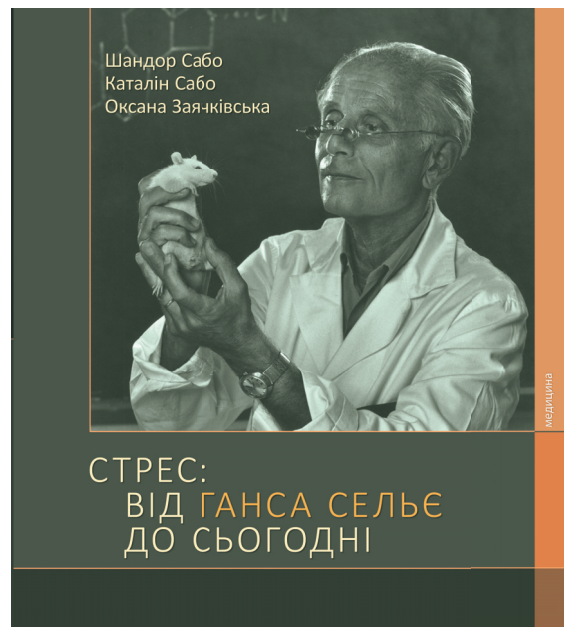


Шандора Сабо, Каталін Сабо, Оксана Заячківська. Стрес: від Ганса Сельє до сьогодні. Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького, Наукове Товариство Шевченка, Львів, 2019. – 120 с.

Сьогодні слово і поняття «стрес» відоме кожному, починаючи з наймолодшого віку. П'ятирічне маля може прорюмсати: «мамо, я не хочу йти до дитячого садочка, у мене там виникає стрес...» і це викличе у нас швидше теплу посмішку від «дорослості» мови дитини, чи занепокоєння – що, чи хто є причиною цього стану нашого чада, ніж здивування звідки цей термін йому відомий і зрозумілий. Слово «стрес» є для нас абсолютно звиклим і буденним, як, наприклад, «сон», «день», «їжа», «молоко», «радість», «сум», «біль» тощо. Ми звикли десятки, а то й сотні разів на добу чути його з уст співбесідників, з динаміків радіо- і телеприймачів, читати на шпальтах газет із новинами, рекламних листівках, оголошеннях і бордах, етикетках незліченних продуктів, препаратів, засобів із «антистресовими» властивостями. Ми звикли, що так звана «стресостійкість» є однією з визначальних характеристик особи при влаштуванні її на роботу чи навчання, ба навіть при зарахуванні до спортивної команди чи творчого колективу. Зрештою, такої обізнаності із поняттям стресу є логічне пояснення. Адже, стрес супроводжував людину з найдревніших часів її існування як такого. Цілком резонно твердить всесвітньо відомий сучасний американський біолог, професор Стенфордського університету Роберт Сапольскі, що стрес був один із визначальних еволюційних чинників для *Homo sapiens*. Наприклад, він наголошує на впливі на переорієнтацію до інших форм життєдіяльності наших далеких предків через постійні стресові ситуації, яких зазнавали колись мисливці-збирачі (див. Robert M. Sapolsky. *Why Zebras Don't Get Ulcers: The Acclaimed Guide to Stress, Stress-Related Diseases, and Coping*, 1994). Якщо розглянути значно вужчий часовий цикл життя індивіда – то він також розпочинається стресом, адже саме ним є народження, до речі, як для того, хто з'являється на світ, так і для породіллі.

Отже, нам здається, що поняття «життя» і «стрес» є практично невіддільні і що так було завжди. Проте, переконаний, що не один читач рецензованої книги з подивом дізнається, що насправді «стресові виповнилося <лише!> (Ю.С.) 80 років, відтоді як побачила світ перша наукова публікація Ганса Сельє про стрес, в основі якої лежали експериментальні дослідження на тваринах». Вище процитоване із «Вступу» (с.11) «Стресу: від Ганса Сельє до сьогодні» твердження авторів є одним із небагатьох до яких можна висловити певні застереження і зауваження. Очевидно, об'єктивніше першість запровадження терміну «стрес» у науковий слововжиток все ж віддати не Гансу Сельє, а Волтеру Бредфорду Кеннону (Walter Bradford Cannon) – американському фізіологу, співавтору теорії емоцій Кеннона-Барда, реакції «Бийся або тікай» та терміну «гомеостаз». До речі, цікаво, що Кеннон як і Сельє за свої наукові здобутки також не був нагороджений Нобелівською премією, хоча номінувався на цю високу відзнаку 27 (!) разів. Але водночас наголошу, що у другому розділі книги, який називається «Витоки та основоположники теорії стресу» автори дуже предметно обґрунтують свою «термінологічну» позицію, детально описуючи історичні передумови робіт Ганса



Сельє. У цій частині книги (с. 19 – 22) читач ознайомлюється і з дослідженнями вже згаданого Волтера Кеннона і француза Клода Бернара, яких – «двох великих вчених 19-го та 20-го століття» Сельє «згадував з великою повагою» (с.19), а книга останнього «Вступ до експериментальної медицини», перекладена кількома мовами, в монреальському Інституті Сельє вважалася ледь не обов'язковим читанням. А це дозволяє вважати, що Сельє обожнював його, мов ідола...» (с.20). «Відтак, Сельє не випадково поважав і наводив цитати зі спостережень Клода Бернара та Уолтера Кеннона...» (с.22).

Відзначу, що подібні науково-історичні екскурси вміло подаються читачеві до останнього розділу включно. Це є незаперечним плюсом книги, бо сучасна українська наукова, навчальна і науково-популярна література переважно дуже «скупа» на наукову історіографію. Автори ж рецензованого видання (рис. 1) майстерно переплітають ланцюжок викладу основної теми – себто стресу, часто захопливими історичними фактами, цитатами, ілюстраціями. Їх гармонійність, висока інформативність і влучність свідчить про величезну роботу, проведenu авторським колективом при пошуку, виборі, обробці та врешті – представленні цього матеріалу.



Рис. 1. Автори книги Оксана Заячківська (ліворуч), Шандор Сабо (у центрі), керівник медичного кластеру 26 BOOK FORUM д-р Олесь Винник (Львів, 2019 р.)

Говорячи про ілюстрації виданої книги, не можна не відзначити, що абсолютно переважна більшість із них виконана на дуже високому професійному рівні. Про це свідчить не лише їх естетична привабливість, а легке розуміння і сприйняття, що є дуже важливим для літератури адресованої значною мірою студентам, аспірантам та ширшому зацікавленому загалу не обмеженому лише вузьким колом фахівців. Велика кількість представлених у книжці копій історичних документів і фотографій роблять це видання надзвичайно цінним не лише для фізіологів, але і для дослідників і поціновувачів історії розвитку науки та медицини.

До речі, вважаю, чи не найбільшим успіхом авторів цієї книги те, що аудиторія її читача може бути надзвичайно широкою. Переконали, що «Стрес: від Ганса Сельє до сьогодні» буде цікавим і для старшокласників, які захоплюються біологією, і для здобувачів вищої освіти біологічного, медичного, психологічного профілів, і для практикуючих лікарів, реабілітологів, психологів, для науковців та й усіх тих, хто хоче збагатити свою обізнаність у висвітленій авторським колективом проблематиці. Оpubлікована книга водночас може бути зарахована і до науково-популярних, і навчальних, і наукових видань.

Особливо хочу відзначити дев'яту главу книги: «*Теорія Ганса Сельє в Україні*», адже у ній маємо надзвичайно необхідну і затребувану, але, на превеликий жаль, все ще дуже рідкісну можливість прочитати про вагому і достойну роль українських вчених у світовому науковому процесі. Зокрема, автори відкривають нам цікавий факт про видатного українського біолога «*випускника Харківського медичного інституту, наукового співробітника Українського інституту експериментальної ендокринології (1935-1940), згодом керівника лабораторії ендокринології Інституту експериментальної біології та патології, реорганізованого в майбутньому в Інститут фізіології ім. О. Богомольця (директор – Платон Костюк), Василя Комісаренка (1907-1993), засновника новоствореного Науково-дослідного інституту ендокринології та обміну речовин в Києві (1965 рік)*», який відомий світові своїми дослідженнями, що були викладені ним у монографії «*Гормони кори надниркових залоз та їх роль у фізіологічних і патологічних процесах організму*» (1956 р.). З книги дізнаємося, що «*Василь Комісаренко, розвиваючи свої дослідження щодо механізму дії гормонів та створення нових ліків, враховував здобутки автора концепції стресу. Український вчений спеціально побував у лабораторії Ганса Сельє в Монреалі, де безпосередньо ознайомився з його роботою. Про тісні дружні стосунки Ганса Сельє та Василя Комісаренка свідчить факт, що на честь 70-річного ювілею свого українського колеги Сельє приготував йому своєрідний подарунок – присвятив Комісаренку свою роботу «Концепція стресу. Як ми її уявляємо в 1976 році». У передмові Г. Сельє написав: «Істинно велику честь і особисте задоволення приносить мені можливість висловити в цій статті своє давнє захоплення професором В. Комісаренком». В. Комісаренко завжди визнавав своїми вчителями Ганса Сельє і Платона Костюка» (с. 97).*

Важливим є також те, що у цьому розділі своєї книги автори також загострюють увагу на теперішніх проблемах стресових явищ, стійкості до стресів українців у контексті останніх внутрішньо- і зовнішньо-політичних подій у нашій державі, зокрема російсько-української війни. Безумовно, робиться лише наголошення акцентів, пов'язаних із соціально-психологічними, демографічними, медичними аспектами наслідків дії цих чинників на військовослужбовців, їх родини, цивільне населення України, що мають стати предметом і об'єктом ґрунтовних і багатопланових наукових досліджень. Актуальність досліджень проблематики стресів і захворювань, які ними спричиняються в Україні підтверджується багатьма соціологічними аналізами. Для прикладу, за даними Київського міжнародного інституту соціології у 2018 році більша половина українців (52%) пережила стресову ситуацію. Їх аналіз за причинами виникнення наступний: пережили важку хворобу або операцію 12% опитаних, що на 3 відсотки більше, ніж у 2017 році; при цьому 10% респондентів (у 2017 році таких було 13%) відчували свою безпорадність; смерть близьких пережили 9% опитаних проти 7% в 2017 році; важку хворобу близьких довелося пережити також 9% респондентів, але це на 3% менше, ніж в 2017 році; зневірилися в людях, зіткнулися з підлістю 8% опитаних, так само, як і в 2017 році; виявилися без засобів до існування 6% опитаних – на 2% менше, ніж у 2017 році; втратили віру у власні сили 6% опитаних, що на 1% менше, ніж в 2017 році; втратили роботу і стали вимушено безробітними 5% опитаних проти 7% в 2017 році. Крім того, 13% опитаних пережили іншу стресову ситуацію. Опитування проводилося з 30 листопада по 14 грудня 2018 року в усіх регіонах України, крім Криму та окупованій частині Донбасу. У ньому взяли участь 2034 респонденти у віці від 18 років.

Підсумовуючи короткий аналіз рецензованого видання, наведу цитату із його останніх сторінок: «*Така книга конче потрібна, бо є по суті найповнішим зібранням під однією об-*

кладинкою фактів про життєві обставини, в яких творилися наукові відкриття Сельє, його авторських афоризмів, концентрованих думок та улюблених розмаїтих цитат від відомих інтелектуалів світу. Лише він додавав своїм учням, а згодом читачам книжок наснаги у пошуку щастя і довголіття. Креативність Сельє виплекала новий напрям досліджень, що був далеко попереду від рівня тодішньої науки, а створене його натхненням товариство об'єднало чимало вчених і послідовників, які подарували світу нові відкриття» (с. 95).

Насправді дуже втішно, що завдяки ініціативі та старанням завідувача кафедри нормальної фізіології Львівського національного медичного університету ім. Данила Галицького професора Оксани Заячківської українська книжкова полиця збагачена чудовою книгою із міжнародним авторським колективом на чолі із американським професором угорського походження Шандором Сабо. Ця книга за усіма параметрами – від якості поліграфії, верстки, художнього оформлення до високого рівня мови, інформативності, лаконічності і методичності може сміливо конкурувати із кращими аналогічними виданнями у своєму жанрі, хоча, на жаль, таких в Україні все ще з'являється надто мало.

Юрій Салига
доктор біологічних наук,
старший науковий співробітник,
директор Інституту біології тварин НАН України