

*Дейкун Микола*<https://orcid.org/0009-0005-1359-537X>

Кандидат медичних наук, професор,  
професор кафедри біології та здоров'я людини,  
Національний університет  
«Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка  
(Чернігів, Україна) E-mail: deikun@ukr.net

## ДИНАМІЧНИЙ СТАН ЗДОРОВ'Я: СУЧАСНЕ НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ КОНЦЕПТУ

У статті розкрито концепцію «динамічного стану здоров'я» як сучасної міждисциплінарної категорії, що охоплює фізіологічні, поведінкові, психічні, соціальні та екзистенційні аспекти функціонування людини. На основі системного аналізу доказів доводиться, що здоров'я не є статичним станом, а являє собою складну, багаторівневу й мінливу систему адаптації, регуляції і реакцій організму та особистості на зовнішні й внутрішні чинники. Наводиться авторське розширене визначення поняття терміну «здоров'я», у якому ключовим є поняття динамічної рівноваги. Обґрунтовується значення цієї концепції для побудови сучасної національної системи громадського здоров'я, орієнтованої на стабілізацію демографічної ситуації, профілактику хвороб, резиліентність і довготривале збереження здоров'я населення.

**Мета дослідження.** Обґрунтувати й системно описати концепт «динамічний стан здоров'я», визначити його складові, механізми та значення для громадського здоров'я, психології, політик в сфері громадського здоров'я.

**Методи дослідження.** Системний підхід, порівняльний аналіз сучасних концепцій здоров'я, міждисциплінарний аналіз, категоріальний аналіз, узагальнення доказових наукових даних.

**Наукова новизна** полягає в тому, що уперше здійснено системне теоретичне обґрунтування концепції «динамічного стану здоров'я» як когнітивно-сміслової, міждисциплінарної категорії, що інтегрує біологічні, фізіологічні, психічні, соціальні й екзистенційні аспекти функціонування людини. Розкрито та структуровано механізми динамічності здоров'я (саморегуляція, адаптація, компенсаторні процеси, резиліентність та екзистенційні виміри, тощо), що раніше розглядалися фрагментарно у межах окремих наук.

**Висновки.** Динамічний стан здоров'я є результатом спільної відповідальності індивідуума та системи громадського здоров'я: на рівні особи – через проактивну поведінку, підтримку функціональних можливостей і саморегуляцію, на рівні СГЗ – через політики та середовища, що системно забезпечують умови для здорового вибору, адаптації та резиліентності населення протягом усього життєвого циклу.

**Ключові слова:** динамічний стан здоров'я, динамічна рівновага, саморегуляція, адаптація, резиліентність, громадське здоров'я, детермінанти здоров'я, екзистенційні виміри, біопсихосоціальний підхід, профілактика, стрес, війна, міждисциплінарність.

У сучасній світовій науці зростає розуміння того, що здоров'я є не статичною категорією, а складною системою, що функціонує у постійному русі та зміні. Традиційне визначення здоров'я, сформульоване ВООЗ у 1946 році, не враховує складності взаємодії біологічних, психічних, соціальних і середовищних чинників, які постійно змінюються.

Особливо актуальною ця проблема є для України, де війна, стресові фактори, міграційні процеси, демографічний спад і високий рівень захворюваності роблять здоров'я населення вразливим до багатофакторних впливів. У такій ситуації концепція динамічного стану здоров'я, когнітивно-сміслова структура, що відображає сутність цього явища в науковій та суспільній свідомості, поєднує раціональні, культурні, ціннісні та функціональні характеристики, визначає способи розуміння і практичного застосування. є не лише теоретичною, а й практично важливою – визначає основи профілактики, адаптації, регуляції, реакцій організму та особистості на зовнішні й внутрішні чинники та резиліентності [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13].

**Мета дослідження.** Обґрунтувати й системно описати концепт «динамічний стан здоров'я», визначити його складові, механізми та значення для громадського здоров'я, психології, політик в сфері громадського здоров'я.

**Методи дослідження.** Системний підхід, порівняльний аналіз сучасних концепцій здоров'я, міждисциплінарний аналіз, категоріальний аналіз, узагальнення доказових наукових даних.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати еволюцію наукових підходів до визначення здоров'я та виявити обмеження статичних моделей, що домінували в медичних та управлінських концепціях ХХ століття.

2. Обґрунтувати теоретико-методологічні засади концепту «динамічний стан здоров'я» як міждисциплінарної категорії, що поєднує біологічні, психофізіологічні, психологічні, соціальні та екзистенційні виміри.

3. Визначити структурні компоненти та механізми динамічності здоров'я, включаючи регуляцію, адаптацію, відновлення, резиліентність і реактивність до повсякденних та екстремальних чинників довкілля.

4. Проаналізувати вплив зовнішніх і внутрішніх детермінант (соціальні умови, середовище, спосіб життя, війна, стрес, тощо) на коливання та рівновагу динамічного стану здоров'я.

5. Сформулювати та обґрунтувати авторське розширене визначення здоров'я, у якому центральним є принцип динамічності стану та рівновага здоров'я.

6. Розкрити значення концепції динамічного здоров'я для формування національної системи громадського здоров'я, системи державних політик, профілактики хвороб, психології та заходів спрямованих на підтримання адаптаційних ресурсів населення.

7. Запропонувати теоретичні та практичні підходи до застосування концепту динамічного здоров'я у сучасних програмах профілактики, оцінки добробуту населення та підсилення резиліентності суспільства.

**Наукова новизна дослідження:**

1. Уперше здійснено системне теоретичне обґрунтування концепції «динамічного стану здоров'я» як когнітивно-сміслової, міждисциплінарної категорії, що інтегрує біологічні, фізіологічні, психічні, соціальні й екзистенційні аспекти функціонування людини.

2. Розкрито та структуровано механізми динамічності здоров'я (саморегуляція, адаптація, компенсаторні процеси, резиліентність та екзистенційні виміри, тощо), що раніше розглядалися фрагментарно у межах окремих наук.

3. Запропоновано нове авторське розширене визначення здоров'я, у якому центральним елементом виступає динамічна рівновага, що дозволяє переосмислити здоров'я як саморегульований процес, а не як статичний стан.

4. Обґрунтовано причинно-наслідкові зв'язки між динамічністю здоров'я та сучасними моделями громадського здоров'я, що дає підстави для трансформації традиційних профілактичних і медико-центричних підходів у системно-адаптивні.

5. Уточнено роль зовнішніх і внутрішніх детермінант (соціальні умови, середовище, спосіб життя, війна, стрес, тощо), поведінка), які формують динамічні зміни параметрів здоров'я та визначають потребу у нових підходах до моніторингу та оцінки здоров'я на популяційному рівні.

8. Сформовано теоретичний фундамент для формування національної системи громадського здоров'я, системи державних політик, профілактики хвороб, психології та заходів спрямованих на підтримання адаптаційних ресурсів населення.

**Теоретичне значення** дослідження полягає у формуванні цілісної та науково обґрунтованої концепції «динамічного стану здоров'я» як багатовимірної міждисциплінарної категорії, що відображає сучасне розуміння здоров'я як процесу безперервних змін, адаптацій і регуляцій. У роботі розроблено новий підхід до трактування здоров'я, який долає обмеження статичних моделей ХХ століття та інтегрує до єдиного концептуального поля освітні, культурні, поведінкові, екологічні, фізіологічні, психофізіологічні, психологічні, соціальні та екзистенційні аспекти.

Запропоноване теоретичне бачення обґрунтовує динамічність як фундаментальну характеристику здоров'я, що дозволяє розглядати його не як фіксований стан, а як складну систему взаємопов'язаних процесів: мотивації та поведінки, саморегуляції, адаптації, компенсаторної активності, резиліентності та відновлення. Наукове дослідження поглиблює розуміння механізмів взаємодії зовнішніх і внутрішніх детермінант, які впливають на коливання та рівновагу динамічного стану здоров'я, та формує новий концептуальний фундамент для подальших міждисциплінарних досліджень у сферах громадського здоров'я та соціальних наук, освіти, культури, екології, біомедицини, психології.

Запропонована концепція створює передумови для перегляду та оновлення теорій та політик профілактики з врахуванням положень стратегії «Здоров'я у всіх політиках», стратегії сталого розвитку, моделей оцінювання здоров'я та підходів до розуміння адаптивного потенціалу людини й спільнот. Вона також забезпечує нові теоретико-методологічні орієнтири для конструювання сучасної національної системи громадського здоров'я, інтеграції біопсихосоціального підходу та розвитку резиліентності населення в умовах багатофакторних викликів.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що результати дослідження:

- формують науково обґрунтовану основу для розбудови сучасної національної системи громадського здоров'я, спрямованої на стабілізацію демографічної ситуації, підвищення ефективності профілактики захворювань, підтримання адаптивного потенціалу й резиліентності населення,

забезпечення динамічної рівноваги стану здоров'я та удосконалення системи моніторингу здоров'я нації;

- надають можливість розробити нові підходи до раннього виявлення змін здоров'я, засновані на моніторингу функціональних, психічних і соціальних показників, що реагують на зміни швидше, ніж традиційні медичні індикатори;

- сприяють модернізації профілактичних програм, орієнтованих на збереження адаптаційних ресурсів, управління стресом, формування здорової поведінки та навчання навичкам саморегуляції;

- можуть бути використані для розробки політик у сфері громадського здоров'я, зокрема у контексті воєнних та поствоєнних викликів, демографічних криз та високого рівня хронічних захворювань;

- здатні забезпечити наукову основу для міждисциплінарної реабілітації, зокрема біопсихосоціальної, де динамічність здоров'я враховується як ключовий параметр відновлення;

- сприяють формуванню нових моделей психічного здоров'я та резилієнтності, що є критично важливими для українського суспільства в умовах війни;

- можуть бути інтегровані у педагогічні, соціальні, психологічні та управлінські програми, забезпечуючи формування культури здоров'я як процесу постійного розвитку та адаптації.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Аналізуючи розширене авторське визначення поняття «здоров'я»: «Здоров'я – це динамічний стан функціонального, рухового, психічного й соціального благополуччя, екзистенційної наповненості та саморегуляції; резилієнтність, відсутність хвороб або вад; здатність до взаємодії, адаптації, відновлення та опору негативним чинникам оточуючого середовища та сфер життєдіяльності» [5]. Акцентуємо на тому, що центральним елементом цього визначення є динамічність, яка відноситься до усіх характеристик та складових (функціональне, рухове, психічне й соціальне благополуччя, екзистенційна наповненість, саморегуляція резилієнтність, тощо) здоров'я.

Динамічний стан здоров'я формується як результат спільної відповідальності індивідуума та системи громадського здоров'я: на рівні особи – через усвідомлену поведінку, підтримку функціональних можливостей і здатності до саморегуляції, на рівні СГЗ – через політики та середовища, що системно забезпечують умови для здорового вибору, адаптації та стійкості населення протягом усього життєвого циклу.

Інституціоналізація цього підходу в рамках стратегій «Здоров'я у всіх політиках» та сталого розвитку України до 2030 року є ключовою для підвищення резилієнтності, скорочення нерівностей у здоров'ї та збереження людського потенціалу нації.

В процесі дослідження провели теоретичне обґрунтування динамічного характеру здоров'я і встановили:

- фізіологічна динаміка організму людини функціонує у постійній змінності. Навіть у стані спокою фізіологічні параметри змінюються в межах норми: артеріальний тиск, частота серцевих скорочень, частота дихання, рівень гормонів, активність нервової системи, імунні та поведінкові реакції, тощо. Ці коливання не завжди є хворобою, але вони забезпечують гомеостаз та адаптаційну норму людського організму. Таким чином здоров'я не є стабільною чи статичною категорією, а характеризується стабільною динамікою, що не виходить за межі фізіологічних норм;

- психічна динаміка і психічні процеси (емоції, мотивації, когніція) у людини є реактивними та мінливими. Психічне здоров'я полягає не у відсутності тривоги чи стресу, а у здатності переносити навантаження, відновлюватися, адаптуватися, зберігати функціональність і не хворіти. Це і є психічна резилієнтність, яка також має динамічну природу;

- соціальна динаміка здоров'я адже кожна людина живе у мінливому соціальному середовищі де впливають стресові чинники, зміна соціальних ролей, відносини, економічні коливання, умови проживання, умови праці, війна й переміщення, тощо. Соціальне благополуччя можливе тільки тоді, коли організм кожної людини має здатність та ресурс адаптуватися до цих змін і не втрачати функціональність. Важливу роль у досягненні соціального благополуччя відіграє екзистенційна динаміка та екзистенційна наповненість особистості, що охоплюють усвідомлення сенсу життя, систему цінностей, внутрішніх орієнтирів і цілей, які забезпечують цілісність, мотиваційну спрямованість та психологічну стійкість індивіда.

Екзистенційна наповненість не є статичною характеристикою, вона має адаптивні межі та формується, розвивається й динамічно змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників упродовж усього життєвого шляху.

Сенс життя, також, може змінюватися під впливом різних зовнішніх і внутрішніх викликів, чинників, травм, втрат, тощо. Здатність людини знайти новий сенс, в умовах, що постійно і динамічно змінюються це один із ключових маркерів динаміки адаптації, посттравматичного зростання та збереження здоров'я.

Динамічний стан здоров'я як система чотири типи змін:

- коливання в межах норми (добові ритми, вікові зміни, стрес-реакції, реакції на вплив чинників, що динамічно змінюються, тощо);

- адаптація до короткотривалих подразників (фізичне навантаження, емоційні стимули);

- довготривала адаптація (зміна способу життя, травматичні події, нові соціальні умови);
- резилієнтність – здатність відновити рівновагу після виходу за межі норми.

Це засвідчує про те, що здоров'я як динамічна багаторівнева категорія, яка постійно знаходиться в стані пошуку рівноваги [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13].

У процесі дослідження використовувались результати світових наукових досліджень, які підтверджують динамічність здоров'я:

- з біології та фізіології: теорія гомеостазу (Cannon, 1926), теорія алостазу (Sterling & Eyer, 1988), концепція фізіологічної варіабельності (HRV, BP variability);
- з психології: модель стресу і копінгу (Lazarus & Folkman), позитивна адаптація (Seligman), теорія резилієнтності (Masten);
- з соціальних наук: модель соціальних детермінант здоров'я (Marmot), теорія соціального капіталу (Putnam);
- з громадського здоров'я: фрамінгемське дослідження популяційних ризиків, Європейська модель «Health in All Policies»и [13; 14; 15; 16; 17; 18; 19; 20; 21; 22; 23; 24].

Усі ці теорії та результати досліджень підтверджують, що здоров'я це динамічний процес, а не стан.

У процесі дослідження проаналізували, з врахуванням результатів вказаних досліджень та теорій значення концепції динамічного стану здоров'я для населення України в умовах війни. Виведено, що війна спричинила: хронічний стрес, масштабні психотравми та порушення середовища життєдіяльності, міграцію населення, зниження рівня профілактики неінфекційних хвороб та розширила спектр чинників, що їх формують, погіршення доступу до медицини, тощо. А підтримка здоров'я можлива тільки за умов розвитку адаптаційних механізмів і резилієнтності.

У контексті демографічної кризи встановлено, що стабілізувати демографію в Україні неможливо без: повернення мігрантів в Україну, зниження рівня смертності населення, зміцнення репродуктивного здоров'я та відновлення демовідтворювального потенціалу нації, стимулювання та збільшення рівня народжуваності, збільшення тривалості прийдешнього життя, підвищення якості життя, тощо. А ці процеси можливі тільки у мирний час та у рамках динамічної моделі здоров'я.

Дослідження також доводить, що розуміння здоров'я як динамічного стану є концептуально важливим для ефективного функціонування національної системи громадського здоров'я, оскільки воно:

- є фрагментом мети діяльності системи;
- визначає ключовий концептуальний аспект, який має бути інтегрований у процес формування національної системи громадського здоров'я та розроблення Національної програми здоров'я нації;
- підтверджує пріоритетність профілактичної парадигми, орієнтованої на запобігання розвитку порушень здоров'я на ранніх етапах;
- акцентує необхідність раннього втручання як чинника збереження адаптаційних ресурсів та зменшення тягаря хвороб;
- підкреслює визначальне значення психологічного благополуччя у структурі динамічного здоров'я;
- обґрунтовує потребу в моніторингу динамічних змін стану здоров'я, а не лише фіксованих або разових показників;
- вимагає міжсекторальної політики, здатної враховувати взаємодію соціальних, економічних, екологічних і поведінкових детермінант;
- визначає стратегічну роль резилієнтності громад як основи стійкості системи громадського здоров'я до кризових і довготривалих стресових впливів.

**Висновки.** Динамічний стан здоров'я є результатом спільної відповідальності індивідуума та системи громадського здоров'я: на рівні особи – через проактивну поведінку, підтримку функціональних можливостей і саморегуляцію, на рівні СГЗ – через політики та середовища, що системно забезпечують умови для здорового вибору, адаптації та резилієнтності населення протягом усього життєвого циклу.

Інтеграція цього підходу в межах стратегій «Здоров'я у всіх політиках» та сталого розвитку є ключовою для скорочення нерівностей у здоров'ї, збереження людського капіталу та зміцнення стійкості нації.

Концепція «динамічного стану здоров'я» є сучасною, науково обґрунтованою міждисциплінарною категорією, що дозволяє подолати обмеження статичного трактування здоров'я, властивого традиційним медико-центричним моделям. Вона демонструє, що здоров'я є складною, багаторівневою, постійно змінною системою фізіологічних, психічних, соціальних, поведінкових та екзистенційних процесів.

Проведений аналіз доводить, що динамічність є ключовою властивістю здоров'я, що визначає його здатність змінюватися у відповідь на зовнішні та внутрішні чинники, зберігати функціональну рівновагу, адаптуватися та відновлюватися. Такий підхід інтегрує концепти резилієнтності, саморегуляції та пластичності.

Запропоноване авторське розширене визначення здоров'я відображає його як стан динамічної рівноваги, у якому поєднуються функціональне, рухове, психічне, соціальне та екзистенційне благополуччя. Це визначення доповнює міжнародні підходи й адаптоване до сучасних умов українського суспільства, що перебуває під впливом війни, стресів і демографічних викликів.

Концепт динамічного здоров'я дозволяє по-новому осмислити систему громадського здоров'я, зміщуючи акцент на управління адаптаційними ресурсами, попередження ризиків, підсилення стійкості та формування здорової поведінки населення.

Практичне застосування концепції дає можливість удосконалити профілактичні, діагностичні, реабілітаційні та управлінські моделі, які з урахуванням динамічності здоров'я стають більш точними, персоналізованими та ефективними, особливо в умовах затяжної війни та зростання психосоціальних навантажень.

Визначені у дослідженні механізми динамічності (адаптація, відновлення, резилієнтність, регуляція) формують наукову основу для модернізації політик у сфері громадського здоров'я, профілактику, мотивовану зміну поведінкових констант, моніторинг демографічної ситуації, громадського здоров'я та детермінант формуючих здоров'я нації, зміцнення психічного здоров'я, освітні програми та соціально орієнтовані інтервенції.

Результати дослідження створюють підґрунтя для реалізації подальших міждисциплінарних стратегій – стратегії «Здоров'я у всіх політиках», Національної стратегії сталого розвитку України до 2030 року, стратегії державного управління, психології, соціології, а також для розробки стандартизованих інструментів оцінювання динамічних параметрів здоров'я і їх інтеграції в національну систему громадського здоров'я.

## References

1. Дейкун М. Законодавче забезпечення організації та функціонування системи громадського здоров'я. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. Вип. 25(181). Чернігів: НУЧК, 2024. С. 210–218 с.  
Deikun, M. (2024). Zakonodavche zabezpechennia orhanizatsii ta funktsionuvannia systemy hromadskoho zdorovia [Legislative Support for the Organization and Functioning of the Public Health System]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»*. Series: Pedagogical Sciences. Issue 25 (181). Chernihiv, Ukraine: NUChK. 210–218. [in Ukrainian].
2. Дейкун М. Підходи до формування національної системи громадського здоров'я через стратегію «Здоров'я у всіх політиках». *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. Вип. 31 (187). Чернігів: НУЧК, 2025. С. 356–363.  
Deikun, M. (2025). Pidkhody do formuvannia natsionalnoi systemy hromadskoho zdorovia cherez stratehiu «Zdorovia u vsikh politykakh» [Approaches to the Formation of the National Public Health System through the «Health in All Policies» Strategy]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»*. Series: Pedagogical Sciences. 31 (187). Chernihiv, Ukraine: NUChK. 356–363. [in Ukrainian].
3. Дейкун М. Проблеми і перспективи підготовки фахівців з громадського здоров'я та їх працевлаштування. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. Чернігів: НУЧК, 2025. Вип. 31 (187). С. 221–228.  
Deikun, M. (2025). Problemy i perspektvy pidhotovky fakhivtsiv z hromadskoho zdorovia ta yikh pratsevlashtuvannia [Problems and prospects for training public health specialists and their employment]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin of the T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»*. Series: Pedagogical Sciences. Chernihiv, Ukraine: NUChK. 31 (187). 221–228. [in Ukrainian].
5. Дейкун М. Розширене визначення поняття терміну «Здоров'я» з позицій характеристик його динамічності, екзистенційної наповненості та саморегуляції, здатності до розвитку та удосконалення. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. Чернігів: НУЧК, 2025. Вип. 33 (189). С. 16–23.  
Deikun, M. (2025). Rozshyrene vyznachennia poniattia terminu «Zdorovia» z pozytsii kharakterystyk yoho dynamichnosti, ekzystentsiinoi napovnenosti ta samorehuliatcii, zdatnosti do rozvytku ta udoskonalennia [Expanded Definition of the Term «Health» from the Standpoint of Its Dynamic Characteristics, Existential Content, Self-Regulation and Ability for Development and Improvement]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin of the T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»*. Series: Pedagogical Sciences. Chernihiv, Ukraine: NUChK. 33(189). 16–23. [in Ukrainian].
6. Дейкун М. Концептуальні засади, визначення та операціоналізація ключових понять громадського здоров'я у процесі формування та функціонування його системи. *Вісник Національного*

- університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Чернігів : НУЧК, 2025. Вип. 33 (189). С. 24–32.
- Deikun, M. (2025). Kontseptualni zasady, vyznachennia ta operatsionalizatsiia kliuchovykh poniat hromadskoho zdorovia u protsesi formuvannia ta funktsionuvannia yoho systemy [Conceptual Foundations, Definitions, and Operationalization of Key Public Health Terms in the Process of Formation and Functioning of Its System]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehiium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin of the T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium». Series: Pedagogical Sciences.* Chernihiv, Ukraine: NUChK. 33(189). 24–32. [in Ukrainian].
7. Белінська Г. С., Грузєва Т. С., Піняжко О. Р. Громадське здоров'я: підручник. Київ: Медицина, 2021. 432 с.  
Belinska, H. S., Hruzieva, T. S., & Pyniazhko, O. R. (2021). *Hromadske zdorovia [Public Health]: Textbook.* Kyiv: Medytsyna. 432. [in Ukrainian].
  8. Глибовець М. М., Ткаченко В. І. Теорія систем і системний аналіз у медичних науках. Київ: Наукова думка, 2020. 284 с.  
Hlybovets, M. M. & Tkachenko, V. I. (2020). *Teoriia system i systemnyi analiz u medychnykh naukakh [Systems Theory and Systems Analysis in Medical Sciences].* Kyiv: Naukova Dumka. 284. [in Ukrainian].
  9. Лехан В. М., Матюха Л. Ф., Дорошенко О. М. Система громадського здоров'я в Україні: сучасні виклики та пріоритети розвитку. *Сучасні проблеми охорони здоров'я.* 2020. № 1. С. 5–14.  
Lekhan, V. M., Matiukha, L. F. & Doroshenko, O. M. (2020). *Systema hromadskoho zdorovia v Ukraini: suchasni vyklyky ta priorytety rozvytku [The Public Health System in Ukraine: Current Challenges and Development Priorities].* *Suchasni problemy okhorony zdorovia – Modern Problems of Health Care.* 1. 5–14. [in Ukrainian].
  10. Михайловський В. М. Основи медико-соціальної адаптації та резилієнтності населення. Львів: ЛНМУ, 2022. 260 с.  
Mykhailovskiy, V. M. (2022). *Osnovy medyko-sotsialnoi adaptatsii ta rezyliientnosti naseleння [Fundamentals of Medical-Social Adaptation and Population Resilience].* Lviv, Ukraine: LNMU. 260. [in Ukrainian].
  11. Носко М., Дейкун М., Носко Ю. Обґрунтування сучасних підходів до дефініції поняття терміну «Здоров'я». *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки.* Чернігів: НУЧК, 2025. Вип. 31 (187). С. 382–389.  
Nosko, M., Deikun, M., Nosko, Yu. (2025). *Obgruntuvannia suchasnykh pidkhodiv do definitsii poniattia terminu «Zdorovia» [Justification of modern approaches to defining the concept of «Health»].* *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehiium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky – Bulletin of the T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium». Series: Pedagogical Sciences.* Chernihiv, Ukraine: NUChK. 31 (187). 382–389. [in Ukrainian].
  12. Степаненко А. В. Психічне здоров'я населення в умовах війни: концептуальні засади та напрями відновлення. *Український журнал психосоматичної медицини.* 2023. №2(16). С. 7–18.  
Stepanenko, A. V. (2023). *Psykhichne zdorovia naseleння v umovakh viiny: kontseptualni zasady ta napriamy vidnovlennia [Mental Health of the Population in Wartime: Conceptual Principles and Directions of Recovery].* *Ukrainskyi zhurnal psykhosomatychnoi medytsyny – Ukrainian Journal of Psychosomatic Medicine.* 2 (16). 7–18. [in Ukrainian].
  13. World Health Organization. (1946). *Constitution of the World Health Organization.* Geneva: WHO. 22.
  14. Huber, M., Knottnerus, J. A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A. R., Kromhout, D. et al. (2011). How should we define health? *BMJ.* 343. d4163.
  15. Kickbusch, I., Gleicher, D. (2012). *Governance for Health in the 21st Century.* Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. 102.
  16. Marmot, M. (2015). *The Health Gap: The Challenge of an Unequal World.* London: Bloomsbury. 384.
  17. Selye, H. (1976). *The Stress of Life.* New York: McGraw-Hill. 515.
  18. Rose, G. (1985). Sick individuals and sick populations. *International Journal of Epidemiology.* 14(1). 32–38.
  19. Ben-Shlomo, Y., Kuh, D. (2002). A life course approach to chronic disease epidemiology: conceptual models, empirical challenges and interdisciplinary perspectives. *International Journal of Epidemiology.* 31(2). 285–293.
  20. McEwen, B. (1998). Stress, adaptation, and disease: Allostasis and allostatic load. *Annals of the New York Academy of Sciences.* 840. 33–44.
  21. Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well.* San Francisco: Jossey-Bass. 218.
  22. Engel, G. (1977). The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. *Science.* 196(4286). 129–136.
  23. Dahlgren, G., Whitehead, M. (1991). *Policies and Strategies to Promote Social Equity in Health.* Stockholm: Institute for Futures Studies. 44.
  24. Fuchs, V. (2018). Health and Medical Care: A Sharp Distinction. *Journal of Health Economics.* 61. 1–7.

Deikun Mykola

<https://orcid.org/0009-0005-1359-537X>

PhD (Candidate of Medical Sciences), Professor,  
Professor of the Department of Biology and Human Health,  
T. H. Shevchenko National University «Chernihiv Collehium»  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: deikyn@ukr.net

#### DYNAMIC STATE OF HEALTH: A MODERN SCIENTIFIC JUSTIFICATION OF THE CONCEPT

The article presents the concept of the «dynamic state of health» as a contemporary interdisciplinary category encompassing physiological, behavioral, mental, social, and existential aspects of human functioning. Based on a systemic analysis of evidence, it is demonstrated that health is not a static condition but rather a complex, multilevel, and variable system of adaptations, regulations, and responses of the organism and personality to external and internal factors. An author's expanded definition of the term "health" is proposed, in which the concept of dynamic equilibrium is central. The significance of this concept for building a modern national public health system oriented toward demographic stabilization, disease prevention, resilience, and long-term preservation of population health is substantiated.

**Purpose of the study.** To substantiate and systematically describe the concept of the «dynamic state of health», to define its components, mechanisms, and significance for public health, psychology, and public health policy.

**Research methods.** Systemic approach, comparative analysis of modern health concepts, interdisciplinary analysis, categorical analysis, and generalization of evidence-based scientific data.

**Scientific novelty.** For the first time, a systematic theoretical justification of the concept of the «dynamic state of health» is provided as a cognitive-semantic, interdisciplinary category integrating biological, physiological, mental, social, and existential aspects of human functioning. The mechanisms of health dynamism (self-regulation, adaptation, compensatory processes, resilience, and existential dimensions, etc.), which previously had been considered fragmentarily within individual disciplines, are revealed and structured.

**Conclusions.** The dynamic state of health is the result of shared responsibility between the individual and the public health system: at the individual level – through proactive behavior, maintenance of functional capacities, and self-regulation; at the public health system level – through policies and environments that systematically ensure conditions for healthy choices, adaptation, and population resilience throughout the entire life course.

**Key words:** dynamic state of health, dynamic equilibrium, self-regulation, adaptation, resilience, public health, health determinants, existential dimensions, biopsychosocial approach, prevention, stress, war, interdisciplinarity.

Стаття надійшла до редакції 10.04.2026

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **Микола Носко**