

здоров'я, психологічних врешті-решт нюансів. Будь-яка дієта є для організму свого роду стресом, у будь-якій подібній програмі БАДи покликані збільшити кількість необхідних живильних речовин. Інша група БАДів допомагає поліпшити обмін речовин в організмі, а третя група нормалізує роботу кишечника. У будь-якому випадку БАДи розглядаються лише як частина загальної програми, з корекції ваги, а не як самостійний засіб.

БАДи підходять усім, протипоказань до їх застосування немає.

БАДи є складовою частиною харчового раціону, який складається з урахуванням особливостей організму, самопочуття людини. Є ряд продуктів харчування, які можуть надати несприятливий вплив на організм. Це може спостерігатися при вагітності, алергіях, хронічних захворюваннях... Тому, як і при плануванні харчування, до прийому БАДів треба також уважно поставитися. Якщо продукт якісний і виробник бере на себе відповідальність за його застосування, то на етикетці повинні бути попередження та протипоказання до застосування. Зазвичай лікарі рекомендують перед прийомом БАДів все ж звернутися на консультацію до фахівців.

### Література

1. Булдаков А.С. Харчові добавки. Довідник.-С-Пб, «УТ» 1996. -240с.
2. Нечаєв А.П., Кочеткова О.А., Зайцев О.М. Харчові добавки.-М.: Колос, 2001.- 256с.
3. Позняковській В.М., Австрієвських О.М. Харчові добавки 2005.- 275с.
4. Семенова С.Б. Оздоровчі добавки в харчуванні. Довідник .- М.: «Дека», 1998. 265с.

## **ALIEN NORTHERN AMERICAN SPECIES OF PLANTS, AS ONE OF THE REASONS OF DEVELOPMENT OF SEASONAL POLLINOSIS IN POLTAVA REGION**

*Mogylnyk Zh.V.  
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University*

***Key words: allergies, alien plants, pollinosis, ruderal, segetal and seliteb ecosystems, phytobiota.***

As you know, the environment and its components have both direct and indirect influence on human health. Useful and economic properties of phytobiotics, as one of the key components of the environment, are used in many sphere of human activity now. But sometimes plants and their community become an example, alas, negative influence on human health. These are seasonal pollinosis caused by them.

Pollinosis (allergic rhinitis) — chronic inflammation of the lining of the nose, which is usually preceded by sneezing, runny nose and tearing. Then there is a nodule in the throat. Pollinosis is characterized by frequent attacks of catarrh of the upper respiratory tract; prolonged frequent colds with clear secretions; nasal congestion and loss of smell; headache and feeling of heaviness in the forehead area; mouth breathing; frequent sneezing and coughing attacks over a long period of time. Pollinosis may be accompanied by diseases such as eczema and asthma. Seasonal pollinosis symptoms arise depending on the season or contact with different allergens [1].

Modern Ukrainian specialists in the allergology sphere give the following groups of plants according to the etiological structure of pollinosis — "Trees", "Meadow grasses", "Cereal grasses" and "Weeds". In addition, for some regions of Ukraine, the so-called "ranking" for each of these groups is allocated according to the intensity and incidence of the occurrence of epidemics caused by them. In particular, in the Poltava region, to the group of "Weeds" came into the following: "ambrosia", "wormwood", "cyclachane" [1]. Authors, obviously, meant the alien species of weeds ***Ambrosia artemisiifolia* L.** and ***Cyclachaena xanthiifolia* (Nutt.) Fresen.** Among the segetal, seliteb and ruderal ecosystems of the Poltava region, we found the following species of wormwood ***Artemisia absinthium* L., *Artemisia annua* L., *Artemisia scoparia* Waldst.et Kit, *Artemisia vulgaris* L.** — two of which are considered to be alien [4]. Among the alien fraction of phytobioti of the Poltava region, we identified these species in segetal and ruderal and seliteb ecosystems. The population ***Ambrosia artemisiifolia* L.** and ***Cyclachaena xanthiifolia* (Nutt.) Fresen.** are characterized in ruderal and seliteb ecosystems by high indicators both occurrence and abundance. In segetal ecosystems these indicators are much lower. ***Artemisia absinthium* L., *Artemisia vulgaris* L.** we detected low indicators of incidence and abundance in segetal ecosystems; in ruderal and seliteb ecosystems high indicators of both incidence and abundance were observed [3]. According to the genus they refer to the North American species of the family ***Asteraceae***, which is dominant among the alien species of higher plants in Ukraine by species richness [2,4].

Both in Ukraine and in the Poltava region, the influence of the alien species on the environment increases with each passing year. The problem of invasions of higher plant species is one of the current environmental problems. Adventive or alien (foreign) plants, having an unsightly appearance, or even external distinct from the characteristic physiognomy of the vegetation, spoil our perception of the edge, violate the aesthetic harmony of nature. Some of them are prickly, have a bad smell, even poisonous, or cause allergies in humans, or burns when photosensitive, etc. Therefore, the growth of such alien plants is inadmissible in seliteb areas, especially in places of recreation. [2].

The indicated allergenic species of higher plants are typical representatives of those ecosystems that are most closely related to the direct human habitat, that is, where these species exist, vegetate, produce pollen can be people with greater sensitivity to it.

So, as our attempt at a short analysis of medical data shows, the development of seasonal pollinosis, among the population of the Poltava region contributes primarily to the alien species of plants of North American origin. Therefore, in addition to the danger for the biodiversity of natural ecosystems, these species can further endanger the health of the population, and this issue needs further and comprehensive study.

#### Література

1. Allergology: a textbook / Yu.V. Voronenko, L.V. Kuznetsova, B.M. Puhlik and others., Ed. Corresponding Member AMS of Ukraine, prof. Voronenko Yu.V., prof. Kuznetsova L.V. — Kiev, 2008. — 366 pp. — Access mode [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pemgki\\_2009\\_1-2\\_54](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pemgki_2009_1-2_54).
2. Burda R.I. The threat of biological pollution of the environment of Ukraine by the North American species / R.I. Burda, V.K. Tochtar // Ukrainian Botanical Journal. — 1998 — T.55. No. 2 — P. 127-132.

3. Mogylnyk Zh.V. Invasions of Adventitious Plants in Segetal Ecosystems of the Left Bank Forest Steppe and the Problem of Preserving the Autochthony of Phytobioti / Zh.V. Mogylnyk // Ecological-biological research on natural and anthropogenically-altered territories: theses of additional. Scientific Conference (May 13-16, 2002, Kryviy Rih). — Kryviy Rih, 2002. — P. 262-263.
4. Protopopova V.V. Synanthropic flora of Ukraine and its development / V.V. Protopopova — K.: Naukova dumka, 1991. — 204 p.

## **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЛУЧНОГО ФІТОЦЕНОЗУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

*Орлова Л.Д., Жук М.В., Коваль О.В., Власенко Є.М.  
Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Зелені рослини в природних умовах існують не ізольовано, а в рослинних угрупованнях. Вони разом з іншими видами біоти утворюють складні екосистеми, які характеризуються певним типом видової й біоморфологічної структур, міжвидових і внутрішньовидових зв'язків та обміном речовин, і завдяки акумуляції сонячної енергії, складної взаємодії біотичних і абіотичних структур на всіх ієрархічних рівнях організації біогеоценозів здійснюють біогеохімічний кругообіг як систему узгоджених у просторі та часі трансформаційних та міграційних потоків речовини й енергії [2].

Вивчення сучасного стану трав'янистих фітоценозів, зокрема лучних екосистем, задля їх збереження і раціонального використання є на сьогодні актуальним питанням, оскільки посилений антропогенний вплив призводить до зниження рівня біорізноманітності.

Лучні угіддя є цінним ресурсом кормових, лікарських та медоносних рослин, які мають специфічний, властивий тільки їм набір хімічних речовин [7]. Лучні рослини використовуються під час лікування різних захворювань людей, з профілактичною метою та як лікарська сировина для виробництва медичних препаратів. Особливо важливими є рослини, що мають протизапальні, спазмолітичні, знеболюючі, обволаючі та кровоспинні, заспокійливі та ін. властивості. Окрім того, лучні угруповання виконують рекреаційну функцію [6].

Нерозумна діяльність людини призводить до ущільнення лучних ґрунтів, їх ерозії, вивітрювання та зниження аерації, також значного нагрівання ґрунту та збільшення випаровування через зменшення наземної фітомаси. Це істотно погіршує життєве середовище і посилює ризики не тільки для нормального існування багатьох цінних представників природної біоти, а й самої людини [1, 7].

Серед факторів, що визначають рівень захворюваності, стан довілля займає приблизно 20%. Водночас, ураховуючи сучасну екологічну напруженість, пов'язану із впливом комплексу екологічних та професійно-виробничих факторів у поєднанні зі стресовими, нервово-психічними перевантаженнями, то, за даними ВООЗ, похідною від усього цього є більша частина хвороб — до 70-80%. Соціальні фактори та фактори середовища діють не ізольовано, а в поєднанні з біологічними (в тому числі й спадковими), що зумовлює залежність захворюваності людини як від впливу середовища, в якому вона знаходиться, так і від генотипу та біологічних законів його розвитку [5].