**Всеукраїнський інтерактивний конкурс Малої академії наук**

**«МАН – Юніор-Дослідник» Номінація «Еколог-Юніор 2016»**

**Вплив стресу на живі організми**

Тези.

Стрес   — неспецифічна реакція організму у відповідь на дуже сильнудію (подразник) зовні, яка перевищує норму, а також відповідна реакція нервової системи.( Ганс Сельє ) Виділяють три фази стресу:фаза тривоги,фаза опору, фаза виснаження.

Реакція тривоги - настає безпосередньо за впливом будь-якого стресора і виражається в напрузі і різкому зниженні опірності організму. Відбувається порушення симпатичної нервової системи . На цій стадаї організм здатний мобілізувати не тільки енергетичні та фізичні резерви, але й розумові та емоційні. Процеси,що виникають в організмі людини на першій стадії, можуть бути не тільки проявом захисних реакцій, але й просто корисними, оскільки вони тренують організм, підвищують його опірність до дії несприятливих агентів. Водночас, у деяких тварин на цій стадії стресу може статися серцевий напад,виникнути головний біль, погіршитися зір,заболіти шлунок.

У фазі опору (фаза стійкості) посилюється секреція кортикостероїдів (гормони, які мають виражену дію на водно-сольовий , вуглеводний і білковий обмін). Якщо дія подразника несильна,або не тривала,стресова ситуація може закінчитися на першій,або другій стадії виявлення. Стресові реакції зникають, організм проявляє підвищену стійкість (адаптується) до дії стресора.

При тривалій і інтенсивній дії стресора фаза опору змінюється фазою виснаження, яка супроводжується різким зниженням опірності організму, погіршенням його стану, виникненням різних захворювань.

На стрес тварини впливають багато чинників: годівля,оточуючі шуми,а також особистий простір . Тварини повинні бути забезпечені повноцінним, збалансованим харчуванням, сприятливим мікрокліматом і оптимальним зоогігієнічним режимом. Щоб уникнути величезних втрат енергії.