

*Регіональна молодіжна
науково-практична конференція*

Механізм старіння в біології
Mechanism of aging in biology

м. Київ

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА
ПРИРОДНИЧИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**ЄДНІСТЬ НАВЧАННЯ І НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ –
ГОЛОВНИЙ ПРИНЦИП УНІВЕРСИТЕТУ**

**Матеріали регіональної молодіжної науково-
практичної конференції викладачів, аспірантів,
магістрантів, студентів та учнів старших класів**

27 березня 2024 року

м. Київ

Механізм старіння в біології (Mechanism of aging in biology) :
матеріали Регіон. наук.-практ. конф. (27 березня 2024 року, м. Київ); УДУ
імені Михайла Драгоманова, 2024 р. 210 с.

Редакційна рада:

О. І. Плиска - завідувач кафедри біології, д.м.н., професор кафедри біології УДУ імені Михайла Драгоманова

Т. М. Настека - к. б. н., доцент кафедри біології УДУ імені Михайла Драгоманова

О. С. Тихоплав – здобувач вищої освіти природничого факультету УДУ імені Михайла Драгоманова

О.І. Дух – к. б. н., доцент кафедри біології, екології та методик їх навчання КОГПА ім. Тараса Шевченка

В.В. Чижик – к.б.н., професор кафедри теорії та методики фізичного виховання Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії ім. Тараса Шевченка

О.А. Поляков - професор д.м.н., ДУ «Інститут геронтології імені Д. Ф. Чеботарьова НАМН України»

Співорганізатори:

- Державна установа Інститут геронтології імені Д.Ф.Чеботарьова Національної академії медичних наук України
- Національний медичний університет імені О.О. Богомольця
- Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія ім. Тараса Шевченка
- Відокремлений структурний підрозділ «Фаховий коледж інженерії, управління та землевпорядкування Національного авіаційного університету»
- Відокремлений структурний підрозділ «Фаховий коледж геологорозвідувальних технологій Київського національного університету імені Тараса Шевченка»
- Фаховий коледж «Універсум» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

У збірнику представлені наукові розробки викладачів, аспірантів, магістрантів, студентів та учнів старших класів. Опубліковані роботи за напрямками: «Флора. Рослини-довгожителі», «Фауна. Життєві цикли та тривалість життя тварин», «Біологія людини. Геронтологія», «Стійкість екосистем та агроценозів», «Екологія людини», «Сучасні наукові дослідження», «Педагогіка та освіта».

значним сповільненням процесів старіння та поліпшенням загального здоров'я та якості життя. Такі зміни можуть служити інвестицією в тривале, активне та якісне життя.

Список літератури

1. Гідратація організму. URL: <https://unilab.com.ua/index.php/ua/bloh/2-uncategorised/241-hidratatsiia-orhanizmu-dopovnennia-elektrolitamy-fakty-ta-mify>
2. Омега-3 користь чи шкода. URL: <https://kalushcity.gov.ua/news/omega-3-korist-chi-shkoda>
3. Чи впливають куріння та якість повітря на розвиток раку легень. URL: https://tvoemisto.tv/news/chy_vplyvaie_palinnya_ta_yakist_povitrya_na_rozvytok_raku_legen_157061.html
4. Як на організм людини впливає забруднене повітря. Інфографіка. URL: <https://tsn.ua/svit/u-the-new-york-times-oprilyudnili-podrobici-boyu-mizh-naumancyami-rf-i-viyskami-ssha-v-siriyi-1161204.html>

УДК 687.5:633.88

Н.М. Журавель,
к.б.н., доцент,
доцент кафедри біології УДУ імені Михайла Драгоманова
А.І. Коваленко,
студентка 22Б групи
Природничого факультету УДУ імені Михайла Драгоманова

ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ ЗАХИЩЕНОГО ГРУНТУ, ЩО ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ У КОСМЕТОЛОГІЇ ПРОТИ СТАРІННЯ ШКІРИ

Шкіра - найбільший за площею орган, і з часом вона підлягає старінню, що може проявлятися у вигляді зморшок, пігментних плям, втрати

Причини старіння шкіри [2]:

- Природне старіння: З роками шкіра починає втрачати колаген та еластин, що призводить з'явлення зморшок.
- Ультрафіолетове випромінювання: Під впливом сонця шкіра втрачає вологу та стає менш еластичною, що призводить до появи пігментних плям та зморшок.
- Шкідливі звички: паління та неправильне харчування можуть призвести до прискореного старіння шкіри через погіршення кровообігу та пошкодження клітин.
- Стрес та недостатній сон: Хронічний стрес та недосипання можуть призвести до втрати пружності шкіри та появи темних кола під очима.

Запобіжні заходи:

- Захист від сонця: Використання сонцезахисного крему та носіння одягу з довгим рукавом та капелюха може допомогти запобігти шкідливому впливу ультрафіолетового випромінювання.
- Правильний догляд: Використання зволожуючих засобів та засобів для догляду за шкірою, які містять антиоксиданти та вітаміни, може підтримувати її здоров'я та молодість.
- Правильне харчування: Включення до раціону продуктів, багатих на антиоксиданти та Омега-3 жирні кислоти, може покращити стан шкіри та запобігти старінню.
- Здоровий спосіб життя: Проведення активного способу життя, відмова від куріння та збалансоване харчування сприяють загальному здоров'ю шкіри.

Старіння шкіри є чи не найпоширенішою проблемою у косметології. Унаслідок прогресу в світі змінюються ідеали краси, рівень стресу, культура молоді тощо. Через це дівчата з 25 років починають вносити у свій догляд

антивікову косметику або роблять так звані ін'єкції краси. Проте ін'єкції краси - це спосіб не на довгострокову перспективу, бо через 1-2 роки філери які були введені під шкіру мігрують і не мають такого видимого результату. Використання антивікової косметики в яку входять лікарські рослини захищеного ґрунту є довгостроковою та дієвою перспективою боротьби зі старінням шкіри.

Розглянемо деякі види лікарських рослин захищеного ґрунту, а саме: женьшень (*Panax ginseng* С.А.Мей), Алое деревоподібне (*Aloe arborescens* Mill.), Розмарин (*Rosmarinus officinalis* syn. *Salvia rosmarinus* Spenn.), Лаванда (*Lavandula angustifolia* Mill.).

- Женьшень - це багаторічна трав'яниста рослина яка є відомим адаптогеном, що має антиоксидантні властивості та стимулює вироблення колагену. Він також здатен покращити кровообіг та зменшити запалення шкіри. Додавання екстракту женьшеню до косметичних засобів може зменшити зморшки, покращити тонус шкіри та надати їй більш молодий вигляд. Найчастіше його використовують у корейській антивіковій косметиці [1, с. 156].
- Алое деревоподібне - це багаторічна вічнозелена рослина, яка має зволожуючі, заспокійливі та загоюючі властивості. Вона багата вітамінами, мінералами та амінокислотами. Листя цієї рослини містять алантоїн, який має властивість заспокоїти роговий шар шкіри, сприяти її відновленню та уповільнювати процес старіння [1, с. 35].
- Розмарин - вічнозелений кущик, який містить антиоксиданти та антисептичні сполуки, які допомагають боротися зі старінням шкіри та запаленням. Екстракт розмарину додають до косметичних засобів для покращення кровообігу, зменшення пухлинності, звуження пор та підвищення тонушу шкіри [1, с. 380].
- Лаванда - це вічнозелена рослина, яка має протизапальні, антисептичні та заспокійливі властивості. Вона також може

допомогти зменшити стрес та покращити загальний стан шкіри. Екстракт лаванди додають до косметичних засобів для заспокоєння шкіри, зменшення запалення та подразнення, а також для покращення текстури шкіри.[1, с. 230].

Список літератури

1. Лікарські рослини : енциклопед. довідник / [А. П. Лебеда, Н. І. Джуренко, О. П. Ісайкіна та ін.]; за ред. А. М. Гродзінського. – Київ: “Укр. енциклопедія” ім. М. П. Бажана ; Олімп, 1992. – 543 с. : іл.
2. Старіння шкіри: причини, ознаки та методи уповільнення URL: <https://smas.com.ua/blog-ua>

УДК 612.6/ 615.8

Н.М. Журавель.

к. б. н., доцент,
доцент кафедри біології УДУ імені Михайла Драгоманова,
вчитель біології ОЗО «Білогородський ліцей № 1»

І.А. Думанецький,
учень 11-А класу ОЗО «Білогородський ліцей № 1»
Бучанського р-ну Київської обл.

РЕАБІЛОЛОГІЯ В ГЕРОНТОЛОГІЇ: ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ЛІТНІХ ЛЮДЕЙ

Цьогоріч я, Ілля Думанецький, закінчую заклад загальної середньої освіти і збираюся пов'язати своє життя з відновлювальною медициною, тобто реабілітологією. Я, скільки себе пам'ятаю, цікавився біологією, найбільше мене займає напрямок – біологія людини. Фізична реабілітація на сьогодні дуже затребувана галузь, дуже на часі. Я хочу в майбутньому бути корисним людям своєї країни, особливо зараз, під час повномасштабного вторгнення рф та й надалі, для зменшення наслідків руйнівного впливу на здоров'я військових і мирного населення. Моя вчителька біології підтримує мене у цьому прагненні.

«Реабілітологія, медична реабілітація - це медична спеціальність, наука,