**збереження здоров'я підлітків у контексті повоєнного відновлення україни**

Через війну як фізичне, так і психічне здоров’я населення суттєво погіршується [1–3]. Постійна загроза життю, руйнування інфраструктури, вимушена міграція та нестабільність значно впливають на загальний стан здоров'я людей. Особливо слід підкреслити погіршення психічного здоров’я, яке є більш поширеним і часто має довготривалі наслідки. Стресові ситуації, постійне відчуття небезпеки, а також невизначеність майбутнього провокують розвиток депресій, тривожних розладів та посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у значної частини населення. Ці психічні проблеми охоплюють різні верстви суспільства, проте діти та підлітки є особливо вразливою групою [4]. Війна порушує їхній емоційний розвиток, формує відчуття тривоги та незахищеності, що може мати негативні наслідки для їхнього психічного здоров'я в довгостроковій перспективі.

Актуальність проблеми полягає в тому, що післявоєнне відновлення України неможливе без всебічної уваги до здоров'я підлітків, які є майбутніми носіями соціальних, економічних і культурних перетворень у країні. Підлітки – це не лише майбутні професіонали та лідери, але й найбільш вразлива група, що в умовах війни зазнала значних потрясінь. Війна призвела до погіршення умов життя, перерви в навчанні, втрати житла та близьких, що глибоко вплинуло на їх фізичний та психічний стан. Багато підлітків стали свідками насильства або були безпосередньо залучені до евакуації та життя в зонах бойових дій.

Проведене нами онлайн-опитування підлітків 17-18 років щодо оцінювання стану їхнього здоров’я та чинників, які його визначають (вибірка склала 600 осіб, репрезентативна за статтю, віком та типом поселення), виявило низку тривожних тенденцій. Найперше слід зазначити, що лише 6,5% підлітків цієї вікової групи не відчували стрес або тривогу внаслідок війни. Натомість майже чверть респондентів (23,8%) заявили, що постійно перебувають у стані стресу, а майже половина (49,8%) відчуває його періодично. Ці показники свідчать про значний рівень психічного напруження серед молоді, що може мати довготривалі наслідки для їхнього здоров'я.

Особливо слід звернути увагу на гендерні відмінності в сприйнятті стресу. Серед дівчат рівень тривожності є значно вищим. Зокрема, 29,2% опитаних дівчат відчувають постійний стрес, тоді як ще 53,3% відчувають його періодично. Ці дані свідчать про особливу вразливість дівчат до психологічних наслідків війни, що потребує окремої уваги з боку фахівців у сфері охорони здоров'я та психологічної підтримки.

У той же час не можна ігнорувати фізичні та психічні наслідки війни, що торкаються молоді загалом. Фізичні травми, недоїдання, відсутність належної медичної допомоги і життєво важливих ресурсів значно погіршують фізичне здоров’я молоді.

Фізичні травми, недоїдання, відсутність належної медичної допомоги і життєво важливих ресурсів значно погіршують фізичне здоров’я молоді. Крім того, психічні наслідки війни, зокрема ПТСР, депресія та підвищена тривожність, становлять загрозу для їх емоційного розвитку. Ефективне відновлення держави вимагає створення системи комплексної підтримки, що включатиме медичні, психологічні та соціальні заходи, спрямовані на реабілітацію та збереження здоров'я підлітків.

Тому питання збереження їх здоров’я є стратегічно важливим для довгострокової стабільності країни, а інвестиції в їхнє фізичне та психічне благополуччя сприятимуть побудові здорового та продуктивного суспільства в майбутньому.

**Перелік джерел посилання:**

1. Johnson, R. J., Antonaccio, O., Botchkovar, E., & Hobfoll, S. E. (2022). War trauma and PTSD in Ukraine’s civilian population: Comparing urban-dwelling to internally displaced persons. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 57(9), 1807–1816. https://doi.org/10.1007/s00127-021-02176-9
2. Kokun O. The Ukrainian population’s war losses and their psychological and physical health. *Journal of Loss and Trauma*. 28.5 (2023): 434-447. https://doi.org/10.1080/15325024.2022.2136612.
3. Opaas M., Wentzel-Larsen, T., & Varvin, S. (2022). Predictors of the 10 year course of mental health and quality of life for trauma-affected refugees after psychological treatment. European Journal of Psychotraumatology, 13(1), 2068910. https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2068910.
4. Bürgin D. et al. Impact of war and forced displacement on children’s mental health—multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches. European child & adolescent psychiatry. 31.6 (2022): 845-853. https://doi.org/10.1007/s00787-022-01974-z.