

УДК 621.316

ЛАПТЕВА П.В., студент гр. 415 НГАСУ (Сибстрин)
ТОЛМАЧЕВА О.С., студент гр. 415 НГАСУ (Сибстрин)

г. Новосибирск

Научный руководитель СТЕНИНА Н.А., к.т.н., доцент, (Кузбасский ГАУ)

г. Кемерово

ГОРОДСКАЯ ЭКОЛОГИЯ И ЗДОРОВЬЕ: КАК ЗЕЛЕННЫЕ ПРОСТРАНСТВА ВЛИЯЮТ НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ В МЕГАПОЛИСАХ

В условиях стремительной урбанизации и активного роста городов вопрос экологической устойчивости приобретает особую актуальность. Жители всё больше осознают ценность зелёных зон, а необходимость создания комфортной и экологически благоприятной городской среды, способной повышать качество жизни в мегаполисах, становится всё более очевидной.

Одним из наиболее эффективных способов смягчить негативные последствия плотной застройки является организация и сохранение парков, скверов, городских садов и природных реликтов. В данной статье анализируется влияние зелёных пространств на качество жизни, рассматривается их растущая значимость в структуре города и обсуждаются меры, необходимые для увеличения площади зелёных зон в российских мегаполисах.

В российских мегаполисах зелёные насаждения традиционно выполняли функции зон отдыха и микроклиматической защиты. Деревья и кустарники активно поглощают углекислый газ и пыль, снижают концентрацию вредных газов и смягчают шумовое воздействие. Парки и скверы способствуют регулированию микроклимата: летом они помогают понижать температуру воздуха, а зимой – смягчают влияние холодного ветра. Кроме того, зелёные территории выступают естественным барьером против эрозии почвы и наводнений, особенно вблизи водоёмов [4].

В последние десятилетия наблюдается сокращение площади зелёных зон из-за активного строительства, что отрицательно сказывается на экологической ситуации и здоровье городских жителей. Особую значимость наличие зелёных территорий имеет для детей и пожилых людей, обеспечивая им безопасное пространство для игр и активного отдыха. Кроме того, такие зоны способствуют снижению стрессовой нагрузки, улучшению психоэмоционального состояния и уменьшению заболеваемости [6].

Российские мегаполисы сталкиваются с следующими основными вызовами:

- застроенность или заброшенность многочисленных территорий, ранее предназначенных для озеленения;
- недостаточное финансирование и слабое государственное регулирование сохранения и развития зеленых зон;
- неэффективное использование земельных ресурсов и отсутствие долгосрочной стратегии по развитию «зеленой» инфраструктуры.

Рассмотрим статистические данные в таблице 1.

Таблица 1. Сравнительные показатели доступности зеленых зон и экологического состояния в крупных городах России

Показатель	Москва	Санкт-Петербург	Новосибирск	Екатеринбург	Российский средний показатель
Количество парков/зон отдыха на 1000 га	5,2	4,7	3,9	3,5	4,3
Процент населения, проживающего вблизи (<500 м) к зеленой зоне	75%	68%	55%	50%	60%
Уровень зарегистрированных заболеваний, связанных с стрессом (на 100 000 человек)	320	340	410	430	370
Среднее число прогулок на человека в неделю	3,2	2,8	2,1	2	2,5
Индекс загрязнения воздуха (PM2.5, мг/м³)	12	14	20	21	16
Количество зеленых крыш и вертикальных садов (%) от общего озеленения	10%	8%	5%	4%	6,50%

По данным, представленным в таблице 1, можно выделить некоторые тенденции [5]. Так, Москва демонстрирует лучшие показатели по большинству критериев: здесь наблюдается наибольшее количество парков, высокий процент жителей, проживающих вблизи зелёных зон, и самый низкий уровень стрессовых заболеваний. Санкт-Петербург занимает второе место по большинству показателей, однако уровень загрязнения воздуха в городе несколько выше.

Новосибирск и Екатеринбург отстают: у этих городов меньше зелёных территорий, выше загрязнение воздуха и более высокий уровень стрессовых расстройств среди населения. Средние показатели по России демонстрируют, что лишь около 60% жителей имеют доступ к зелёным зонам в шаговой доступности, а среднее количество прогулок в неделю составляет примерно 2,5.

Очевидна прямая зависимость: чем выше доступность зелёных территорий и лучше экологическая ситуация, тем ниже уровень стрессовых состояний у жителей. Психологические преимущества отмечены в исследованиях: регулярное использование парков и скверов способствует снижению тревожности и депрессии.

Физиологические эффекты включают укрепление здоровья благодаря занятиям спортом на свежем воздухе, особенно в городах с хорошо развитой зеленой инфраструктурой, таких как Москва и Санкт-Петербург. Экологические выгоды проявляются в снижении концентрации вредных веществ в воздухе и

уменьшении шумового загрязнения, что особенно важно в условиях интенсивного автомобильного движения.

Для увеличения площади зелёных зон в российских городах необходим комплексный подход, включающий следующие направления [2]:

1. Градостроительное планирование: предусматривать парки, скверы и другие зелёные территории при проектировании новых кварталов, реконструировать заброшенные и пустующие участки, а также создавать экологические коридоры, соединяющие отдельные зелёные зоны.

2. Законодательные меры: устанавливать нормы минимального озеленения на душу населения, обеспечивать охрану существующих зелёных территорий и стимулировать создание зелёных насаждений на частных и коммерческих объектах.

3. Финансовое стимулирование: предоставлять государственные гранты на создание и поддержание парков, привлекать частные инвестиции через партнерские программы и социальные инициативы.

4. Социальные инициативы: вовлекать население в посадку деревьев и уход за зелёными территориями, организовывать волонтерские акции, создавать безопасные и удобные для отдыха общественные пространства.

5. Современные технологии: внедрять зелёные крыши, вертикальное озеленение, а также использовать геоинформационные системы и экологический мониторинг для оптимального размещения и планирования зелёных насаждений.

Зелёные территории играют ключевую роль в формировании экологически сбалансированной и комфортной городской среды. Их значение выходит далеко за рамки декоративной функции: они способствуют улучшению качества воздуха, смягчению температурных колебаний, снижению уровня шума и предоставляют горожанам пространство для отдыха, общения и физической активности.

Многочисленные исследования подтверждают, что наличие растительности в городской инфраструктуре положительно влияет на физическое и психоэмоциональное состояние жителей, снижает стресс и укрепляет социальные связи. В связи с этим развитие зелёной инфраструктуры следует рассматривать как стратегический приоритет городского планирования, оказывающий прямое влияние на здоровье населения и устойчивость мегаполисов [1].

Создание экологически гармоничных городов – это не только актуальная задача современности, но и возможность сформировать новую модель урбанистической жизни, основанную на уважении к природе и заботе о человеке. Для российских мегаполисов доступность и качество зелёных пространств напрямую связаны с улучшением экологической ситуации и состоянием здоровья жителей. Комплекс государственных мер, внедрение инновационных подходов и активное участие граждан способны значительно увеличить уровень озеленения, что в итоге повысит качество жизни миллионов людей.

Список литературы:

1. Ревич Б. А. «Значение зелёных пространств для защиты здоровья населения городов» // Экология города и среда обитания. 2023. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/znachenie-zelenyh-prostranstv-dlya-zaschity-zdorovya-naseleniya-gorodov> (дата обращения: 29.10.2025г.).
2. Панчук А. А. «Проблемы и перспективы озеленения крупных городов России: экономические, экологические и социальные аспекты (на примере Санкт-Петербурга)» // Вестник Российской академии естественных наук. 2015. Т. 19, № 2. С. 48-51 (дата обращения: 29.10.2025г.).
3. Ахметьянова Ю. М. «Роль зеленых насаждений в улучшении экологических условий проживания в городах» // Архитектура и экологическое градостроительство. 2023. – URL: <https://apni.ru/article/5732-rol-zelenikh-nasazhdenij-v-uluchshenii-ekolog> (дата обращения: 29.10.2025г.).
4. Министерство природных ресурсов и экологии Новосибирской области. – URL: <https://mpr.nso.ru/news/8797> (дата обращения: 29.10.2025г.).
5. Ерофеева С. В. Зеленая инфраструктура в российских городах: современные подходы и вызовы // Архитектура и строительство России. 2019. № 7. (дата обращения: 29.10.2025г.).
6. Лебедева Н. П. Городская среда в условиях климатических изменений // Экология и урбанистика. 2021. № 4.
7. Международный фонд зеленых насаждений. Городское озеленение: мировой опыт и российские особенности. Москва, 2020. (дата обращения: 29.10.2025г.).