

## НЕОБХІДНІСТЬ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ РОБІТНИКАМ ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ

Новікова Н.М., НУЦЗУ  
НК – Бригада О.В., к.т.н., доц., НУЦЗУ

Робота на залізничному транспорті пред'являє дуже високі вимоги до психічних властивостей та якостей працівників, що зумовлено змінним режимом роботи, гіподинамією, шумом, вібрацією, недостатнім відпочинком між змінами, а іноді і психоемоціональним стресом. На психофізіологічний стан працівників локомотивних бригад несприятливо впливають такі зовнішні фактори: позаштатні ситуації - 82,05%; хронічна втома - 71,79%; наявність понаднормових годин роботи - 64,10%; психотравмуючі ситуації (в побуті, на роботі, шкідливі звички, сімейні негаразди) - 61,54%; висока відповідальність за результати діяльності - 53,85%; зниження рухової активності - 53,85%; шум, вібрація - 48,72%; незбалансоване харчування - 41,03%; стан здоров'я членів сім'ї - 38,46% [1].

В 2019 р. відбулось 488 випадків травмування (загибелі) сторонніх осіб та працівників АТ «Укрзалізниця». За висновками національної поліції України у 2019 р. встановлено 13 випадків суїциду, з яких 10 випадків перекласифіковано та знято з обліку, ще у 21 випадку травмування присутні ознаки суїциду і проводиться робота щодо зняття з обліку даних травмувань [2].

Одним з найсильніших стресових факторів для машиністів залізничного транспорту є наїзд, що може негативним чином вплинути на стан здоров'я людини (аж до летальних випадків), викликати загострення хронічних захворювань або призвести до появи нових.

Під час досліджень, що проводили у локомотивних бригадах після наїзду виявлено, що знизилася частка здорових осіб достовірно, збільшилась частка осіб з підвищеним або зниженим тиском. У кожного другого після наїзду показники вийшли за рамки нормальних параметрів інтегрального показника здоров'я (знижені функціональні резерви центральної нервової системи, підвищений індекс напруженості тощо). Найбільш уразливі до дії стресу, завданого наїздом, робітники зі стажем поїзної роботи до 1 року. Заходи, що проводяться для працівників локомотивних бригад після вчинення ними наїзду дозволяють повернути їх до поїзної роботи в найкоротші терміни без значних порушень в стані здоров'я та без негативних наслідків для безпеки руху поїздів [3].

Таким чином, психофізіологічна допомога робітникам залізничного транспорту є актуальним напрямком як з точки зору безпеки їх роботи, так і з точки зору забезпечення активного довголіття.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Краевой С.А., Князькин И.В. Научное обоснование продления активного долголетия работников со сложными условиями труда. Научные ведомости. Серия Медицина. Фармация. 2012. № 22 (141). Выпуск 20/2. С. 136–138.
2. Стан справ аварійності на транспорті в Україні за 2019 рік. К.: Директорат з безпеки на транспорті Міністерства інфраструктури України. 2020. С. 134.
3. Ермошин А.Н. Применение восстановительных технологий работникам локомотивных бригад после совершения наезда. Дальневосточный медицинский журнал. 2014. № 1. С. 103–104.