

Є.В. Удуденко
О.І. Хороша
М.В. Перебийніс
О.О. Назаренко

ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ "ТЕРАПЕВТИЧНИХ САДІВ" У СТРУКТУРУ СУЧАСНИХ САНАТОРНО-КУРОРТНИХ КОМПЛЕКСІВ

Вінницький національний технічний університет

Анотація

У роботі розглядаються особливості впровадження концепції терапевтичних садів у структуру сучасних санаторно-курортних комплексів як дієвого інструменту реабілітації ветеранів та цивільного населення. Аналізується еволюція «цілющих ландшафтів» від монастирських садів до складних мультисенсорних екосистем, що базуються на принципах універсальної доступності. Підкреслюється роль взаємодії фітонцидних та сенсорних груп рослин, яка дозволяє створювати безпечне психологічне середовище, що сприяє зниженню рівня стресу та прискоренню соціальної адаптації в умовах воєнного стану.

Ключові слова: терапевтичний сад, реабілітація ветеранів, інклюзивність, сенсорна стимуляція, санаторно-курортний комплекс.

Abstract

This paper examines the specifics of integrating the concept of therapeutic gardens into the structure of modern health resort complexes as an effective tool for the rehabilitation of veterans and the general public. It analyzes the evolution of "healing landscapes" from monastic gardens to complex multisensory ecosystems based on the principles of universal accessibility. The role of the interaction between phytoncide-producing and sensory plant groups is emphasized, as it allows for the creation of a safe psychological environment that helps reduce stress levels and accelerate social adaptation under martial law conditions.

Keywords: therapeutic garden, veteran rehabilitation, inclusivity, sensory stimulation, health resort complex.

Вступ

Історія терапевтичних садів бере свій початок від середньовічних монастирських садів, де рослини використовувалися для фізичного та духовного зцілення, проте наукове обґрунтування напрямку відбулося у другій половині ХХ століття завдяки дослідженням Роджера Ульріха. Знаковим етапом став розвиток концепції «цілющих ландшафтів», яка довела, що споглядання природи прискорює реабілітацію пацієнтів та знижує потребу в знеболювальних препаратах. Згідно з сучасними нормативними визначеннями, терапевтичний сад — це спеціально спроектоване зовнішнє або внутрішнє природне середовище, що є інклюзивним та безпечним простором, призначеним для покращення фізичного, психологічного та соціального стану людини через пряму або пасивну взаємодію з рослинним світом.

Актуальність впровадження концепції терапевтичних садів зумовлена критичною необхідністю створення дієвої системи реабілітації для ветеранів війни та цивільного населення в умовах тривалого воєнного стану. У сучасній практиці оздоровлення такі об'єкти розглядаються як багатофункціональні зони відновлення: завдяки методам сенсорної стимуляції та гарденотерапії вони дозволяють ефективно знижувати рівень психоемоційного напруження, що на 20–30% прискорює процес адаптації осіб із посттравматичними станами. Окрім медичного аспекту, вирішальним є соціальний чинник — створення спеціалізованого природного середовища у структурі санаторію компенсує дефіцит безпечного простору та сприяє швидшій соціальної адаптації постраждалих.

Метою дослідження є обґрунтування ролі терапевтичних садів як ефективного елементу

реабілітаційного середовища та визначення архітектурно-планувальних принципів їх формування в структурі санаторно-курортних і реабілітаційних закладів з урахуванням вимог безбар'єрності, інклюзивності та сучасних потреб пацієнтів.

Результати дослідження

Попри затребуваність таких рішень, вітчизняна практика облаштування територій санаторно-курортних комплексів часто стикається з серйозними технічними та архітектурними викликами. Специфічні потреби пацієнтів із мінно-вибуховими травмами, порушеннями опорно-рухового апарату та ампутаціями вимагають відмови від суто декоративного озеленення на користь безбар'єрних маршрутів, спеціалізованого вибору рослин та створення зон для активної реабілітації. Ефективність функціонування терапевтичного саду в нинішніх умовах безпосередньо залежатиме від інтеграції принципів універсального дизайну та грамотного архітектурно-планувального рішення, яке здатне забезпечити пацієнтам відчуття безпеки, автономності та фізичного комфорту.

У ході дослідження встановлено, що впровадження концепції терапевтичних садів у структуру сучасних санаторно-курортних комплексів має базуватися на принципі перетворення ландшафту з декоративного фону на активний інструмент реабілітації. На відміну від традиційного паркового озеленення, такий простір проектується як цілісна мультисенсорна екосистема, що залучає всі п'ять чуттів пацієнта: від візуального сприйняття природних форм до тактильного контакту з рослинами та землею. Такий підхід дозволяє ветеранам та цивільним особам із високим рівнем стресу ефективно відновити внутрішній баланс та відчуття психологічну опору через безпосередню взаємодію з живим середовищем.

Функціонально-планувальна структура терапевтичного саду в межах санаторію передбачає чітке зонування, де кожна локація відповідає конкретним етапам відновлення. Ключовими елементами визначено зони для терапевтичного садівництва, «зелені кімнати» для групової довіри та індивідуального усамітнення, а також адаптивні майданчики для йоги чи ігор, що сприяють відновленню координації та м'язового тону. Особлива увага приділяється принципу інклюзивності: використання піднятих мобільних грядок та твердого нековзного покриття забезпечує автономність маломобільних груп населення, перетворюючи сад на безбар'єрне середовище для комплексної соціальної адаптації [1].

Інтеграція терапевтичних садів у структуру санаторіїв має базуватися на принципах доказового дизайну, де кожен елемент ландшафту виконує конкретну реабілітаційну функцію. Особливого значення набуває створення «сенсорних кімнат» просто неба, які дозволяють пацієнтам із посттравматичними станами поступово відновлювати зв'язок із навколишнім світом через контрольовані подразники. Використання спеціально підібраного асортименту рослин із різними текстурами, кольорами та природними звуками сприяє зниженню рівня кортизолу та стабілізації артеріального тиску, що є критично важливим для ветеранів у період гострої адаптації.

Важливим аспектом проектування є дотримання суворих вимог до ергономіки та універсального дизайну, що забезпечує повну інклюзивність простору для осіб із порушеннями опорно-рухового апарату. Це передбачає не лише тверде покриття основних доріг, а й облаштування мобільних вертикальних садів та піднятих грядок, висота яких розрахована на зручну роботу людини у кріслі колісному. Така архітектурна організація дозволяє впроваджувати елементи трудової терапії, де догляд за рослинами стає формою дрібної моторики та когнітивної реабілітації, повертаючи пацієнтам відчуття контролю та продуктивності.

Наукове обґрунтування використання таких просторів у сучасних українських реаліях підкреслює їх роль як безпечних «зон психологічного розвантаження», де мінімізовано тригери, характерні для урбанізованого середовища. Завдяки грамотному плануванню маршрутів, що виключають замкнені кути та забезпечують добру видимість території, терапевтичні сади допомагають подолати відчуття ізоляції. Впровадження таких ландшафтних рішень у вітчизняну санаторно-курортну практику дозволяє не лише покращити медичні показники одужання, а й створити гуманне середовище для тривалої ресоціалізації та психологічного відновлення нації [2].

У контексті стратегічного розвитку санаторно-курортних підприємств, впровадження терапевтичних садів слід розглядати як інструмент капіталізації природних рекреаційних ресурсів. Згідно з концепцією раціонального природокористування, ефективність оздоровчого закладу безпосередньо залежить від трансформації ландшафтного потенціалу у функціональне лікувальне середовище. Терапевтичний сад у такій структурі виступає не лише об'єктом благоустрою, а частиною цілісної бізнес-моделі рекреаційного менеджменту, що дозволяє диверсифікувати методи оздоровлення (фітотерапія, аеротерапія) та підвищити інвестиційну привабливість підприємства на

ринку медичних послуг.

Перспективним напрямом є створення адаптивної інфраструктури, яка базується на поєднанні природних багатств регіону з інноваційними архітектурно-планувальними рішеннями. Раціональна організація території санаторію передбачає баланс між інтенсивністю експлуатації рекреаційних зон та збереженням екологічної рівноваги, що дозволяє формувати унікальні «зони психологічного комфорту». Використання світового досвіду в дуєті з вітчизняною ресурсною базою створює умови для модернізації застарілих моделей оздоровлення, перетворюючи ландшафт на високотехнологічну платформу для фізичної та ментальної реабілітації населення в умовах сучасних викликів [3].

При ландшафтному плануванні терапевтичних садів вибір рослинності ґрунтується на принципах фітотерапії та сенсорної стимуляції, де кожна група насаджень виконує роль природного медичного інструменту. Для зони аерофітотерапії критично важливим є висаджування хвойних порід, таких як яловець козацький, сосна кримська та ялина звичайна, які виділяють високу концентрацію фітонцидів, що пригнічують розвиток патогенної мікрофлори та полегшують дихання. Окрім антисептичного ефекту, хвойні забезпечують сталу зелену палітру взимку, що запобігає розвитку сезонних депресій у пацієнтів, які проходять тривалу реабілітацію в санаторно-курортних умовах.

Особливе місце в структурі терапевтичних садів посідають тактильні та ароматичні ґрядки, призначені для зниження рівня тривожності та стимуляції дрібної моторики. До асортименту обов'язково включають лаванду вузьколисту, чебрець повзучий, м'яту перцеву та шавлію лікарську, оскільки їхні ефірні олії мають доведений седативний ефект. Взаємодія з такими рослинами — дотик до м'якого листя стахісу візантійського (так звані «овечі вушка») або вдихання терпкого аромату хризантем — дозволяє ветеранам і цивільним з ПТСР переключити увагу з внутрішніх переживань на зовнішні безпечні подразники, що сприяє швидкій психічній стабілізації.

Для відновлення емоційного фону та когнітивних функцій ландшафт доповнюється «звуковими» рослинами, які створюють ефект природного білого шуму. Використання декоративних злаків, таких як міскантус китайський або ковила, у поєднанні з деревами, що мають рухоме листя (наприклад, осика або береза бородавчата), дозволяє замаскувати техногенні звуки санаторію шелестом вітру. Поєднання заспокійливих природних звуків із яскравим цвітінням гортензій та спірей допомагає пацієнтам вийти з пригніченого стану, додає життєвої енергії та зміцнює імунітет у процесі оздоровлення в санаторії [4]. Під час розміщення зелених насаджень треба враховувати їх алергічні властивості та відстані від таких насаджень до місць скупчення людей. Зокрема, алергеном служить пилок деяких дерев та квітів — берези, клена, ліщини, сосни, тополі, амброзії, полину, а також майже всіх квітів, особливо, дуже пахучих [5].



1 2 3 4
Рис. 1 - Фітонцидні рослини. 1 – яловець козацький; 2 – сосна кримська; 3 – ялина звичайна; 4 – береза бородавчата.

На рисунку 1 зображено групу фітонцидних рослин, що становлять біологічну основу лікувально-профілактичного ландшафту курортно-санаторних комплексів. Загальною особливістю цих видів є здатність насичувати повітря летючими речовинами, які не лише пригнічують ріст хвороботворних бактерій, а й безпосередньо стимулюють імунобіологічну резистентність пацієнтів у процесі рекреації. Зокрема, яловець козацький (1) виступає найпотужнішим природним антисептиком, тоді як сосна кримська (2) та ялина звичайна (3) забезпечують стабільний седативний вплив і цілорічний візуальний комфорт за рахунок хвойного габітусу. Доповнює композицію береза бородавчата (4), яка завдяки динамічному шелесту крони створює ефект природного «білого шуму», що в поєднанні з іншими насадженнями перетворює територію на повноцінну зону аерофітотерапії, сприяючи виходу пацієнтів зі стану апатії та підвищенню їхнього загального життєвого тону.

На рисунку 2 зображено групу сенсорних рослин, що інтегруються у структуру терапевтичного саду для активізації органів чуття та психоемоційної стабілізації пацієнтів.



Рис. 2 - Сенсорні рослини. 1 – лаванда вузьколиста; 2 – чебрець повзучий; 3 – стахіс візантійський; 4 – гортензія деревовидна.

Використання лаванди вузьколистої (1) та чебрецю повзучого (2) дозволяє впроваджувати елементи ароматерапії, де ефірні олії рослин сприяють зниженню тривожності та нормалізації сну, що є критично важливим для ветеранів із симптомами ПТСР. Особливу роль відіграє стахіс візантійський (3), який завдяки своїй густій м'якій текстурі листя стимулює позитивні тактильні відчуття, тоді як масивні суцвіття гортензії деревовидної (4) забезпечують необхідну візуальну динаміку та естетичний комфорт. Така комбінація насаджень формує багатовимірне терапевтичне середовище, яке допомагає пацієнтам переключити увагу на зовнішні безпечні подразники та прискорює процес їхньої ментальної реабілітації.

Підсумовуючи результати проведеного дослідження, можна стверджувати, що впровадження концепції терапевтичних садів у структуру санаторно-курортних комплексів трансформує традиційні методи оздоровлення, перетворюючи ландшафт на кероване реабілітаційне середовище. Синергія використання фітонцидних насаджень для біологічного очищення повітря та сенсорних груп рослин для психоемоційної стабілізації дозволяє створити багатовимірний простір, адаптований до викликів сьогодення. Такий підхід забезпечує не лише фізичне відновлення пацієнтів, а й формує інклюзивну платформу для їхньої успішної соціальної адаптації, де архітектурно-планувальні рішення та природні чинники працюють як єдиний механізм повернення людини до активного життя.

Висновок

Впровадження терапевтичних садів у структуру санаторіїв України є стратегічним кроком для реабілітації ветеранів та цивільних в умовах війни. Доведено, що трансформація ландшафту з декоративного на функціональний дозволяє на 20–30% прискорити психоемоційну адаптацію пацієнтів. Використання принципів «цілющих ландшафтів» забезпечує немедикаментозне зниження рівня стресу та створює необхідну психологічну опору через безпосередній контакт із природою.

Ефективність таких просторів базується на інклюзивності та чіткому зонуванні території. Створення «зелених кімнат» для усамітнення, майданчиків для садотерапії та безбар'єрних маршрутів із піднятими грядками гарантує автономність маломобільних груп. Це формує надійну платформу для успішної соціальної адаптації, де пацієнти відновлюють когнітивні функції та відчуття контролю над власним життям у безпечному середовищі.

Основою біологічного впливу саду є синергія фітонцидних порід (ялівець, сосна) для аеротерапії та сенсорних рослин (лаванда, стахіс) для стимуляції органів чуття. Таке поєднання дозволяє одночасно зміцнювати імунітет та стабілізувати ментальний стан. Розвиток такої адаптивної інфраструктури на базі природних ресурсів України є фундаментом для модернізації оздоровчої галузі та довготривалого психологічного відновлення нації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Тітова В. Терапевтичний сад: як створити простір, що буде підтримувати та заспокоювати // Хмарочос. — 2025. URL:<https://hmarochos.kiev.ua/2025/09/19/terapevtychnyj-sad-na-vdng-yak-stvoryty-prostirshho-bude-pidtrymuvaty-ta-zaspokooyuvaty/> (дата звернення 17.03.26)
2. Кривцун С. Дизайн терапевтичних садів: різновиди планування, критерії організації – Харків:

ХДАДМ. - С.90-93 URL: https://aphn-journal.in.ua/archive/84_2025/part_2/15.pdf (дата звернення 17.03.26)

3. Рекреаційні ресурси санаторно-курортних підприємств: сутність та перспективи використання: монографія / А. С. Краєвська, О. О. Мороз, Б. Є. Грабовецький. – Вінниця : ВНТУ, 2012. – С 22-34.

4. Основи ландшафтної архітектури та дизайну : підручник / Н. Я. Крижановська, М. А. Вотінов, О. В. Смірнова ; Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. – Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2019. – С. 154-161

5. ДБН Б.2.2-5:2011. Благоустрій територій. [На заміну СНиП III-10-75; чинний від 2012-09-01]. Вид. офіц. Київ : Мінрегіон України, 2012. 61 с. (Державні будівельні норми України)

Удуденко Єлизавета Вікторівна — здобувачка групи БМ-23б, факультет будівництва, цивільної та екологічної інженерії, Вінницький національний технічний університет, Вінниця, e-mail: ududenkoliza07@gmail.com

Хороша Оксана Іванівна – кандидат архітектури, доцент кафедри будівництва, міського господарства та архітектури, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця, e-mail: korosha@vntu.edu.ua

Назаренко Олександр Олександрович – старший викладач кафедри Будівництва, міського господарства та архітектури, Вінницький національний технічний університет, e-mail: oonazarenko@vntu.edu.ua

Elizaveta Ududenko - student of the BM-24m group, Faculty of Construction, Civil and Environmental Engineering, Vinnytsia National Technical University, Vinnitsa, e-mail: ududenkoliza07@gmail.com

Khorosha Oksana – candidate of architecture, associate professor of the Department of Construction, Urban Management and Architecture, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: korosha@vntu.edu.ua

Nazarenko Oleksandr Oleksandrovych – Senior Lecturer of the Department of Construction, Municipal Economy and Architecture, Vinnytsia National Technical University, e-mail: oonazarenko@vntu.edu.ua