

УДК 378.17

**Воробьева Светлана Александровна**

доктор философских наук, доцент,  
заведующая кафедрой социально-гуманитарных дисциплин,  
Санкт-Петербургский государственный химико-фармацевтический университет  
Минздрава России  
svetlana.vorobieva@pharminnotech.com

**Завершинская Наталья Александровна**

кандидат философских наук, доцент,  
доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин,  
Санкт-Петербургский государственный химико-фармацевтический университет  
Минздрава России  
Nataliya.Zavershinskaya@pharminnotech.com

**Пучкова Ирина Сергеевна**

кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры социально-гуманитарных  
дисциплин,  
Санкт-Петербургский государственный химико-фармацевтический университет  
Минздрава России  
socialsci.dept@pharminnotech.com

**Черных Татьяна Федоровна**

доктор фармацевтических наук, профессор,  
заведующая кафедрой микробиологии,  
Санкт-Петербургский государственный химико-фармацевтический университет  
Минздрава России  
tatiana.odegova@pharminnotech.com

**Svetlana A. Vorobieva**

Doctor of Philosophy  
head of the Department,  
Saint Petersburg State Chemical and Pharmaceutical University of the Ministry of  
Healthcare of the Russian Federation  
svetlana.vorobieva@pharminnotech.com

**Nataliya A. Zavershinskaia**

Candidate of Philosophy  
associate Professor of the Department,  
Saint Petersburg State Chemical and Pharmaceutical University of the Ministry of  
Healthcare of the Russian Federation  
Nataliya.Zavershinskaya@pharminnotech.com

**Irina S. Puchkova**

Candidate of Philosophy  
associate Professor of the Department,  
Saint Petersburg State Chemical and Pharmaceutical University of the Ministry of  
Healthcare of the Russian Federation  
socialsci.dept@pharminnotech.com

**Tatiana F. Chernych**

Doctor of Pharmacy

head of the Department,

Saint Petersburg State Chemical and Pharmaceutical University of the Ministry of Healthcare of the Russian Federation

tatiana.odegova@pharminnotech.com

## **ТРАНСФОРМАЦИЯ ИДЕИ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА В КОНТЕКСТЕ НОВОГО ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ**

### **TRANSFORMATION OF THE HUMAN HEALTH IDEA IN THE CONTEXT OF NEW ECOLOGICAL CONSCIOUSNESS**

***Аннотация:** В статье раскрывается значимость формирования в современном мире нового экологического сознания и новых подходов к здоровьесбережению в условиях неконтролируемого развития техногенной цивилизации. Авторы обращают внимание на вклад И. Канта, А. Швейцера, М.М. Бахтина, М. Бубера, русских космистов в осмысление императивов современной модели отношений человек-общество-природа. На основе новых экофилософских подходов раскрывается специфика переосмысления современными исследователями феномена здоровья человека и здорового образа жизни, подчёркивается идея о том, что феномен здоровья является не только исключительно медицинской проблемой, но и важным аспектом гуманитарного знания. Акцентирование авторами идеи человекоразмерности здоровья означает учет комплекса природных, экологических и социокультурных основ здоровья и здорового образа жизни человека. В этой связи рассматривается формирование культуры здорового образа жизни студентов Санкт-Петербургского государственного химико-фармацевтического университета, роли культуры здоровья для жизненной перспективы и профессиональной карьеры будущих специалистов.*

***Ключевые слова:** экофилософия, экологическое сознание, инвайронментальная парадигма, биоразнообразие, экологизация жизни человека, человекоразмерность здоровья, здоровьетворение, культура здоровья.*

***Resume:** The article reveals the importance of a new ecological consciousness's formation in the contemporary world and new health-saving approaches under the uncontrolled development of technogenic civilization. The authors pay attention to the contribution of Kant, Schweitzer, Bakhtin, Buber, and Russian cosmologists for understanding the imperatives of the contemporary model concerning the man-society-nature relation. Based on new eco-philosophical approaches, the phenomenon of human health and a healthy lifestyle by contemporary scholars is reworked with an emphasis on health as not only a medical problem but also an important aspect of humanities. Relying on the idea of the human dimension of health means taking into account natural, ecological and socio-cultural foundations of health and a healthy lifestyle. In this regard, the article considers the formation of a healthy lifestyle culture*

*for students of St. Petersburg Chemical and Pharmaceutical University and the role of health culture in the life prospects and professional careers of future specialists.*

**Keywords:** *eco-philosophy, ecological consciousness, environmental paradigm, biodiversity, ecologization of human life, the human dimension of health, health creation, health culture.*

Современный мир находится в процессе глобальной трансформации, вызванной истощенностью существующих моделей мироустройства, господствующих идеологических систем, нравственных императивов. Проблематизируются казавшиеся совсем недавно безусловными принципы антропоцентризма, техницизма, утилитаризма, традиционные принципы здоровьесохранения, взаимоотношений между человеком и окружающей средой и т.д.

Мировоззренческий переворот, переживаемый современным человечеством, обусловлен осознанием последствий неконтролируемого развития техногенной цивилизации, характеризующейся грандиозным переходом к «постбиосферной» форме жизни, трансформацией природных основ человека. На фоне обостряющихся угроз деформации и исчезновения прежних биосферных форм жизни, биоприроды и природы биосферного человека (физической, психической, генетической, нравственной, социальной, поведенческой) [1, с. 181-182] приходит понимание необходимости формирования нового экологического сознания и новых подходов к здоровьесбережению.

Цель статьи состоит в исследовании особенностей современной модели экологического сознания и раскрытии актуальных экофилософских подходов к пониманию феномена здоровья человека и здорового образа жизни.

Философским исследованием представлений, идей, моральных норм и нравственного поведения в области отношений человек-общество-природа занимается экофилософия, нацеленная на осмысление сущности экологического сознания, императивов экологической этики, на понимание особенностей формирования экологической культуры.

Экологическое сознание – осознание диалектической связи человека и природы, ответственности человека за сохранение гармонии взаимодействия в системе человек-общество-природа. Тип экологического сознания диктует соответствующее поведение человека по отношению к природе. Антропоцентристское сознание, возникшее в начале XVII века в английском эмпиризме (Ф. Бэкон), основано на парадигме человеческой исключительности (Human Exemtionalizm). Эта парадигма утверждает человека в качестве высшей ценности, человек – вершина мировой иерархии. Природа объявляется собственностью человека, на которую он имеет право и может использовать в соответствии с собственными прагматическими потребностями. Объекты природы существуют исключительно для благополучия человека. Таким образом, этот тип сознания противопоставляет мир человека и мир природы. Его основными императивами являются:

- признание доминирования человека над остальными существами;
- определение деятельности человека не биофизическими, а исключительно социальными и культурными факторами;
- распространение этических норм и ценностей на мир человека, но не на мир взаимоотношений человека и природы;
- уверенность в бесконечности технологического и социального прогресса и принципиальной разрешимости экологических проблем.

Устойчивость этого типа сознания связана с нежеланием человека выходить из «зоны комфорта» и разрушать собственный «благополучный» образ мира.

В современных условиях необходима новая модель экологического сознания. Ее основы восходят к практической философии И. Канта, к его концепции принятия интересов другого как равноправного субъекта. Эту же идею развивает М.М. Бахтин, утверждая, что точки зрения участно-диалогической установки применимы в принципе к любому феномену; к любой значимости можно и по возможности нужно подходить как к самооценности, внутренней ценности, как к Ты [2, с. 73]. Подобное отношение М. Бубер описывает следующим образом: «Дерево ... предстоит мне телесно и имеет отношение ко мне, так же, как и я к нему – только иным образом. Не тщишь же выхолостить смысл отношения: отношение есть взаимность» [3, с. 19]. А. Швейцер также настаивает на значимости нравственного принципа, требующего «выказывать равное благоговение перед жизнью как по отношению к моей воле к жизни, так и по отношению к любой другой» [4, с. 218]. Новое экологическое сознание, инкорпорируя идеи И. Канта, А. Швейцера, М.М. Бахтина, М. Бубера и др., провозглашает такое отношение ко всем живым организмам и экосистемам. Оно предполагает экологизацию всех сфер жизни человека, культуры, этики, сознания и т.д.

Следует отметить также вклад русского космизма, представители которого в лице Н.Ф. Федорова, К.Э. Циолковского, В.И. Вернадского, А.Л. Чижевского и других обосновали идею активной эволюции мира, направляемой творческой деятельностью человека. Разум и нравственность человека являются гарантами сознательного и духовного управления природой. В.И. Вернадский сравнивал сферу разума человека с «геологической силой», способной изменить биосферу: «Ноосфера есть новое геологическое явление на нашей планете. В ней впервые человек становится крупнейшей геологической силой. Он может и должен перестраивать своим трудом и мыслью область своей жизни...» [5]. Сегодня идеи отечественных и зарубежных философов актуализируются в размышлениях об экологическом сознании современного человека, в переосмыслении его отношения к своим природным основам и образу жизни.

Современное экоцентристское сознание основано на инвайронментальной парадигме (New Environmental Paradigm). В соответствии с этой моделью природа рассматривается как полноправный субъект взаимодействия с обществом, поскольку человек, общество, природа представляют собой единую глобальную взаимосвязанную экологическую систему. Формируется

экологическая этика, включающая новые принципы взаимоотношений человека с окружающей средой. Речь идет о необходимости осуществления таких принципов, как:

- уважение ко всем формам жизни и понимание того, что природные ресурсы – общее достояние любой формы жизни;
- признание внутренней ценности (ценности, независимой от практической пользы для человека) всех живых существ;
- биоразнообразия – сохранения многообразия индивидов, видов и экосистем;
- устойчивости – сохранения биосферы, в том числе и как природной основы человека;
- предосторожности – отказа от действий, которые могут привести к морально недопустимому ущербу, даже если не существует научной определенности по этому поводу;
- экологической справедливости – равномерного распределение экологических благ и рисков;
- экологической ответственности – человек должен отвечать не только за своих близких, но и за будущие поколения, сохранение природы и благополучие жителей бедных стран [6, с. 105].

Экософский поворот в понимании ценности любой формы жизни ориентирует не только на сохранение природы, но и на сохранение природных основ человека, его природного и социального здоровья. Сегодня очевидно, что «нарушение вековой гармонии природного и социального, недооценка природного в человеке, как и в целом природного в мире, поставила на край гибели *homo sapiens*» [1, с. 188].

Современный человек сталкивается с многообразными негативными факторами влияния современной техногенной цивилизации на его здоровье и окружающую среду. Степень остроты экологических проблем в России можно оценить на основе мнений населения России в 2020 году по поводу условий проживания в городах-миллионниках: 45,8% опрошенных в возрасте 15 лет и более указали на загрязненность окружающей среды в городах (ср.: в 2016 таких было 45,7%), на общую неблагоустроенность, недостаточность озеленения – 38,5%. Но и в городах с населением менее 1 млн. человек также, по мнению жителей, достаточно высока загрязненность окружающей среды (39,7%) [7, с. 36]. В этой связи закономерно то, что человечество атакуют «болезни цивилизации»: сердечно-сосудистые, онкологические, аллергические, психические, генетические, СПИД, СПИН и т.п.

По данным российских опросов населения сегодня лидирующими факторами плохого здоровья являются стрессы, загрязнение атмосферного воздуха, плохое качество воды (более 45%), образ жизни. В то же время среди респондентов все чаще упоминается влияние на здоровье таких факторов, как «воспитание культуры самосохранения и здорового образа жизни», «отношение человека к окружающей среде», «валеологические и медико-гигиенические знания» и т.п.

Если раньше на здоровье и смертность человека влияли, прежде всего, экзогенные факторы, то в настоящее время «здоровье человека во все большей степени начинает пониматься как то, что определяется, прежде всего, изнутри, т.е. эндогенно» [1, с. 67]. В то же время на уровне отдельного индивида осуществляется также контроль экзогенных факторов. Это значит, что перемены, происходящие в мировоззрении современного человека, ориентируют на изменение самой идеи здоровья в его сознании. Именно поэтому все чаще исследование здоровья переходит в контекст гуманитарного знания, переставая быть проблемой исключительно медицинского характера. По данным Всемирной организации здравоохранения, в общем объеме факторов, влияющих на здоровье человека, только 10-15% приходится на долю здравоохранения, сюда входит своевременность медицинской помощи, эффективность профилактических мероприятий, качество медицинской помощи. [8, с. 5].

Характеризуя эпидемиологический переход, исследователи разбивают его на несколько стадий. Если на ранних стадиях основные усилия системы здравоохранения были направлены на предупреждение инфицирования населения бактериями холеры, чумы, сыпного тифа, вирусом оспы, потом желудочно-кишечными и детскими инфекциями, микобактериями туберкулеза, то на поздних стадиях в связи с обострением экологических проблем, возрастанием стрессовых нагрузок в результате резкого ускорения научно-технического прогресса на снижение роста сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Наконец, для современной стадии приоритетными направлениями деятельности по охране здоровья населения, становится усиление контроля над факторами защиты среды обитания, оздоровление условий труда, пропаганда здорового образа жизни и пр. [1, с. 65-66].

В настоящее время главные перемены в отношении к здоровью в сознании человека связаны с пониманием того, что структура здорового образа жизни составляет принципиальное единство всех сторон бытового, материального, природного, социально-культурного и духовного бытия человека [9, с. 40]. У современного человека формируется осознание нравственной ответственности за сохранение своего здоровья, понимание «человекоразмерности здоровья» [1, с. 96]. Серьезным стимулом к формированию здорового образа жизни, его содержания и особенностей становится культура здоровья: уровень личностной мотивации на ведение здорового образа жизни, жизненные ориентиры, система ценностей, умение построить индивидуальную траекторию здорового образа жизни.

Отношение к здоровью и здоровьесбережение являются важными компонентами общей и профессиональной культуры будущих специалистов. Обучение здоровьесбережению, как направление деятельности образовательной организации, наряду с общепедагогическими приемами и методами, обеспечивающими образовательный процесс, должно включать специфические подходы, методы и методики, ориентированные на высокий уровень информированности о здоровье, формирование ценности здоровья, мотивации здоровьесберегающего поведения, практических навыков сохранения здоровья

[10, с. 103]. Анкетирование по проблеме «Отношение студентов к формированию здорового образа жизни», проведенное в 2022 году среди студентов Санкт-Петербургского государственного химико-фармацевтического университета (СПХФУ) с 1 по 3 курс, показал информированность респондентов обо всех составляющих здорового образа жизни: а) физический уровень («правильный режим дня» – 22,3%; «отказ от вредных привычек» – 17,5%; «здоровое питание» – 15,5%; «занятия спортом и физкультурой» – 20,4%; «регулярное посещение врача с целью профилактики» – 26,7%); б) психический уровень (« умение справляться с эмоциями и гармония с собой» – 29,1%); в) социальный уровень («широкий круг интересов, богатая духовная жизнь и наличие хобби» – 21,4%; «интерес к информации об оздоровлении» – 7,8%) [11]. При этом большинство студентов ответили, что придерживаются здорового образа жизни (однозначно придерживаются 16,5%, «стараются по мере возможности» - 70,9%, нет – 12,6%), оценивают правильность своего образа жизни (часто и время от времени – соответственно 37,9% и 39,8%, редко – 22,3%). Однако на поведенческом уровне не всегда поступки и действия студентов СПХФУ соответствуют требованиям здорового образа жизни. Так, по ответам респондентов, питаются правильно и стараются это делать – соответственно 32%, 56,3%, питаются неправильно – 11,7%; режим сна соблюдают 24,3%, время от времени – 56,3%, 19,4% не соблюдают режим сна; имеют вредные привычки почти половина респондентов – 47,6%, треть из которых (34%) не желают от них избавляться, а 69,8% студентов, имеющих вредные привычки, уверены, что вредные привычки не влияют на их физическое и психическое состояние. На факт вредных привычек в студенческой среде обращают внимание и другие исследователи [8; 12;13].

Подавляющее большинство студентов СПХФУ полагают, что не окружающая среда оказывает прямое воздействие на здоровье и болезни человека, а деятельность и отношение человека к ней (47,9% респондентов отмечают очень значительное влияние и 37% – значительное). Значимость ведения здорового образа жизни для жизненной перспективы и успешности карьеры отметили соответственно 86,3% и 74% студентов.

Отношение к здоровью и здоровьесохранение являются важными компонентами общей и профессиональной культуры студентов СПХФУ. В представлениях студентов о здоровом образе жизни включаются составляющие физического, психического, социального, экологического уровней. Однако, результаты опроса свидетельствуют о противоречии между декларируемыми ценностями и реальными поведенческими стратегиями. В силу своей молодости студенты легкомысленно относятся к своему онтогенетическому богатству и не ощущают в полной мере нравственную ответственность за собственное здоровье и здоровье близких. Оптимизировать процесс формирования самосохранительного сознания и поведения студенческой молодежи призвана вузовская система воспитания [11].

Поскольку сохранение здоровья проблема не только медицинская, но и гуманитарная, постольку гуманитарные дисциплины призваны внести свой

вклад в формирование культуры здоровья студенческой молодежи. Особое значение в этом плане приобретает изучение философии, ведь именно на основе философской рефлексии зародились представления о здоровье человека и в дальнейшем развивались, взаимодействуя с философскими учениями. Для культурно-исторического становления и развития медицины принципиально важную роль сыграли философские воззрения Пифагора, Сократа, Платона, Аристотеля, Эпикура, других античных мыслителей. Благодаря философам эпохи Возрождения и Нового времени (Т. Мор, М. Монтень, Ф. Бэкон, Р. Декарт и др.) оформилась идея здоровья как индивидуальной ценности, здоровье приобрело рационалистический смысл как мудрости и знания. Заслуга немецкой классической философии (И. Кант, Г.В.Ф. Гегель и др.) связана с введением в философию и науку термина «сознание» и с исследованием познавательных процессов, ставших основой многих концепций психологии и психиатрии, с представлением о связи здоровья и нравственности, о нравственном здоровье как необходимом условии человеческого счастья, с раскрытием диалектических связей в единой триаде здоровье, творчество, смерть [14]. В философских концепциях Новейшего времени получила обоснование идея здоровья как соответствия задачам жизни, по сути, как способность к реализации (Ф. Ницше), идея социального здоровья и нездоровья (Э. Дюркгейм, М. Вебер, Т. Парсонс, М. Фуко, Ж. Бодрийяр, Ж. Делез и Ф. Гваттари) [14]. Философия жизни, позитивизм, психоанализ, экзистенциализм, русская философия и другие современные философские учения способны оказать существенное влияние на формирование взглядов студенческой молодежи о здоровье и здоровом образе жизни во всей полноте смыслов этих фундаментальных для человека феноменов.

### **Заключение**

Во-первых, сохранение природных основ человека и здоровый образ жизни – это мера цивилизованности и человечности как человека, так и общества. Полнота ответственности человека за свое здоровье и жизнь сопряжена с уважением ко всем формам жизни и окружающей среде, с развитым экологическим сознанием и культурой здоровья, готовностью следовать их императивам.

Во-вторых, идея здоровья в мировоззрении современного человека осознается в контексте гуманитарного знания, переставая быть проблемой исключительно медицинского характера.

В-третьих, отвечая на запрос времени, преподавание гуманитарных дисциплин способно внести свой вклад в формирование самосохранительного сознания и поведения студенческой молодежи.

### ***Литература:***

- 1. Философия здоровья / Редкол.: О. Е. Баксанский и др. М.: ИФ РАН, 2001. 242 с.*
- 2. Манаков Д.А., Невзоров Т.Б. Проблема оснований экологической этики // Вестник КемГУ. Серия: Гуманитарные и общественные науки, 2017, № 1. С.71–76.*



3. Бубер М. Два образа веры. М.: Республика, 1995. 462 с.
4. Швейцер А. Благоговение перед жизнью. М.: Прогресс, 1992. 576 с.
5. Вернадский В.И. Несколько слов о ноосфере // В.И. Вернадский. Научная мысль как планетное явление / Отв. ред. А.Л. Янин. М.: Наука, 1991. URL: <http://vernadsky.lib.ru/e-texts/archive/noos.html> (Дата обращения: 03.01.2023)
6. Спринчан С., Сычев А.А. Экологическая этика как форма интеграции естественно-научного и гуманитарного знания // Интеграция образования, 2015, т. 19, № 3. С. 100-107.
7. Основные показатели охраны окружающей среды. Статистический бюллетень. М., 2021. URL: [https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/oxr\\_bul\\_2021.pdf](https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/oxr_bul_2021.pdf) (Дата обращения: 05.01.2023)
8. Меерманова И. Б., Седач Н. Н., Большакова И. А., Калбеков Ж. А. Современное состояние и проблемы здоровья студенческой молодежи // Медицина и экология, 2019, № 2. С. 5-11.
9. Плещев А.М. Главные составляющие здорового образа жизни // Вестник Шадринского государственного педагогического университета, 2018, № 3(39). С. 39-43.
10. Философия здоровья: интегральный подход. Межвуз. сборник научных трудов. Выпуск 5. / ФГБОУ ВО ИГМУ Минздрава России, Кафедра социальной психологии и гуманитарных наук. Иркутск: ИГМУ, 2019. 151 с.
11. Воробьева С.А., Тараканова М.Е., Кряклина А.А., Завершинская Н.А., Неронов А.В. Оздоровительные технологии физической культуры в вузе // Современные наукоемкие технологии, 2022, № 5-2. С. 280-286.
12. Меерманова И.Б., Койгельдинова Ш.С., Ибраев С.А. Состояние здоровья студентов, обучающихся в высших учебных заведениях // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований, 2017, №2. С. 193-197. URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11244> (дата обращения: 27.01.2023).
13. Лопатина Р.Ф., Лопатин Н. А. Здоровье студентов вуза как актуальная проблема // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств, 2017, № 1. С. 135-140.
14. Философия здоровья: монография / В. В. Афанасьева и др.; под общ. ред. В. В. Афанасьевой; Саратовский гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. Саратов: Изд-во Саратовского ун-та, 2012. 174 с. URL: <https://proza.ru/2013/12/31/586> (Дата обращения: 26.02.2023)

### **Bibliography:**

1. Philosophy of health / Ed.: O. E. Baksansky et al. Moscow: IF RAN, 2001. 242 p.

2. Manakov D.A., Nevzorov T.B. *The problem of the foundations of environmental ethics* // *Bulletin of the KemGU. Series: Humanities and social sciences*, 2017, No. 1. P.71–76.
3. Buber M. *Two types of faith*. Moscow: Respublika, 1995. 462 p.
4. Schweitzer A. *Reverence for life*. Moscow: Progress, 1992. 576 p.
5. Vernadsky V.I. *A few words about the noosphere* // V.I. Vernadsky. *Scientific thought as a planetary phenomenon* / Ed. A.L. Yanshin. Moscow: Nauka, 1991. URL: <http://vernadsky.lib.ru/e-texts/archive/noos.html> (Accessed on: 01/03/2023)
6. Sprinchan S., Sychev A.A. *Environmental ethics as a form of integration of natural science and humanitarian knowledge* // *Education Integration*, 2015, vol. 19, no. 3. pp. 100-107.
7. *Key indicators of environmental protection. Statistical bulletin*. Moscow, 2021. URL: [https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/oxr\\_bul\\_2021.pdf](https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/oxr_bul_2021.pdf) (Accessed on: 01/05/2023)
8. Meermanova I. B., Sedach N. N., Bolshakova I. A., Kalbekov Zh. A. *Current state and health problems of student youth* // *Medicine and Ecology*, 2019, No. 2. P. 5-11.
9. Pleshchev A.M. *The main components of a healthy lifestyle* // *Bulletin of the Shadrinsk State Pedagogical University*, 2018, No. 3(39). pp. 39-43.
10. *Philosophy of health: an integral approach. Interuniversity. collection of scientific papers. Issue 5.* / FGBOU VO IGMU of the Ministry of Health of Russia, Department of Social Psychology and Humanities. Irkutsk: IGMU, 2019. 151 p.
11. Vorobieva S.A., Tarakanova M.E., Kryaklina A.A., Zavershinskaya N.A., Neronov A.V. *Improving technologies of physical culture at the university* // *Modern high technologies*, 2022, no. 5-2. pp. 280-286.
12. Meermanova I.B., Koigeldinova Sh.S., Ibraev S.A. *The state of health of students studying in higher educational institutions* // *International Journal of Applied and Fundamental Research*, 2017, No. 2. P. 193-197. URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11244> (Accessed on: 01/27/2023).
13. Lopatina R.F., Lopatin N.A. *Health of university students as an actual problem* // *Bulletin of the Kazan State University of Culture and Arts*, 2017, No. 1. P. 135-140.
14. *Philosophy of health: monograph* / VV Afanasiev et al.; under total ed. V. V. Afanasyeva; Saratov state. un-t im. N. G. Chernyshevsky. Saratov: Publishing House of Saratov University, 2012. 174 p. URL: <https://proza.ru/2013/12/31/586> (Accessed on: 02/26/2023)