

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я**



**VII науково-практична конференція
студентів та молодих вчених з міжнародною участю**

**«ВІД ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ПАТОФІЗІОЛОГІЇ
ДО ДОСЯГНЕНЬ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ І ФАРМАЦІЇ»**

**15 травня 2025 р.
ХАРКІВ – Україна**

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я**



**VII науково-практична конференція
студентів та молодих вчених з міжнародною участю**

**«ВІД ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ПАТОФІЗІОЛОГІЇ
ДО ДОСЯГНЕНЬ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ І ФАРМАЦІЇ»**

**15 травня 2025 р.
ХАРКІВ – Україна**

ПОСТТРАВМАТИЧНІ СТРЕСОВІ РОЗЛАДИ

Бондаренко В. А.¹, Кононенко Н. М.¹, Кравець А.², Руленко В.²

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна;

Черкаська медична академія, м. Черкаси, Україна

valeri3bond@gmail.com

Вступ. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є психічною реакцією на травматичні події, що перевищують здатність людини до адаптації, зокрема війна, насильство або втрата близьких. Сучасні дослідження вказують на біологічну основу ПТСР, включаючи зміни в роботі мозку, гормональний дисбаланс та епігенетичні ефекти. В умовах війни в Україні проблема ПТСР набуває особливої актуальності, що робить вивчення його механізмів важливим для розробки ефективних методів лікування та підвищення психічної стійкості суспільства.

Мета дослідження. Дослідження посттравматичних стресових розладів крізь призму сучасної науки: від нейропсихологічних основ до новітніх підходів лікування, зокрема із залученням цифрових технологій та штучного інтелекту. Особлива увага приділяється викликам, які постають перед українським суспільством у контексті масової психологічної травматизації.

Матеріали та методи. Виконання даного дослідження проводилося шляхом аналізу широкого кола джерел, зокрема PubMed і Web of Knowledge. У даному дослідженні використані теоретичні методи дослідження – пошуковий, метод обробки даних, аналітичний.

Результати та їх обговорення. Уявіть собі стан, коли навіть у тиші та безпеці тіло не може розслабитися, а пам'ять постійно повертає до моменту небезпеки, що минув. Серце б'ється швидше, нічні кошмари не дають спати, а звичайні життєві ситуації здаються загрозливими. Це — не вигадка і не слабкість, а реальність для мільйонів людей у всьому світі, які живуть із посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). У ХХІ столітті, попри прогрес у науці, людство все ще шукає способи повноцінного розуміння та подолання цього стану. ПТСР торкається не лише воїнів і жертв катастроф — це універсальна реакція мозку на події, які ламають внутрішню стабільність. З огляду на нинішні події в Україні, тема ПТСР набуває не лише медичного, а й соціального, національного значення.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) виникає як психічна реакція на події, що перевищують адаптаційні можливості людини: бойові дії, насильство, катастрофи чи раптову втрату близьких. Центральне місце в механізмах ПТСР посідає порушення роботи мозкових структур, відповідальних за емоційне реагування та пам'ять — зокрема, амігдали, гіпокампа і префронтальної кори. Через це людина постійно переживає стан "бойової готовності", уникає будь-яких нагадувань про травму, страждає на нав'язливі спогади, безсоння та тривожність. Особливо тривожною є статистика серед військових та цивільного населення в умовах війни — за даними українських досліджень, симптоми ПТСР виявляються у кожного третього ветерана.

Однак травматичні переживання притаманні не лише військовим. Хоча ПТСР часто асоціюється з конфліктами, насправді він є універсальною нейропсихологічною відповіддю на будь-який екстремальний стрес. Людина може розвинути розлад після дорожньо-транспортної пригоди, домашнього насильства, зґвалтування, стихійного лиха або тяжкої хвороби. Незалежно від характеру події, головним спільним чинником є відчуття безпорадності, загрози життю та втрати контролю. У відповідь мозок переходить у режим виживання, формуючи патологічні зв'язки між емоціями та пам'яттю. Це призводить до хронічної тривоги, повторного переживання травматичного досвіду та уникнення всього, що з ним асоціюється.

Розуміння нейробіологічної суті ПТСР значно поглибилось завдяки сучасним нейровізуалізаційним дослідженням. Вони демонструють, що ПТСР має чітко виражену біологічну основу і залишає "сліди" в мозку. Зокрема, амігдала, що відповідає за обробку страху, стає гіперактивною, гіпокамп зменшується в об'ємі, що ускладнює розмежування теперішнього від минулого, а префронтальна кора — зона контролю над емоціями — працює менш ефективно. Ці зміни пояснюють більшість симптомів, які переживає людина з ПТСР, і визначають підходи до лікування. Найбільш ефективним психотерапевтичним методом визнано когнітивно-поведінкову терапію (КПТ), що передбачає стабілізацію емоційного стану, роботу з травматичними спогадами та поступове повернення до звичного життя. У складніших випадках застосовуються також фармакологічні засоби — зокрема, антидепресанти.

Крім змін у мозкових структурах, серйозна психічна травма здатна впливати і на глибші біологічні рівні — змінювати експресію генів. Епігенетичні дослідження свідчать, що сильний стрес може "вмикати" або "вимикати" певні гени, не змінюючи їхньої структури, але змінюючи функціонування організму. Такі зміни зачіпають гормональні й нейромедіаторні системи, впливають на рівень кортизолу та регуляцію нервової збудливості. Що ще важливіше — ці епігенетичні наслідки можуть передаватися між поколіннями. Наприклад, у дітей тих, хто пережив війну чи геноцид, фіксуються подібні біохімічні маркери стресу, хоча самі вони не зазнавали травми. В умовах повномасштабної війни в Україні, де мільйони дорослих і дітей пережили втрати, евакуацію, насильство чи бойові дії, це явище викликає особливу тривогу.

Отже, посттравматичний стресовий розлад — це не просто реакція окремої людини на шоківу подію. Це складне й багаторівневе явище, в якому поєднуються нейробіологічні, психологічні та соціальні чинники. Воно впливає на пам'ять, емоції, поведінку, а також на гормональний фон і навіть спадкові механізми. У сучасних реаліях збройної агресії проти України, глибоке розуміння ПТСР, ефективне виявлення та своєчасне лікування стають надзвичайно важливими не лише для окремих осіб, а й для психічного здоров'я всього суспільства.

Висновки. Посттравматичний стресовий розлад є універсальною реакцією нервової системи на глибоку психологічну травму. Його прояви охоплюють як емоційні й когнітивні порушення, так і біологічні зміни в головному мозку. Розуміння нейропсихологічних механізмів ПТСР дозволяє підходити до його

лікування більш ефективно — завдяки поєднанню когнітивно-поведінкової терапії, медикаментозної підтримки та довготривалого психосоціального супроводу. Особливу актуальність ця проблема набуває в контексті сучасної війни в Україні, де мільйони людей щодня стикаються з травматичними подіями. Турбота про психічне здоров'я, раннє виявлення симптомів ПТСР та підтримка постраждалих мають стати не лише завданням медицини, а й пріоритетом державної політики.

Ключові слова: посттравматичний стресовий розлад, нервова система, стрес, психічне здоров'я.