

Половина населення під ударом: які психічні розлади масово ширяться в Україні

17:12 14.06.2026 Нд

4 хв

Науковець розповів, як саме війна руйнує наш організм

ТЕТЯНА ВЕРЕСЕВА

ВАСИЛИНА КОПИТКО

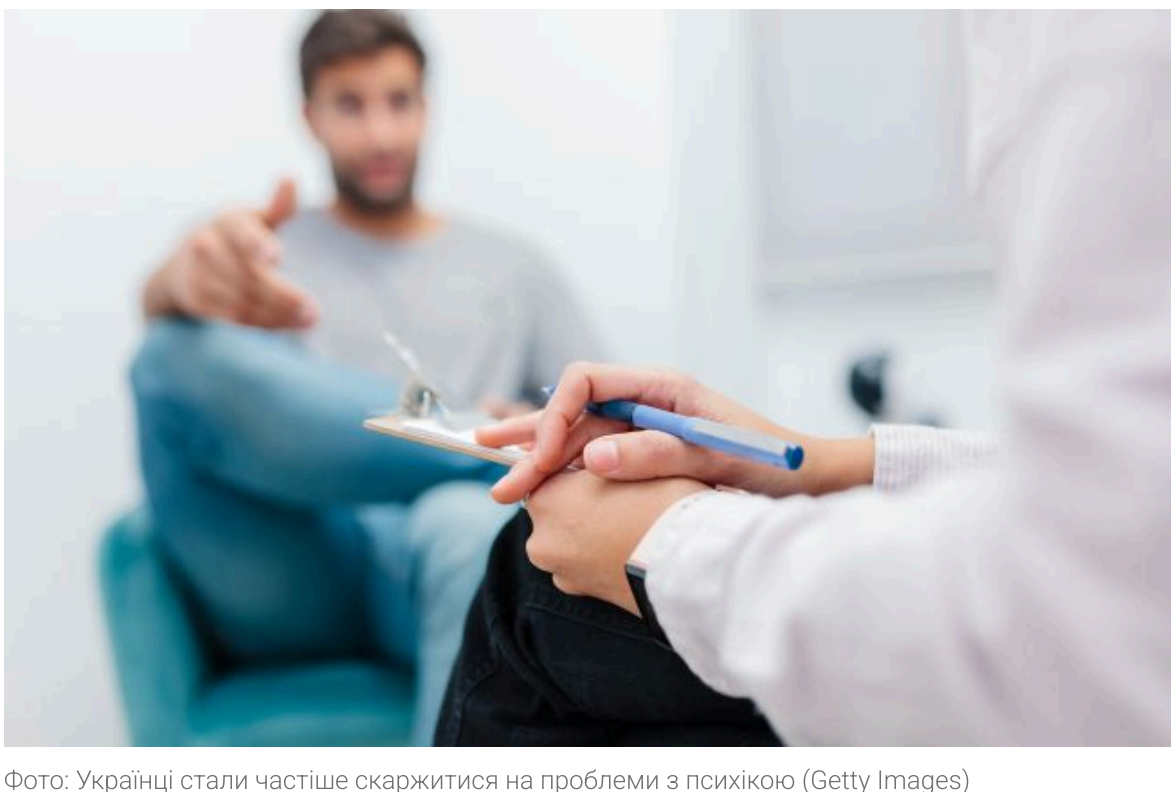


Фото: Українці стали частіше скаржитися на проблеми з психікою (Getty Images)

Не витрачай час на шум! Читай тільки суть з РБК-Україна у Google

Повномасштабна війна суттєво погіршила психологічне здоров'я українців. За оцінками фахівців, близько половини населення вже стикається з тими чи іншими психічними проблемами, а кількість випадків, коли можна запідозрити розлади, зросла у кілька разів.

Про це в інтерв'ю РБК-Україна розповів генеральний директор Інституту медицини праці ім. Ю. І. Кундієва НАМН України **Богдан Божук**.

Головне:

- **Стрімке зростання розладів:** Через війну кількість випадків, коли за симптомами можна запідозрити психічні розлади, зросла в Україні у 3-5 разів.
- **Масштаб катастрофи:** Близько половини населення України вже стикається з проблемами психічного здоров'я. Загалом психологічної допомоги потребують близько 10 мільйонів громадян.
- **Медики у зоні ризику:** Найважчий психоемоційний удар тримають медики у прифронтових зонах 80% із них мають ознаки професійного вигорання.
- **Фізичні наслідки:** Постійний стрес, повітряні тривоги та брак сну провокують загострення ендокринних, серцево-судинних хвороб та проблем із травленням.

Війна змінила умови життя і роботи

За словами Божука, повномасштабне вторгнення кардинально змінило умови праці та життя українців.

До традиційних професійних ризиків додалися постійні повітряні тривоги, вимушені переїзди, перебої з електроенергією, порушення режиму праці та відпочинку, а також економічна невизначеність.

"Наші дослідження свідчать, що українці тепер сплять у середньому на 40 хвилин менше. Додайте до цього економічну невизначеність - у результаті маємо постійне психоемоційне перенапруження, підвищену тривожність та хронічну емоційну втому", - пояснив він.

Фахівець зазначив, що такий стан впливає не лише на психіку, а й на фізичне здоров'я. Через хронічний стрес частіше загострюються серцево-судинні, ендокринні захворювання та хвороби системи травлення.

Богдан Божук, директор Інституту медицини праці



"Близько 10 мільйонів наших співвітчизників потребують допомоги через погіршення стану психічного здоров'я, пов'язаного з війною"

Богдан Божук
Директор Інституту медицини праці

В Україні зростає кількість випадків порушення психічного здоров'я українців (інфографіка РБК-Україна)

Симптомів психічних розладів стало у кілька разів більше

За словами Божука, говорити про точну кількість психіатричних діагнозів складно, оскільки їх може встановлювати лише психіатр після добровільного звернення людини.

Водночас лікарі фіксують різке зростання симптомів, які можуть свідчити про психічні розлади.

"З початку великої війни кількість випадків, коли на основі симптомів можна запідозрити розлади, за різними дослідженнями зросла утричі-в'ятеро", - зазначив експерт.

Найчастіше йдеться про:

- посттравматичний стресовий розлад (ПТСР);
- тривожні розлади;
- депресивні стани;
- професійне вигорання.

Якщо до 2022 року ПТСР переважно фіксували серед жителів прифронтових територій та переселенців, то зараз його ознаки спостерігаються у значно ширших верств населення.

> **Читайте також:** Загроза на десятиліття: як війна вже вплинула на здоров'я українців і що буде далі

Медики опинилися серед найбільш вразливих

Особливо гостро проблема проявляється серед медичних працівників, які працюють у прифронтових регіонах і щодня мають справу з пораненими. За словами Божука, близько 80% таких медиків мають ознаки професійного вигорання.

Вже через пів року після початку повномасштабної війни у 14% медичних працівників були зафіксовані ознаки ПТСР, а ще у 9% - симптоми депресії.

При цьому жінки, за словами науковця, демонструють вищий рівень психологічного навантаження, ніж чоловіки.

Допомоги потребують мільйони людей

За оцінками фахівців, сьогодні через наслідки війни психологічної допомоги потребують близько 10 мільйонів українців.

Також Божук наві дани Всесвітньої організації охорони здоров'я, згідно з якими приблизно половина українців повідомляють про ті чи інші проблеми з психічним здоров'ям.

"До війни ці показники були у рази нижчими", - наголосив він.

Водночас експерт зазначив, що, на відміну від психічних порушень, різкого стрибка смертельних серцево-судинних станів, таких як інфаркти чи інсульти, наразі не спостерігається, хоча хронічний стрес і продовжує негативно впливати на здоров'я населення.

Раніше РБК-Україна розповідало, що через війну та хронічний стрес українці частіше стикаються з професійним вигоранням і проблемами зі здоров'ям, що може вплинути на працездатність населення. Експерти радять роботодавцям запроваджувати гнучкий графік, дистанційну роботу, психологічну підтримку та дні відновлення після нічних обстрілів. Також наголошують на необхідності державної програми адаптації ветеранів до цивільного життя та роботи.

Увага: Цей матеріал має виключно загальноосвітній характер і не є медичною консультацією. Інформація призначена для ознайомлення з можливими симптомами, причинами та методами виявлення захворювань, але не повинна використовуватися для самодіагностики або самолікування. РБК-Україна не несе відповідальності за діагнози, поставлені на основі матеріалів сайту. У разі проблем зі здоров'ям обов'язково зверніться до кваліфікованого лікаря.

Не пропустіть головне! Підпишіться на наші оновлення в Google!

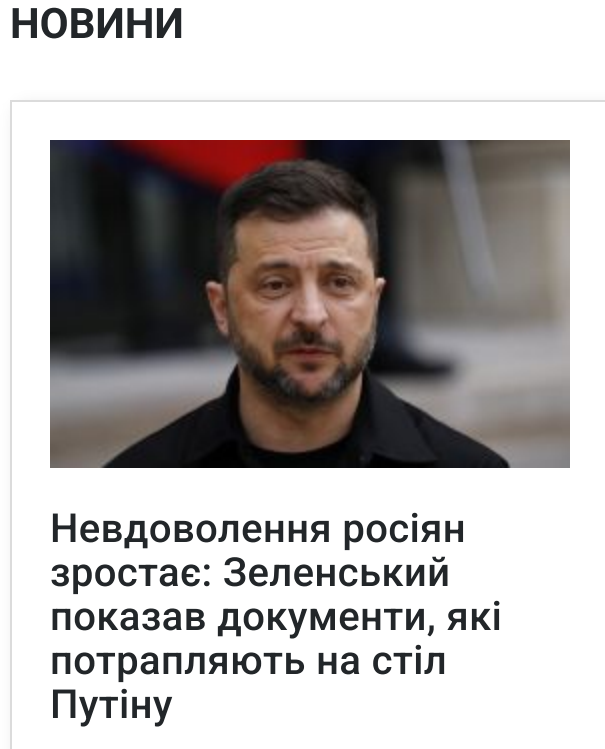
Або читайте нас там, де вам зручно!

Більше по темі:
 [Здоров'я](#)
[Війна в Україні](#)

Реклама

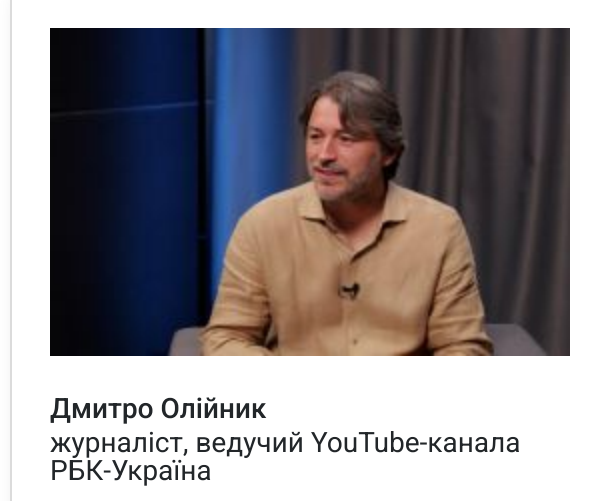
Ad

НОВИНИ



Невдоволення росіян зростає: Зеленський показав документи, які потрапляють на стіл Путіну

АНАЛІТИКА



Дмитро Олійник
журналіст, ведучий YouTube-канала РБК-Україна

"Швидкого завершення війни очікувати не варто": інтерв'ю з Сергієм Пritулюю

Реклама

Ad

НОВИНИ

[Новини України](#)
[Війна в Україні](#)
[Економіка](#)
[Світ](#)
[Надзвичайні події](#)

ПОЛІТИКА

[Контакти](#)
[Команда](#)
[Вакансії в РБК-Україна](#)

БІЗНЕС

[Економіка](#)
[Фінанси](#)
[Авто](#)
[Tech](#)
[Енергетика](#)
[Біла економіка](#)

АНАЛІТИКА

[Статті](#)
[Інтерв'ю](#)
[Точка зору](#)

ЖИТТЯ

[Гроші](#)
[Зміни](#)
[Освіта](#)
[Суспільство](#)

РОЗВАГИ

[Щоу бізнес](#)
[Поради](#)
[Гороскопи](#)
[Свята](#)
[Цікаве](#)
[Спорт](#)

LIFESTYLE

[Психологія](#)
[Їжа](#)
[Подорожі](#)
[Здорове життя](#)
[Мода та краса](#)