

І.І. Залеський, М.О. Клименко

# ЕКОЛОГІЯ ЛЮДИНИ



**І.І. Залеський  
М.О.Клименко**

# **ЕКОЛОГІЯ ЛЮДИНИ**

**Підручник**

*Друге видання, перероблене і  
доповнене*

**Херсон  
ОЛД-ПЛЮС  
2014**

**УДК 502.7(075.8)**  
**ББК 28.081я7**  
**Е 40**

*Копіювання, сканування, запис на електронні носії і тому подібне, книжки в цілому, або будь-якої її частини заборонено*

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України (лист № 1/11-4605 від 31.03.2014р.)*

**Рецензенти:**

доктор геолого-мінералогічних наук, доктор географічних наук,  
доктор технічних наук, професор *Г.І.Рудько*;  
доктор сільськогосподарських наук, професор *Д.В. Лико*;  
доктор сільськогосподарських наук, професор *В. С. Мошинський*;

**Залеський І.І., Клименко М.О.**

**Е40** Екологія людини: підручник / П. Залеський, М.О. Клименко. – Херсон : ОЛДІ- ПЛЮС, 2014. - 340 с

**ISBN 978-966-289-042-6**

У підручнику в певній послідовності розглянуто еволюцію і життєдіяльність людини як біосоціальної істоти, збереження її цілісності у сучасних соціо-економічних умовах. Розглянуті питання забруднення навколишнього природного середовища та здоров'я людини.

Смисловим ядром видання є розкриття сутності екології людини як науки, що досліджує взаємовпливи довкілля і людини, адаптацію її до стресогенних чинників, екологічні проблеми духовних цінностей та формування екологічного світогляду. З метою вироблення рекомендацій щодо гармонійного розвитку і збереження генофонду людини, розглянуті питання екологічної моральності, культури та психології особистості. Розглянуті природні і соціально-екологічні фактори, що впливають на безпечне існування людини.

Підручник містить тести, глосарій, що сприятиме глибше осмислення викладеного матеріалу.

Адресований студентам, аспірантам, що вивчають екологію, викладачам і фахівцям різних галузей науки.

**ISBN 978-966-289-042-6**

**УДК 502.7(075.8)**  
**ББК 28.081я7**

**©Залеський І.І., Клименко М.О., 2014**

## ЗМІСТ

Вступ .....	6
-------------	---

### **МОДУЛЬ 1. ЕВОЛЮЦІЯ І ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ ЛЮДИНИ ЯК БІОЛОГІЧНОЇ ІСТОТИ** .....

1.1. Предмет, об'єкт і завдання екології людини .....	12
1.2. Зародження і розвиток екології людини .....	20
1.3. Міждисциплінарні зв'язки .....	30
1.4. Методи досліджень екології людини .....	33
1.5. Виникнення і формування біосферної оболонки .....	37
1.6. Гіпотези виникнення життя на Землі .....	38
1.7. Основні чинники еволюції життя .....	47
1.8. Основні теорії походження людини .....	49
1.9. Біосоціальна сутність людини .....	52
1.10. Збереження генофонду людини .....	57
1.11. Визначення рівня людського розвитку .....	60
<i>Запитання. Завдання</i> .....	63

### **МОДУЛЬ 2. ЗБЕРЕЖЕННЯ ЦІЛІСНОСТІ ЛЮДИНИ У СУЧАСНИХ СОЦІО-ЕКОНОМІЧНИХ УМОВАХ** .....

2.1. Людина як біопсихосоціальний феномен .....	65
2.2. Конституційність і раси людини .....	66
2.3. Психологія особистості .....	71
Життєві домагання особистості .....	72
Подолання психологічного перенавантаження .....	78
Екологічна моральність .....	81
Екологічна культура .....	83
Формування релігійно - екологічного світогляду .....	87
2.4. Сучасна духовність людини .....	93
Психолого - філософські поняття духовності .....	94
Екологічні концепції духовних цінностей .....	96
Хартія людини майбутнього .....	97
2.5. Адаптація людини до стресогенних чинників .....	102
Загальні закономірності адаптації людини .....	103
Адаптогенні фактори .....	105
2.6. Екологічні проблеми харчування і трудової діяльності людини .....	115
Сутність раціонального харчування .....	116
Основні форми трудової діяльності .....	125
2.7. Еколого - демографічний стан людства .....	130
Хронологія зростання населення .....	131
Вплив екологічних і соціальних факторів на демографічні процеси і здоров'я громадян України .....	138

Соціально - економічні наслідки росту населення .....	147
<i>Запитання. Завдання</i> .....	149

### **МОДУЛЬ 3. ЗАБРУДНЕННЯ НАВКОЛИШНЬОГО ПРИРОДНОГО СЕРЕДОВИЩА ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ 151**

3.1.Негативні фактори повсякденного впливу на людину .....	151
Фізичні фактори .....	152
Шум і вібрації в навколишньому середовищі .....	152
Вплив електричного випромінювання .....	159
Вплив мобільного зв'язку на здоров'я .....	162
Вплив іонізуючого випромінювання .....	166
Синдром комп'ютерного стресу .....	172
Групування симптомів .....	173
Хімічні фактори забруднення довкілля .....	175
Вплив препаратів побутової хімії і полімерних матеріалів на людину .....	176
Вплив на організм солей важких металів .....	180
Пестициди і їх дія на організм людини .....	185
Токсичність хімічних речовин .....	189
Мутагенність і її вплив на людський організм .....	193
3.2.Біохімічні фактори негативного впливу .....	197
Макроелементи, їх властивості і вплив на організм людини.....	198
Мікроелементи, їх властивості і вплив на організм людини.....	204
3.3. Міграції та надходження забруднювачів .....	208
Глобальна міграція забруднювачів .....	208
Локальне перенесення забруднювачів .....	210
Шляхи надходження елементів-забруднювачів в організм людини .....	211
Біологічні і соціальні фактори впливу на людський організм .....	213
3.4.Екологічні фактори здоров'я .....	222
Критерії здоров'я .....	223
Напрями поліпшення здоров'я людини .....	225
Роль бактерій в організмі людини .....	229
Інтоксикація організму і роль окремих органів у його очищенні .....	233
Вплив клімату на здоров'я людини .....	243
Магнітне поле Землі і здоров'я людини .....	249
3.5.Особливості фізіологічних функцій організму .....	253
Особливості імунної системи .....	253
Функції основних складників імунітету .....	253
Самокорекція імунітету .....	256
Самоочищення організму .....	258

Біоритми організму людини .....	260
<i>Запитання. Завдання</i> .....	269
<b>Додатки</b> .....	271
<b>Тестовий контроль знань з навчальної дисципліни «Екологія людини»</b> .....	280
<b>Короткий термінологічний словник</b> .....	305
<b>Перелік використаних джерел</b> .....	334