

**Ярошук Д.С.**, здобувачка вищої освіти  
першого (бакалаврського) рівня,  
Національний авіаційний університет, м. Київ, Україна  
Науковий керівник: Панова О.О., д.ю.н., професор

## **СУДОВО-МЕДИЧНЕ ВИЗНАЧЕННЯ ПСИХО-ФІЗІОЛОГІЧНИХ ЗМІН ПІД ЧАС ПОЛЬОТУ НА ЛІТАКУ**

Говорячи про політ на літаку, ми завжди позиціонуємо його з чимось приємним, наприклад, з відпочинком або з новими враженнями. Проте, існує категорія людей, чий психоемоційний стан під час польоту не лише не можна назвати «приємним», але він може бути вкрай небезпечним.

Пропонуємо психоемоційні стан в яких перебуває особа під час польоту розглянути у двох площинах, в залежності від їх причин: сильні стреси (істеричні стани) та психічні (нервові захворювання).

Розглянемо першу причину, а саме сильні стреси та істеричні стани.

Стрес - стан психічної напруги, що виникає в процесі діяльності в найбільш складних і важких умовах. Життя часом стає суворою і безжалісною школою для людини. Виникаючі на нашому шляху труднощі (від дрібної проблеми до трагічної ситуації) викликають у нас емоційні реакції негативного типу, що супроводжуються цілою гамою фізіологічних і психологічних зрушень [1].

До негативних наслідків тривалого стресу відносять психосоматичні захворювання та посттравматичний синдром. Психосоматичні захворювання – це хвороби, у розвитку яких провідну роль відіграють психологічні фактори, у тому числі і психологічний стрес. Існує кілька гіпотез, що пояснюють походження психосоматичних захворювань. Згідно з однією з них, психосоматичні захворювання є наслідком стресу, обумовленого довгостроково діючими і непереборними психотравмами. Друга гіпотеза пов'язує виникнення психосоматичних симптомів з внутрішнім конфліктом між однаковими за інтенсивністю, але різноспрямованими мотивами індивіда. Відповідно до третьої

гіпотези, нерозв'язаний конфлікт мотивів (як і непереборний стрес) породжують в результаті капітуляції, відмову від пошукової поведінки, що створює найбільш загальну передумову до розвитку психосоматичних захворювань [2, с.148].

Що до другої причини, то деякі психічні розлади можуть спричинити виникнення фобій.

Так, фобія (давньогр. φόβος — страх) – це нав'язливий, непереборний страх при деяких психічних захворюваннях, іноді при перевтомі, після психічного зворушення [3].

Існує велика кількість фобій, від поширених до «унікальних», які пов'язані з перебуванням у «небі», тобто, перебуванні у повітряному транспорті.

Так, в рамках нашого дослідження, пропонуємо звернути увагу на найбільш розповсюджені фобії, що пов'язані з польотом на літаку.

По-перше, аерофобія, в основі якої лежить нав'язливий страх смерті. Аерофоби бояться авіакатастрофи і власного безсилля проконтролювати цю уявну ситуацію. Причому у випадку з польотами цей жах абсолютно не обґрунтований. Різноманітна статистика авторитетно стверджує, що літак – найбезпечніший вид транспорту. Ймовірність загибелі в автомобільній аварії в тисячі разів вище, ніж під час авіаперельоту. У деяких випадках аерофобія поєднується з острахом висоти (акрофобія) і замкнутого простору (клаустрофобія). Лікар Т.В. Анікієва, зазначає, що ще до зльоту у людини починаються проблеми з диханням; підвищується серцевиття; можуть трапитися спазми м'язів; з'являються пітливість, тремор; дисфункції в роботі шлунково-кишкового тракту; пасажир починає постійно аналізувати дії екіпажу, уявляти катастрофу – найменший механічний шум, крен літака або повітряна яма можуть спровокувати приступ панічної атаки [4]. Зазначений вид психоемоційного стану може супроводжувати пасажира під час всього польоту, діагностується за зовнішніми проявами та характерними рисамию.

По-друге, акрофобія, яка означає страх висоти. Ця фобія є частиною ситуації фобій, тобто фобій, що відносяться до місць, в даному випадку до висот, що зачіпають 5% населення. Отже, тоді, акрофобія - нераціональний і

необґрунтований страх висот, які можуть проявлятися в різних ситуаціях і призводити до високого рівня тривожності. Акрофобія - специфічний тип фобії. Ця фобія має високу реляційну складову з запамороченням [5].

По-третє, пропонуємо розглянути клаустрофобію, яка виражає страх замкнутих просторів і тісних приміщень. За статистикою, клаустрофобія є одним з найбільш поширених патологічних фобій поряд з агорафобією. Хворого на клаустрофобію в замкнутих просторах переслідує відчуття непереборної небезпеки – настільки сильні, що людина може втратити свідомість [6].

Таким чином, якщо ми розглядаємо патологічні стани під час польоту, то з вище викладеного можна зазначити, що зштовхнувшись з екстремальною ситуацією (або сприйнявши її такий), людина випробує різкий ріст емоційної напруги. Що інколи спотворює реальність та призводить до психофізіологічних змін. Емоційне порушення росте як наслідок, може призвести до тяжких наслідків.

#### Література

1. Луценко Л. Стрес: поняття, вплив, фази, характеристика та подолання. URL: <https://sunyva.pmsd.org.ua/porady-likarya/stres/> (дата звернення 11.11.2022);
2. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: *підручник*. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.;
3. Фобія. *Словник іншомовних слів*. URL: <https://www.jnsm.com.ua/cgi-bin/u/book/sis.pl?Qry=%D4%EE%E1%B3%FF> (дата звернення 11.11.2022);
4. Анікієва Т.В. Аерофобія або як побороти страх перельотів? URL: <https://www.dobrobut.com/ua/med/c-aerofobia-ili-kak-poborot-strah-pereletov> (дата звернення 11.11.2022);
5. Акрофобія значення, причини, симптоми і лікування. *Психологія, філософія і роздуми про життя*. URL: <https://ua.sainte-anastasio.org/articles/psicologa-clnica/acrofobia-significado-causas-sntomas-y-tratamiento.html> (дата звернення 11.11.2022);

6. Нетрсова С.Г. Клаустрофобія: як перемогти? URL: <https://psyhosoma.com/uk/klaustrofobiya-shho-ce-i-yak-peremogti/> (дата звернення 11.11.2022).