



В. К. МИЛЬКАМАНОВИЧ

УРБАНИЗАЦИЯ: АКТУАЛЬНЫЕ СОЦИАЛЬНО-МЕДИЦИНСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РАЗРЕШЕНИЯ

Белорусский государственный университет, Минск, Беларусь

Целью публикации является системное изложение актуальных социально-медицинских проблем урбанизации и пути их разрешения. Рассмотрены социально-медицинские факторы, оказывающие положительное влияние на здоровье городского населения. Дана характеристика стресс-факторам в городском социокультурном пространстве. Раскрыты и описаны основные направления формирования дружелюбной урбанизированной среды.

В статье использованы материалы медиатеки им. М. Е. Тикоцкого отдела обслуживания факультетов журналистики и философии и социальных наук Фундаментальной библиотеки БГУ и элементы образовательного портала БГУ ФФСН.

Ключевые слова: урбанизация, здоровье городского населения, безопасная городская среда, стресс-факторы в городском социокультурном пространстве, профилактика здоровья городского населения.

The purpose of this publication is a systematic presentation of current socio-medical problems of urbanization and ways to resolve them. The socio-medical factors that have a positive impact on the health of the urban population are considered. The characteristics of stress factors in the urban sociocultural space are given. The main directions of creating a friendly urban environment are revealed and described.

The article uses materials from the media library named after. M. E. Tikotsky Department of Services for the Faculties of Journalism and Philosophy and Social Sciences of the Fundamental Library of the BSU and elements of the educational portal of the BSU FFSN.

Key words: urbanization, health of the urban population, safe urban environment, stress factors in the urban sociocultural space, prevention of health of the urban population.

HEALTHCARE. 2024; 9: 75—80

URBANIZATION: CURRENT SOCIO-MEDICAL PROBLEMS AND WAYS TO SOLVE THEM

V. K. Milkamanovich

Урбанизация (от лат. *urbanus* — городской) — процесс повышения роли городов, городской культуры и «городских отношений» в развитии общества, увеличение численности городского населения по сравнению с сельским и «трансляция» сформировавшихся в городах высших культурных образцов за пределы городов. Для урбанизации характерны приток в города сельского населения и возрастающее маятниковое движение населения из сельского окружения и ближайших малых городов в крупные города (на работу, по культурно-бытовым надобностям и пр.).

В 2023 г. количество жителей городов на Земле составило 57,5 % населения, а по среднему варианту прогноза ООН к 2030 г. эта цифра достигнет 68,6 % [1].

По данным Национального статистического комитета на 1 января 2022 г., численность населения Республики Беларусь составила 9 255 524 человека. При этом более трех четвертей белорусов проживает в городах

(78,1 %), таким образом, городское население составляет 7 232 095 человек [2].

С ростом урбанизации все более актуальным становится вопрос создания комфортной, удобной, безопасной, дружелюбной ко всем пользователям городской среды. Существует мнение, что «комфортная городская среда — это чувство и состояние здоровья человека в условиях города» [3].

Социально-медицинские факторы, оказывающие положительное влияние на здоровье городского населения. Положительное влияние на жизнь индивида в городах оказывает большое количество возможностей для развития потенциала как физического, так и умственного. Развитие медицины, образования, разнообразных сервисов, позволяющих тратить время не на решение бытовых задач, а на более полезные вещи, такие как спорт, обучение, культурное развитие [4].

Позитивные факторы:

— решение бытовых задач, освобождение времени и сил: доставка продуктов и готовой еды,

развитый общественный транспорт, клининг, прачечные и другие сервисы;

— возможности для физического развития, медицина, спорт, большой выбор товаров и услуг для здоровья и движения, для увеличения продолжительности активной и здоровой жизни;

— широкие возможности для смены видов деятельности, культурного и интеллектуального развития: музеи, экскурсии, университеты, различные курсы, лекции, библиотеки, концерты, школы.

В условиях глобализации города превращаются в мультикультурные центры. Мультикультурность современных городов — явление, которое характеризует наличие различных культур, национальных и этнических групп в одном городе. Мультикультурные города представляют собой смесь различных языков, религий, обычаев и традиций. Они являются местом, где люди могут встречаться, общаться и взаимодействовать, обогащая друг друга своими уникальными культурными практиками и опытом. Благодаря этому города становятся центрами культурной и экономической активности.

Стресс-факторы в городском социокультурном пространстве. Помимо решения сложных задач городских жителей урбанизация приносит новые вызовы и создает многочисленные социально-медицинские проблемы. К сожалению, приходится констатировать, что достижения урбанизации нередко являются факторами риска, а порой и причиной развития многих болезней, среди которых преобладают сахарный диабет 2-го типа, сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, ожирение, артериальная гипертензия, хронические заболевания дыхательных путей, остеопороз, проблемы со зрением, депрессия и многие другие [5].

Стремительный рост городского населения в мире и в Беларуси оказывает влияние на различные сферы жизнедеятельности, включая психическое благополучие, создавая условия для формирования состояния городского стресса [6].

При этом избежать взаимодействия с факторами, формирующими стресс, при активном образе жизни городского жителя часто практически невозможно. Однако среда каждого отдельного города уникальна, что вызвано раз-

личиями в городской планировке и застройке, экологической обстановке, в особенностях уличной среды, архитектуры, климата и др.

Городскую среду отличает наличие комплекса следующих стресс-факторов:

— *экологических* (промышленная и транспортная загрязненность);

— *социальных* (многолюдность, отсутствие возможности для уединения, многоэтажность зданий, высокая плотность населения, нарушение личного пространства и др.);

— *насыщенности городской жизни* (темп жизни, многовариантность ощущений, большое количество приезжих и эмигрантов, информационные перегрузки);

— *восприятия социокультурной среды* (однотипность жилых домов, сложная пространственная организации территории, неблагоприятная визуальная среда).

При этом имеет место не изолированное их проявление, а сочетанное действие, в результате чего создаются условия, ведущие к нарушениям в перцептивной, эмоциональной и когнитивной сферах индивидуальной психики городского жителя и снижению адаптационных возможностей его организма.

Дополняют их большие экономические затраты, сложности ориентации и «транспортная усталость», проблемы безопасности (преступность, терроризм, вандализм), характер жизнедеятельности горожанина, не позволяющий ему заботиться о своем психологическом состоянии и здоровье, и др.

Стресс-факторы в городском социокультурном пространстве, в свою очередь, создают опасные для здоровья различные нарушения физического и нейропсихического состояния, при которых легче возникают и тяжелее протекают [7]:

— артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца, язвенная болезнь, болезни кожи, обмена веществ и другие заболевания внутренних органов и опорно-двигательного аппарата;

— эмоциональные стрессы, угнетенное состояние, тоска, страх, депрессия, тревога и другие эмоциональные проявления.

Рассмотрим социально-медицинские факторы, которые оказывают негативное влияние на здоровье городского населения [8; 9].

• Гиподинамия. В настоящее время лишь 1 % энергии вырабатывается мускульной силой,

остальные 99 % — результат автоматизации и механизации. В результате энергетический природный потенциал человека оказался ненужным. Автобус, трамвай, троллейбус, лифт, кресло приводят в конечном итоге к развитию сердечно-сосудистых заболеваний, болезней нервной системы, суставов, связок, позвоночника. Неизбежные следствия ослабления мышечной активности — артриты, артрозы и частые мучительные страдания по поводу поясничных болезней. В результате урбанизации большая часть жизни людей проходит в закрытых помещениях.

- Информационная перегруженность.
- Нарушение биоритмов. Освещенность, движение, шум, большое количество транспорта, много времени в дороге не способствуют природному режиму жизнедеятельности.

- Архитектурная среда. Спальные районы, однообразие строений, четкие геометрические линии, серый фон создают дополнительный стресс, поскольку далеки от природных естественных видов, способствуют развитию близорукости, агрессивности, снижению интеллектуальных способностей.

- Социальная изоляция. В городах, где проживает большое количество людей, причем каждый часто живет в своем собственном ритме, многие люди могут чувствовать социальную изоляцию. Это проявляется в отсутствии связей с другими людьми, ощущении одиночества или трудностях в установлении новых отношений. Опасными последствиями изоляции и одиночества в урбанизированной среде могут быть аффективные расстройства, депрессия, проявление различных форм аддикций (алкоголизация, наркомания), отчуждение, аутодеструктивное и суицидальное поведение.

- Экология. Высокий уровень загрязнения воздуха повышает риск развития депрессии, тревожности и других аффективных расстройств.

- Шум (в основном от транспорта) отвлекает, мешает сосредоточиться, вызывает изменения функционального состояния центральной нервной и сердечно-сосудистой систем. Под воздействием шума нарушается сон, после пробуждения люди чувствуют усталость, головную боль. Со временем это приводит к переутомлению, снижению работоспособности, болезням.

- Несоответствие параметров предметов, обстановки, программ и услуг антропометрическим характеристикам людей с ограниченными возможностями здоровья. Универсальный дизайн создает продукты, места и системы, которые уменьшают потребность в специальных по-

мещениях и многих дорогих вспомогательных устройствах, а также снижает сегрегацию, помещая людей с инвалидностью в одинаковые условия с другими категориями населения.

- Зависимость от технологий. В городах развитие технологий наиболее интенсивное. Человек все чаще зависит от смартфонов, социальных сетей и других электронных устройств. Это может приводить к девиациям в поведении (люди проводят слишком много времени в виртуальной реальности, играют в видеоигры или мало общаются с реальными людьми), негативно сказывается на здоровье и социальной адаптации.

- Потеря контакта с природой. Жители городов, особенно тех, в которых отсутствуют парки и зеленые зоны, могут испытывать девиацию, связанную с потерей контакта с природой. Отсутствие свежего воздуха, зеленых насаждений и просторов негативно влияет на физическое и психическое здоровье людей, вызывает чувство усталости или подавленности.

- Консьюмеризм — исторически специфический тип культуры потребления, потребительство. В современных городах расходы на потребление товаров и услуг нередко становятся основным фокусом жизни для многих людей. Они подвержены девиациям, связанным с потребительским образом жизни, где материальное накопление и обладание вещами важнее других аспектов, таких как отношения, социальное благополучие или саморазвитие.

- Снижение безопасности по причине быстрого роста доли городского населения (преступность, терроризм, вандализм). При этом угрозы безопасности являются более значимыми для уязвимых категорий населения в городах, что снижает качество их жизни и создает социальное напряжение.

Когда упомянутые отклонения начинают влиять на качество жизни и общее благополучие городского населения, важно стремиться к соблюдению баланса и заботиться о своем физическом и психическом здоровье [10].

Трансформация городской среды оказывает серьезное влияние на институты семьи и брака. Жители городов сталкиваются с новыми вызовами и возможностями, которые имеют влияние на их отношения и семейную жизнь. Изменениям подвергаются представления о семье. Современные города способствуют разнообразию семейных форматов. Ранее семья ассоциировалась с традиционной моделью, где мужчина и женщина состоят в браке и воспитывают детей. Однако в городах становится все более

распространенным выбор неконвенциональных форм семьи, таких как одиночные родители, однополые партнерства, бездетные пары или повторные браки с детьми от предыдущих отношений.

Среди горожан возникают новые роли и задачи. В городах люди сталкиваются с высоким уровнем занятости, стрессами и требованиями современной жизни. Это приводит к изменению ролей и задач внутри семей. Традиционная модель семьи, где мужчина работает, а женщина занимается домашними делами и воспитанием детей, не всегда применима в условиях городской жизни. В современных городах большинство супружеских пар работают на полную ставку и делят ответственность по дому и воспитанию детей.

Вступление в брак и рождение детей все чаще откладывается на более поздний срок. Городская среда предоставляет широкий спектр возможностей в карьере, образовании и личной жизни, что приводит к отсрочке брака и рождения детей. Горожане массово переносят брак и деторождение на более поздние годы, чтобы сосредоточиться на себе, достижении карьерных целей и установлении финансовой стабильности. Особую ценность приобрело понятие личной свободы.

Изменяется восприятие брака. Горожане становятся более сознательными в своем выборе партнера и более осведомленными о правах и свободах в рамках брака. Брак в настоящее время рассматривается как союз двух равноправных партнеров, основанный на любви, взаимном уважении и поддержке, а не просто как обязательство или социальный статус.

Технологии и социальные медиа также оказывают значительное влияние на трансформацию семейно-брачных отношений. Они облегчают коммуникацию и поддержание связи с родственниками и друзьями из других городов или стран. Однако технологии приводят к удаленности, непродуктивным временным погружениям в интернет и привыканию к виртуальным отношениям [11].

В целом семья и брак продолжают эволюционировать в условиях современных городов. Люди стремятся адаптироваться к изменяющимся условиям, предпочитая более гибкие и индивидуальные подходы к своим отношениям и формированию семьи.

Основные направления формирования дружелюбной урбанизированной среды.

Инновации в развитии современных городов помогают сделать их более удобными, экологически чистыми и эффективными для жизни граждан. Цель таких инноваций — создать умные и устойчивые города, которые способствуют благополучию и развитию горожан [10].

Разрешение социально-медицинских проблем урбанизации включает в себя широкий спектр мер, с помощью которых можно значительно снизить негативное влияние городских условий жизни на здоровье людей.

1. *Создание возможности для естественного отдыха горожан на основе биофильного дизайна* — проектирования пространств в соответствии с природными законами [12]. Многочисленные исследования показали, что общение с природой поддерживает психическое и физическое здоровье людей. Ведущие принципы биофильного проектирования:

- Присутствие природы. Создание парков, скверов и других пространств с природными элементами в городской среде для улучшения качества воздуха, снижения уровня шума в городе, улучшения физического и психологического состояния здоровья людей. Озелененные территории должны находиться в 15-минутной доступности, при этом важен доступ не обязательно к озелененным массивам большого размера (парки), это могут быть небольшие пространства до 3 га (сквер, сад, карманный парк).

- Создание мультисенсорной среды. Применение разных природных образов, фактур, материалов, звуков позволяет получать новые впечатления.

- Наличие естественного освещения. Максимальное использование природного освещения, остекления большой площади для проникновения света внутрь помещений и в то же время для вечернего освещения общественных пространств. С помощью правильной ориентации и высоты зданий, использования остекления можно формировать дружественные пространства.

- Цветовое оформление также физиологически влияет на состояние: яркие или пастельные цвета, близкие к природным, способствуют расслаблению.

- Доступ к водным пространствам. Пространства около акватории являются местом отдыха и релаксации населения. Движение, звук воды всегда имели релаксационный эффект.

- Применение водных элементов. Интеграция водных элементов (фонтаны, водопады, пруды, сухие фонтаны и т. д.) в городскую среду привносят чувство спокойствия, умиротворения, релаксации.

- Визуальная связь с природой — вид из окна как здоровый образ жизни. Самые популярные интерьеры имеют вид на реку, озеро или парк, где есть возможность наблюдать за сменой времен года. Исследования показывают, что возможность видеть зелень из своего дома (или в нем) уменьшает симптомы тревоги и депрессии.

- Использование натуральных материалов (дерево, камень, глина и т. д.), формирующих природную эстетику, создает ощущение природной привлекательности, способствует экологической устойчивости.

- Внедрение экологической уличной мебели (кадки с цветами, раскрашивание тротуаров и дорог), создание площадок для пешеходов на проезжей части у остановок общественного транспорта и переходов.

2. *Строительство «городов для всех»*, что предполагает отсутствие барьеров для передвижения не только людей с ограниченными возможностями, но и лиц пожилого возраста, а также детей [13]. Нужна шаговая доступность социальных учреждений (поликлиники, сады, школы) в каждом районе. Трансформация городской среды в более комфортную для людей всех возрастных групп, станет преимуществом для всех городских жителей, ведь инклюзивная среда способствует снижению агрессии и увеличению социализации.

3. *Снижение транспортной загруженности*. Городское пространство — это поле не для машин, а для человека. Люди живут, работают и отдыхают в одном месте, промышленность и объекты инфраструктуры находятся в другом, доступном, однако, для каждого. Большинство крупных городов возникло раньше автомобиля. Поэтому их приспособление к новым реалиям — сложный, противоречивый процесс, когда приходится учитывать преемственность прошлого и настоящего, вопросы рационализации всей инфраструктуры, сочетание общегородских и районных интересов, обновление застройки и сохранение исторического облика, своеобразие, культурную идентичность, транспортное удобство и др.

Снижение транспортной загруженности крайне важно для экологии, шумового загрязнения, перегруженности и экономии времени. Необходимы уменьшение количества личного транспорта, подземные паркинги, дворы без машин, развитие общественного транспорта и альтернатив — таких, как дорожки для велосипедов. Многие центральные улицы должны стать пешеходными зонами.

4. *Улучшение мобильности в городах*. Развитие электромобилей, каршеринга и автоном-

ных транспортных систем позволяет сократить пробки и загрязнение воздуха. Адаптивные системы управления трафиком и использование данных общественной транспортной системы помогают оптимально распределять потоки движения и улучшают передвижение горожан.

5. *Наличие в городской среде средств персональной мобильности* — устройств либо приспособлений, не являющихся транспортным средством, приводимых в движение двигателем и предназначенных для индивидуального или совместного использования пешеходами [1]. Это различные современные виды мобильного транспорта, использование которого разрешено на пешеходных тротуарах и дорожках, велосипеды, самокаты и их современные технологические разновидности (электрические самокаты, гироскутеры, моноколеса, сегвеи).

6. *Развитие велосипедного транспорта*. В городской среде для него должна быть создана уникальная инфраструктура в виде специальных коммуникаций, которые имеют автономный характер двустороннего движения. В эту инфраструктуру входят центры проката велосипедов, что повышает массовость перехода населения разных возрастов на экологический вид транспорта.

7. *Создание возможности для смены вида деятельности*, поскольку большая часть работы в городах умственная, сидячая. Поэтому необходимо создавать доступные клубы и секции здоровья, фитнес-центры, площадки для спорта, прогулок, велодорожки и др. Социальные механизмы автоматически приводят людей к тому, что для них знакомо: если на улицах много бегунов и велосипедистов, это становится привычным и мотивирует «вливаться в среду». Поощрение физической активности и здорового образа жизни помогает улучшить физическое и психологическое здоровье городского населения.

8. *Расширение возможности завести домашних животных*: выгул, ветеринария, доступная среда (можно входить во многие общественные пространства с небольшими животными). Это можно считать важным фактором улучшения психологического состояния.

9. *Улучшение услуг для горожан*. Благодаря интуитивным интерфейсам и цифровым технологиям становится проще получать доступ к городским услугам, таким как транспортные системы, медицинские услуги, образование, энергоснабжение и др. Например, приложения позволяют горожанам заказывать такси, оплачивать парковку или получать информацию о графике общественного транспорта прямо с мобильного устройства.

Выводы

1. Урбанизация нередко является фактором риска, а порой и причиной развития многих распространенных болезней, которые наносят серьезный вред здоровью и могут привести к инвалидности и смерти.

2. Большое значение в профилактике болезней городского населения имеют меры на государственном уровне и индивидуальная ответственность. Люди должны принимать на себя ответственность за свое здоровье и принимать меры для поддержания здорового образа жизни.

Контактная информация:

Милькаманович Владимир Константинович — к. м. н., доцент, профессор кафедры социальной работы и реабилитологии. Белорусский государственный университет. Ул. Кальварийская, 9, 220004, г. Минск. Сл. тел. +375 17 259-30-61.

Конфликт интересов отсутствует.

ЛИТЕРАТУРА

1. Современная урбанистика: социальное благополучие и цифровая трансформация города : сб. материалов междунар. науч.-практ. конф., Минск, 30 нояб. 2023 г. / [редкол.: И. В. Пинчук (отв. ред.) и др.]. — Минск : БГУ, 2024. — 508 с.
2. Население и миграция [Электронный ресурс]: Национальный статистический комитет Республики Беларусь. — Режим доступа: <https://www.belstat.gov.by/ofitsialnaya-statistika/socialnaya-sfera/naselenie-i-migratsiya>. — Дата доступа: 04.10.2023.
3. Степанова, Е. М. Необходимость формирования комфортной городской среды и факторы, препятствующие этому процессу в России / Е. М. Степанова // Молодой ученый. — 2019. — № 49 (287). — С. 542—545.
4. Самошкина, И. С. Город как фактор формирования территориальной идентичности / И. С. Самошкина // Развитие личности. — 2009. — № 2. — С. 116—126.

5. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. — М. : Профессинал, 2009. — 432 с.

6. Кружкова, О. В. Городской средовой стресс: восприятие реальности и гипотетическая оценка / О. В. Кружкова // Конфликтность современности : коллективная монография. — Екатеринбург, 2014. — С. 83—101.

7. Профилактика инвалидности и реабилитация лиц с инвалидностью / М-во труда и социальной защиты Республики Беларусь, Республиканский ин-т повышения квалификации и переподготовки работников Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь ; сост. В. К. Милькаманович. — Минск : Минский гос. ПТК полиграфии, 2021. — 75 с.

8. Милькаманович, В. К. Организация доступной городской среды для граждан с инвалидностью / В. К. Милькаманович // Социальные практики и развитие городской среды: урбанистика и инноватика : материалы междунар. науч.-практ. конф., Минск, 25—26 нояб. 2021 г. / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: И. В. Пинчук (гл. ред.) [и др.]. — Минск : БГУ, 2021. — С. 197—200.

9. Милькаманович, В. К. Городской образ жизни как медико-социальная проблема / В. К. Милькаманович // Современная урбанистика: социальное благополучие и цифровая трансформация города : сб. материалов междунар. науч.-практ. конф., Минск, 30 нояб. 2023 г. — Минск, 2024. — С. 271—274.

10. Гефнер, О. В. Цифровизация и социокультурная среда современного города (на материалах городов Западной Сибири) [Электронный ресурс] / О. В. Гефнер // Электронный научно-методический журнал Омского государственного аграрного университета. — 2021. — № 1 (24). — Режим доступа: <https://e-journal.omgau.ru/images/issues/2021/1/00905.pdf>. — Дата доступа: 26.10.2023.

11. Булавчук, А. М. Цифровая трансформация развития городской среды / А. М. Булавчук // Цифровая экономика. — 2022. — № 4. — С. 63—70.

12. Иванова, А. П. Дружелюбная городская среда: ландшафтный дизайн и временная архитектура / А. П. Иванова. — Хабаровск : Изд-во ТОГУ, 2016. — 152 с.

13. Лазовская, Н. А. Универсальный дизайн открытых пространств, зданий и сооружений / Н. А. Лазовская. — Минск : Ковчег, 2016. — 144 с.

Поступила 30.07.2024

Принята к печати 12.08.2024



Адрес редакционно-издательского сектора:

ул. Фабрициуса 28, 220007, г. Минск
Телефоны: +375 17 368-21-66, +375 17 368-21-48
E-mail: zdrav1924@gmail.com

С информацией «К сведению авторов» можно ознакомиться на сайте www.mprcmt.by

Учреждение не несет ответственности за содержание рекламных объявлений.

При использовании материалов журнала ссылка на «Здравоохранение» обязательна.

Подписные индексы:

для организаций — 749122,

для индивидуальных подписчиков — 74912

Свидетельство о государственной регистрации средства массовой информации № 562 от 09.09.2016, выданное Министерством информации Республики Беларусь

Информация, реклама Т. П. Вронская
Верстка: Н. М. Сыдыков, В. И. Гончаров
Редакторы: Е. М. Бильдюк, С. А. Голдарь

Дизайн обложки Сергей Саркисов

Подписано в печать 05.09.2024. Тираж 960. Зак. 803.
Государственное предприятие «СтройМедиаПроект».
ЛП № 02330/71 от 23.01.2014.
Ул. Веры Хоружей, 13/61, 220123, г. Минск.