

ЛАНДШАФТ КАК ФАКТОР ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА.

Стоцкая Диана Рашитовна

студент 2 курса бакалавриата

биологический факультет, Башкирский Государственный Университет, г. Уфа

Фазылов Ильшат Занфирович

студент 1 курса магистратуры

Стоцкий Кирилл Степанович

студент 1 курса магистратуры

кафедра электромеханики факультет авионики, энергетики и инфокоммуникаций

Уфимский Государственный Авиационный Технический Университет, г. Уфа

Аннотация. Окружающий ландшафт может по-разному влиять на психоэмоциональное состояние человека. Созерцание красот природы стимулирует жизненный тонус и успокаивает нервную систему. Растительные биоценозы, особенно леса, оказывают сильное целебное действие.

Ключевые слова: ландшафт, природа, человек, здоровье.

Человек всегда стремится в лес, в горы, к берегу моря, реки или озера. Здесь он чувствует, прилив сил, энергии. Не зря говорят, что лучше всего отдохнуть на лоне природы. Санатории, дома отдыха, строятся в самых красивых местах. Это не случайность. Оказывается, окружающий ландшафт может по-разному влиять на психоэмоциональное состояние. Созерцание красоты природы стимулирует жизненные силы и успокаивает нервную систему.

Растительные биоценозы, особенно леса, оказывают сильное целебное действие. Тяга к природным ландшафтам особенно сильна среди жителей города. Даже в средние века было отмечено, что продолжительность жизни граждан меньше, чем у сельских жителей. Отсутствие зелени, узкие улочки, маленькие дворики, колодцы, куда почти не проникал солнечный свет, создавали неблагоприятные условия для жизни человека. С развитием промышленного производства в городе и его окрестностях появилось огромное количество загрязнителей окружающей среды. [3]

Разнообразные факторы, связанные с ростом городов, так или иначе влияют на здоровье и формирование человека. Это заставляет ученых более серьезно изучать влияние среды обитания на городских жителей. Оказывается, условия жизни человека, высота потолков в его квартире, насколько звукоизоляционные стены, как человек добирается на рабочее место, с кем

он общается ежедневно, как люди вокруг него относятся друг к другу, настроение человека, его способность работать, активность - это вся его жизнь. [1]

В крупных городах жизненные недостатки особенно ярко выражены - проблемы с жильем и транспортом, рост уровня заболеваемости. Например, насыщение окружающей среды и производство высокоскоростных и быстро скоростных машин увеличивает напряжение, требует дополнительных усилий со стороны человека, что приводит к переутомлению.

Загрязненный воздух в городе, отравляя кровь окисью углерода, приводит к тому, что человек получает такой же вред, как и курение пачки сигарет курильщиком в день. Отрицательным фактором в городах является шумовое загрязнение.

Учитывая способность зеленых насаждений, оно оказывает благоприятное воздействие на состояние окружающей среды, они должны быть как можно ближе к месту жизни, учебы, работы и отдыха людей. [4]

Очень важно, чтобы в городе был биогеоценоз, если не совсем благоприятный, но, по крайней мере, не вредный для здоровья человека. Пусть будет зона жизни. Для этого необходимо решить множество городских проблем. Все предприятия, которые неблагоприятны в санитарном отношении, должны быть перемещены за пределы города.

Зеленые зоны являются неотъемлемой частью комплекса мер по защите и преобразованию окружающей среды. Они не только создают благоприятные микроклиматические и санитарно-гигиенические условия, но и повышают художественную выразительность архитектурных ансамблей.

Защитные зеленые зоны, где рекомендуется сажать деревья и кустарники, устойчивые к загрязнению, они занимают особое место вокруг промышленных предприятий и автомобильных дорог. При размещении зеленых насаждений необходимо соблюдать принцип единообразия и непрерывности, чтобы обеспечить поступление свежего пригородного воздуха во все жилые районы города. Важнейшими компонентами городской ландшафтной системы являются насаждения в жилых районах, в зонах детских учреждений, школ, спортивных комплексов и т.д.

Городской ландшафт не должен быть однообразным. Архитектура города должна стремиться к гармоничному сочетанию социальных (здания, дороги, транспорт, коммуникации) и биологических аспектов (зеленые зоны, парки, скверы). Современный город следует рассматривать как экосистему, в которой создаются наиболее благоприятные условия для жизни человека. Следовательно, это не только комфортные дома, транспорт, разнообразные услуги. Это благоприятная среда обитания для жизни и здоровья; чистый воздух и зеленый городской ландшафт. [2]

Не случайно экологи считают, что в современном городе человек не должен быть оторван от природы, а как бы растворен в ней. Поэтому общая площадь озеленения в городах должна занимать более половины его территории.

Список литературы:

1. Бигалиев А.Б., Халилов М.Ф., Шарипова М.А. Основы общей экологии Алматы, 2007
2. Капцова Л. В. Ты и Я. – М.: "Молодая гвардия", 1989
3. Лаптев А. К. Этика здоровья. Познай самого себя: учебное пособие. – Щекино, 1996
4. Сердюк А. М. Непростые заботы человечества. НТП, здоровье человека, экология. – М: Политиздат, 1988.