

Н.М. Опара, канд. с.-г. наук, доцент
Полтавська державна аграрна академія
Україна

ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО МЕХАНІЗМИ З ПОЗИЦІЇ СИСТЕМНОГО ПІДХОДУ

Зрозуміти феномен здоров'я людини можливо тільки з позиції системного, цілісного підходу до неї. При цьому слід враховувати як зовнішні, так і внутрішні аспекти функціонування людини.

Кожна система має зовнішні та внутрішні аспекти функціонування.

Зовнішні аспекти представляють її діяльність у навколишньому середовищі, від якої вона залежить і з якою постійно обмінюється інформацією, енергією та речовиною. У навколишньому середовищі людина виконує свої біологічні, соціальні та творчі функції, витрачаючи на це певну енергію.

Зовнішнім аспектом для людини є навколишнє середовище, в якому вона виконує свої біологічні та соціальні функції.

Внутрішній стан людини можливо оцінити за ступенем гармонійності системи, тобто внутрішньосистемного порядку. Цей порядок визначається інформаційним компонентом системи, для біологічного рівня це генетичний код, нейрогуморальний та імунний комплекс, для психіки - архетипна структура та механізм свідомості.

Зовнішнє й внутрішнє функціонування системи обумовлене енергією, що використовується системою для підтримки своєї упорядкованості, прояву своїх біологічних і соціальних функцій. Про зв'язок енергетичності біосистеми та її життєздатності писав ще в 1922 році В.І. Вернадський.

Передхвороба і хвороба характеризуються частковим порушенням внутрішнього порядку, гармонійності системи, зниженням її функцій. Повного хаосу в біосистемі ніколи не буває, тому що вона загине раніше ніж наступить повне руйнування її упорядкованості.

Будь-яка жива система, в тому числі і людина, включає триєдність інформації енергії (субатомарний рівень) та речовини (атомарно-молекулярний рівень). Енергетична і речова структури будуються на основі інформації, яка проявляє себе через них, управляє ними. За рахунок механізмів самоорганізації система постійно створює порядок всередині себе, прагне до нього і зберігає його. Ці механізми виділяють систему із зовнішнього середовища та підтримують її негентропію у процесі обміну з середовищем.

Оскільки система організується інформаційними потоками, зв'язками, то ці механізми за своєю суттю є зв'язками в системі.

Найточніше стан системи можливо оцінити за кінцевим результатом її дії, на виході. Саме на виході системи виявляється енергія, яка діє на навколишнє середовище. Кількість цієї енергії корелює з життєздатністю, а

вона відображає індивідуальне здоров'я. Крім того, енергетичний потенціал є інтегральним показником функції всієї системи.

Якість здоров'я залежить від правильного формування системи на ранніх етапах життя й підтримки, закріплення та відновлення здоров'я в дорослому віці.

Як видно, механізми здоров'я за своєю суттю є конструктивними, створюються зв'язками, підтримують порядок у системі, виступають носіями позитивної інформації

Так званий поклик життя (Ерос за З. Фрейдом) мобілізує резерви системи, підвищує її стійкість, сприяє її самоорганізації.

Велике значення має енергетичний потенціал організму, що протидіє руйнуванню системи.

Отже, ідеальний порядок у системі «Людина» — це абстракція, практично він недосяжний. Тому говорять про ступінь цього порядку, що відбиває стан здоров'я на даний момент, про рівень здоров'я.

Хаос у живій системі ніколи не буває повним, раніше, ніж повністю буде зруйнована її впорядкованість.

Другий аспект живої системи — енергетичний.

Енергетичні можливості системи «Людина» визначають її життєздатність, можливість підтримувати свою впорядкованість, а також виявляти себе в біологічній, соціальній та творчій сферах, тобто бути вільною у своїх життєвих проявах. Іншими словами, прояви здоров'я у вигляді працездатності зумовлені кількістю енергії, що виділяється людиною.

Так, як енергетичність системи певною мірою завжди пов'язана з її інформаційним аспектом, її гармонійністю, то динаміка зниження енергоздатності людини свідчить про явну або приховану дисгармонію в психіці і (або) сомі, тобто про явний або прихований патологічний процес.

Третій рівень живої системи — речовинний, тісно пов'язаний з енергетичним та інформаційним аспектами.

Поняття здоров'я у сенсі внутрішнього системного порядку більш широке, ніж поняття хвороби, що виступає частковим порушенням цього порядку скільки ідеального здоров'я у людини практично не буває, часткові його порушення відображають ступінь дисгармонії у функціонуванні різних органів та систем і є звичайним атрибутом загальної картини здоров'я.

Оскільки уявлення про саморегуляцію пов'язане насамперед, з інформаційним (на соматичному рівні — регуляторним) аспектом у системі, то за характером відхилення регуляторних параметрів під впливом фізіологічних навантажень і повернення їх до вихідного рівня можна оцінювати активність, лабільність та запас міцності механізмів здоров'я.

Зміни в енергетичному та пластичному статусі системи визначаються інформаційними імпульсами, тому вони завжди вторинні.

У цьому контексті здоров'я можна визначити як внутрішній системний порядок у динаміці, що співвідноситься з цілями людини на поточні моменти життя.

Структура людини як така, що самоорганізується, прагне позбутися від цієї негативної інформації, що викликає локальну деформацію, часткове порушення порядку в системі.

Наука переосмислює стародавні істини, перекладає їх сучасною мовою, доповнює їх новими відомостями. Використання системного підходу сприяє її переходу з диференційного етапу на інтегративний.

Список використаних джерел

1. Апанасенко Г.Л., Панова Л.А., Магльований А.В. Санологія (медичні аспекти валеології): підручник для лікарів-слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Панова, А.В. Магльований . – Львів, ПП «Кварт», 2011. – 303 с.
2. Валеологія: Підручник. – К.: Центр учбової літератури. 2008. – 214 с.