О.П. – академік НАМН України, д.мед.н., професор.

Матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю «Екологічні та гігієнічні проблеми сфери життєдіяльності людини» (Київ, 25 березня 2026 р.) / за загальною редакцією член-кор. НАМН України, професора С.Т. Омельчука. – К., 2026. – 337 с.

У матеріалах науково-практичної конференції з міжнародною участю «Екологічні та гігієнічні проблеми сфери життєдіяльності людини» (Київ, 25 березня 2026 р.) висвітлено актуальні питання гігієни, екології та громадського здоров'я: хімічну й біологічну безпеку, якість повітря, води та харчових продуктів, вплив шуму, мікропластику, пестицидів і воєнних чинників на здоров'я населення. Основний акцент зосереджено на міждисциплінарному підході до оцінки ризиків, профілактики захворювань, розвитку кадрового потенціалу, гармонізації національних практик із європейськими стратегіями та післявоєнного відновлення України.

УДК _613+574]:061.3

Електронна версія збірника містить додаткові публікації, що з технічних причин не увійшли до друкованого примірника.

У разі повного або часткового використання матеріалів збірника посилання обов'язкове.

© НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ
імені О.О. Богомольця

ХАРЧУВАННЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Чумак І.В., Велика Н.В.

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

Актуальність. У зв'язку з сучасною ситуацією, в якій перебуває населення України, військовим станом, міграцією населення, урбанізацією, економічними та енергетичними проблемами, змінами у стилі життя населення України постає проблема подвійного тягаря харчової безпеки – поєднання надлишкового споживання їжі та розвитку надмірної маси тіла з відповідними наслідками, та недостатнього харчування зі змінами харчового статусу, ознаками недоїдання. Це безпосередньо впливає на стан здоров'я окремих громадян та популяційне здоров'я в цілому, потребує комплексного вивчення і втручання.

Мета. Дослідити взаємозв'язок між змінами стилю життя, доступом до їжі, станом здоров'я та харчовою поведінкою в умовах урбанізації та кризових обставин.

Методи. Створена анкета, яка включає блоки запитань щодо умов та способу життя, частоти та характеру споживання їжі, чинників, які впливають на доступ до їжі, стану здоров'я, моделей поведінки, харчових звичок, фізичної активності та психоемоційного стану.

Результати. Проведено онлайн-анкетування 121 респондентів віком від 18 до 66 років (60,8% жінки, 39,2% чоловіки), які проживають переважно у містах з населенням понад 100 тис. осіб (88,8%).

Результати дослідження свідчать, що серед респондентів 21,7% осіб мали надмірну масу тіла, 2,5% обстежуваних – ожиріння, 4% – виражений дефіцит маси тіла. Стан здоров'я 62,5% респондентів оцінили як задовільний (не мали хронічних захворювань), решта повідомили про наявність серцево-судинних захворювань, хронічних хвороб шлунково-кишкового тракту, аутоімунних захворювань та інших.

Оцінка харчової поведінки свідчить, що щодня снідають 64,9%, не снідають більше 35% опитуваних, 41,7% споживають фастфуд частіше ніж 1 раз

на тиждень. Більше 60% анкетованих обмежені у споживанні овочів та фруктів, щодня вживають овочі та фрукти лише 39,5%. Цільнозернові продукти вживають регулярно лише 21,6%. В той же час, 46,7% осіб повідомили, що змушені купувати дешевші, менш корисні продукти, 62,2% респондентів зазначили підвищення цін як чинник обмеження доступу до якісної їжі, що сталося в результаті військової ситуації.

Результати оцінки способу життя свідчать, що 50% респондентів не мають регулярної фізичної активності (менше ніж 150 хв/тиждень); середня тривалість сну – 6–8 годин, достатня, але, враховуючи повітряні тривоги вночі, сон у переважній більшості населення України переривчастий і тривожний, що сприяє розвитку хронічного стресу; 64,9% респондентів відзначають постійне психоемоційне напруження, у зв'язку з чим 20,8% використовують їжу для зниження стресу, в той же час 18,3% бояться набрати зайву масу тіла.

Проведено аналіз обізнаності респондентів щодо здорового харчування : 66,7% опитаних різного віку оцінили свої знання про здорове харчування як середні або низькі і висловили побажання отримувати об'єктивну інформацію з цього приводу. В той же час, 73,9% вважають, що проблема здорового харчування населення повинна вирішуватись на державному рівні.

Висновки. Серед дорослого населення України наявні ознаки як надмірного споживання енергії (фастфуд, солодощі, цукор), так і недостатнього надходження нутрієнтів у зв'язку зі здорожчанням продуктів і обмеженим доступом до якісної здорової їжі, економічними та психологічними проблемами. Урбанізація, хронічний стрес та економічні обмеження сприяють формуванню нездорової харчової поведінки.

Існує нагальна потреба у державних просвітницьких програмах, покращенні доступу до здорових продуктів та підтримці вразливих верств населення.