

СТРАХ СМЕРТИ В СТАРЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ И ЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Садирова Зумрад Кудратжоновна
Магистрант 1 курса по направлению “Психология”
Международной исламской академии Узбекистана

Расулова Феруза Файзуллаевна
Доцент кафедры “Психология религии и педагогика”
Международной исламской академии Узбекистана,
доктор философии по психологии (PhD)

Аннотация

Статья посвящается к вопросам отношения престарелых людей к феномену смерти, причины возникновения страха смерти и факторы, влияющие на возникновение самого страха перед предстоящей смертью. Философское рассуждение о смерти, её понятие как неизбежности, завершение жизни и мышление о том, что после смерти ожидается. В работе описывается какие могут быть психологические последствия при возникновении у пожилых людей страха смерти и как можно оказать им психологическую помощь.

Ключевые слова: старость, отношение к смерти, страх смерти, семья, причины и факторы возникновения страха смерти.

Introduction

Введение. Жизненный цикл всего живого на нашей земле имеет свое начало – зарождение, и конец – прекращение, который имеет свои периоды: рождение – рост – активная жизнедеятельность – старение – смерть. Этот цикл также не исключил такую участь для человека.

Старение – это неизбежный и закономерный процесс, ведущий к понижению жизнеспособности индивида. С определённого возраста у каждого человека начинаются изменения во внешнем облике и внутри организма. Постепенно снижается активность, ограничиваются движения, уменьшаются физические силы. Во всех системах организма происходят изменения, нарушающие его функциональные возможности. Учёные, занимающиеся проблемой пожилого возраста, нарисовали следующий портрет такого человека – это снижение самооценки, неуверенность в себе, недовольство собой, боязнь одиночества, беспомощность, обнищание, угрюмость, раздражительность, пессимизм, снижение интереса к новому, в конце *страх смерти*. Как следствие – это брюзжание, ворчливость, замыкание интересов на себе, эгоистичность, неуверенность в завтрашнем дне [1].

Если животные не понимают (возможно чувствуют) приближение смерти, то они только инстинктивно пытаются выжить, а человек наделенный разумом знает и понимает

природу смерти, его приближение до наступления самой смерти, и это обстоятельство формирует чувство страха смерти.

С достижением преклонного возраста каждый человек задумывается о смерти и это естественный процесс. Об этом рассуждали философы в древности, об это повторяли в средние века в эпоху Возрождения, да и в настоящее время современники продолжают рассуждать: о самой смерти написано много научных книг и статей, в которых философы, ученые и многие исследователи спорят, как понять, что человек умер, почему человек так боится умирать и как этот страх смерти влияет на жизнь человека. Кажется всё просто в понимании: «Каждый человек смертен, и даже я рано или поздно умру». Эта мысль очевидна, но большую часть нашей жизни мы про смерть не вспоминаем, слишком заняты более насущными делами: как спланировать день, что поесть, надеть, как найти новую работу и т.д. Но стоит человеку попасть в опасную ситуацию (авария, в зону турбулентности в самолете и т.п.), прочитав в новостях про атаку террористов, страшную катастрофу или узнать о смерти кого-то из знакомых, как мы снова вспоминаем о том, что наша жизнь может также внезапно закончиться, а вместе с ней и кофе по утрам, и просмотры фильма, и семейные ужины, отдых на природе, шашлыки и т.д.

Думать о смерти – неприятно и страшно, так стоит ли вообще о ней думать? Дело в том, что смерть и наше отношение к возможности умереть в любой момент влияет на то, как мы живем: как и с кем проводим время и что считаем важным и ценным. Можно испугаться своей смертности и отчаянно цепляться за жизнь, пытаясь прожить как можно больше хорошего и как можно меньше плохого. А можно отрицать смерть и жить так, как будто всё это будет существовать вечно. Или можно использовать жизнь с умом, реализуя свои возможности, но постоянно повторяя себе «memento mori», то есть «помни про смерть» [2].

Еще Марк Туллий Цицерон (род. в 43 г. до н.э.) в своей работе «Моральные размышления о старости, о дружбе, об обязанностях» видит четыре причины, по которым старость может показаться жалкой: «Первая – в том, что она будто бы препятствует деятельности; вторая – в том, что она будто бы ослабляет тело; третья – в том, что она будто бы лишает нас чуть ли не всех наслаждений; четвертая – в том, что она будто бы приближает нас к смерти» [3]. Таким образом, одним из страхов старости является приближение смерти, которую Цицерон призывает либо презирать, поскольку с точки зрения человека той эпохи никому не подвластно изменить свою судьбу, либо смерти нужно даже желать, так как, возможно, после смерти душа человека обретает счастье.

Актуальность самого феномена смерти в современной мире и жизнедеятельности человека очевидна. Тема смерти позволяет приблизиться к пониманию сущности бытия и смысла человеческой жизни. Из факта существования смерти во многом проистекает и философия.

Основная часть. Старость – последний период онтогенеза человека, который является процессом индивидуального развития организма от момента оплодотворения яйцеклетки до конца жизни. Для людей преклонного возраста приходит то самое время, когда

приходится взглянуть в лик смерти. Неприятие этого факта неизбежно повлечет за собой страх перед осознанием приближения смерти. Существуют разные взгляды на появление страха смерти и его роль в жизни человека. Считается, что сам страх смерти характерен человеку изначально и он проявляется на разных возрастных этапах, или появляется в конце жизни при неблагоприятных условиях личностного развития. Согласно теории Эрика Эриксона (американский психолог, 1902-1994 гг.) страх смерти возникает в конце жизни, если не достигается или утрачивается целостность личности, и главные переживания пожилого человека сводятся к чувствам отчаяния и безысходности. В таких случаях «судьба не принимается как обрамление жизни, а смерть – как ее последняя граница» [4].

Проявление неконтролируемого страха перед чем-нибудь, чего-нибудь, кого-нибудь, обстоятельств и т.д. по-другому называется фобией. **Фобия** (от др.-греч. φόβος «страх»), **боязнь** – симптом, сутью которого является иррациональный неконтролируемый страх или устойчивое переживание излишней тревоги в определённых ситуациях или в присутствии (ожидании) некоего известного объекта [5].

В рассматриваемой в нашей статье фобия страха смерти называется танатофобией.

Танатофобия – психологическое расстройство, характеризуется патологическим страхом смерти. Ужас вызывается не только собственной смертью, касается родственников и друзей, создавая значительное беспокойство и негативно влияя на качество жизни. Основа фобии – опасения перед неизвестностью. Люди, страдающие этим расстройством, испытывают беспокойство из-за невозможности знать, что их ждет после кончины, что усугубляется отсутствием четких ответов на вопросы о существовании после смерти. Страх смерти у человека проявляется в ужасе перед болезнями и потерей контроля над собственной жизнью, особенно в свете неизбежности и необратимости смерти. Часто связано с потерей родных людей, что усиливает ощущение беспомощности и уязвимости [6].

О страхе смерти российский психотерапевт Анна Кузьмина сказала: «Страх умереть – тревожное состояние, связанное с переживанием о собственной кончине, а также об уходе близких. С точки зрения выживания он нужен, чтобы сохранить человеческий вид, защититься от опасностей. То есть можно сказать, что страх за свою жизнь – это вполне нормально и продиктовано необходимостью выжить и продолжить род» [7].

Знание социально-психологических проблем, возникающих в пожилом возрасте, специфики протекания процесса старения, активное включение пожилых людей в общественные отношения являются условием оптимизации отношений в обществе между представителями различных возрастных групп и полов. В процессе жизни человек проходит через ряд стадий своего развития, на которых возникают свои задачи и приоритеты, жизненные проблемы и связанные с ними переживания.

Возрастные периоды насыщены психологическими и поведенческими особенностями, которые за пределами этого возраста не повторяются. Переход от старого качественного состояния к новому связан с прохождением и преодолением возрастных кризисов, которые учёные рассматривали как противоречие между актуальными потребностями и

возможностями личности. Наступление кризиса связано не с хронологией жизни, а с жизненными поворотными событиями, заставляющими человека переосмысливать своё прошлое, пересматривать цели, менять ведущие мотивы, связанные с системными изменениями в сфере социальных отношений, деятельности и сознания [8].

Во второй половине XX века заметно возрастает интерес к этическим проблемам смерти человека. Это объясняется следующим: демографическими сдвигами в возрастной структуре населения большинства развитых стран, значительным увеличением численности лиц в возрасте 60 лет и старше; изменением общей картины заболеваемости и смертности населения – выдвиганием на первые места по причинам смертности болезней, характерных преимущественно для пожилых людей и людей старческого возраста (кардиологических и онкологических); использованием новейших медицинских технологий, продлевающих человеческую жизнь; развитием трансплантологии и т.д.

По данным Агентства статистики при Президенте Республики Узбекистан коэффициент старения в последнее время растет, что показывает динамика роста:

Год	2018	2019	2020	2021	2022
% населения старше 65 лет	4,6	4,8	4,9	5,1	5,4

Коэффициент старения – трехэтапный критерий, разработанный демографами ООН для оценки процесса старения. Согласно этому, если доля населения в возрасте 65 лет и старше составляет менее 4,0%, то это демографический возраст, а если 4,0-7,0%, то это уже на пороге старости, если он превышает 7,0%, то население считается демографически пожилым.

По состоянию на 1 января 2023 года численность населения Узбекистана в возрасте 65 лет и старше составила 5,4%. Это означает, что, согласно международным критериям, население входит в число стран, стоящих «на пороге демографического старения» [9].

Тема смерти человека неизменно занимала важное место в истории. Страх перед её непреодолимостью и необходимость «примирения» с ее неминуемостью всегда сопровождал человечество.

Французский философ, создатель концепции деконструкции Жак Деррида (фр. *Jacques Derrida*; 1930-2004 гг.) в своей работе «Я веду войну с самим собой» писал: «Учиться жить, должно означать учиться умирать, понять абсолютную смертность, чтобы принять ее (без спасения, воскресения и искупления) – ни для себя, ни для другого» [10].

Древнегреческий философ Эпикур (др.-греч. *Ἐπίκουρος*, 342/341 до н.э. — 271/270 до н.э.) – самый цитируемый философ, когда дело касается смерти. А всё потому, что он в своей работе «Письмо к Менекею» первым сформулировал забавный парадокс: «Когда мы есть, то смерти еще нет, а когда смерть наступает, то нас уже нет. Таким образом, смерть не существует ни для живых, ни для мертвых, так как для одних она сама не существует, а другие для нее сами не существуют» [11].

И вправду логично: пока мы живем, мы еще не умерли, зато когда уже умерли, то перестаем жить. Смерть по-эпикурейски: забыть на смерть и наслаждаться жизнью. К тому

времени, как за нами придет смерть, нас уже не будет, а пока мы живем, невозможно ощутить собственную смерть.

Конечно, Эпикур не отрицал, что мы всё равно сталкиваемся со смертью, пока живем. Но это всегда смерть других людей. Мы скорбим о них и страдаем из-за того, что близкие люди нас покинули. Мы проклинаяем смерть и считаем ее источником наших бед, хотя на самом деле мы грустим о самих себе: о том, что родные больше нас не обнимут, мы не посмотрим вместе кино, и они никогда нам не улыбнутся. Но сама по себе смерть – не страдание, но и не удовольствие, а всего лишь прекращение любых ощущений.

Постоянно присутствующее подсознательное предчувствие близкой кончины и/или ее повышенной вероятности является характерной особенностью психологического состояния в пожилом возрасте и в старости. В процессе взросления, а потом и старения, при терминальных стадиях хронических заболеваний, в ситуации войн и катастроф, и даже обычной бытовой «усталости» смерть теряет свои неопределенные очертания, становится близким и глубоко личным явлением. Пожилой и старческий возрасты чаще других связаны с переживанием надвигающейся смерти, ее осмысление входит в спектр возрастных задач.

Попытка понять общие и индивидуально-специфические черты пожилого или старого человека означает попробовать осмыслить его жизненный путь: прошлое, настоящее, вероятное будущее, рождение и смерть. Последний «означивает» жизненную ситуацию пожилого и старого человека, придает жизни, ее смысловым этапам как экзистенциальному феномену завершенность и внутреннюю целостность. Одна из сущностных черт жизни старого и пожилого человека состоит в том, что он все полнее оказывается перед лицом смерти. Мысли о скорой и неизбежной смерти, так или иначе, присутствуют в сознании каждого, кому «за 60», как сверхценные переживания [12].

Изучая вопрос возникновения природу сильного страха смерти, которая, как обычно, развивается из-за личных переживаний и культурных, философских убеждений, можно выделить следующие причины его развития[13]:

- боязнь неизвестности: перед внезапным ухудшением самочувствия и потерей сознания, а также самого собственного существования;
- потеря близкого человека: уход из жизни родственников, друзей, испытание этих потерь и возможность потерять других значимых людей;
- одиночество и заниженная самооценка: в последнее время увеличивается количество людей пожилого возраста, остающиеся одни, что вызывает чувство, что собственный уход останется незамеченным;
- суеверия и религиозные убеждения: к старости люди начинают вспоминать и оценивать свою прожитую жизнь и свое отношение к окружающим, что вызывает у некоторых появляется боязнь наказания в загробной жизни или ада;
- боязнь не успеть реализовать планы: каждый человек мечтает о многом, но жизнь показывает, что не все из запланированных целей достигается, и касается это тех людей, которые стремятся достичь определенных целей;

- боль и мучительная кончина: многие люди преклонного возраста начинают ассоциировать свой уход с физическими страданиями, особенно больные и те кто боится заболеть чем-то серьезным;

- воздействие медиа: информация о ситуации в стране и в целом в мире (*резкое изменение обстановки, борьба ведущих стран, приводящих к неожиданным социально-экономическим трудностям и т.п.*), увлечение фильмами ужасов, криминальными новостями и т.п.;

- потеря контроля: перфекционисты и люди, желающие контролировать все моменты своей жизни, начинают бояться своей «финишной» прямой, так как это обстоятельство полностью выходит из-под контроля.

Это естественные чувства, могут быть и другие факторы, которые могут влиять на человека на появление страха смерти, в т.ч. отношение близких, друзей, знакомых, окружающих человека, обстановка в которой постоянно находится человек и т.д. При чрезмерности и навязчивости этих чувств указывает на танатофобию.

По мере продвижения по жизни и приближения к ее концу может усиливаться осознание своей смертности. Вызванный этим страх смерти может приводить к различным психологическим нарушениям (депрессивным, тревожным расстройствам и т.д.).

Семейный статус. Более одинокие пожилые люди, оставшиеся без социальной поддержки, испытывают больше тревоги о смерти. Наличие супруга позволяет меньше беспокоиться о смерти, в особенности, для женщин. Однако проживание со своими детьми и эмоциональная близость с ними, наоборот, приводит к усилению страха смерти [14]. Это возможно связано с тем, что страх смерти у пожилого человека приводит к страху о том, как дети примут смерть близкого человека.

Психологические и физические нарушения. Существуют исследования, подтверждающие, что страх смерти у пожилых людей связан с большими физическими и психологическими проблемами, а также с менее целостным эго, высоким уровнем депрессии, дистресса и наличием недавних стрессовых факторов [15]. Также страх смерти выше у пожилых людей, прикованных к постели, в отличие от активных сверстников.

Религиозность. Существуют исследования, подтверждающие, что более религиозные пожилые люди (приверженцы разных конфессий) испытывают меньше тревоги по поводу своей смерти. Однако было обнаружено, что участники с большей внутренней религиозностью чаще избегали темы смерти. Важно уточнить, что, как показало исследование Clements для снижения тревоги о смерти религиозность должна быть внутренней, а не внешне мотивированной [16].

Российский психолог, доктор психологических наук М.Р. Арпентьева своей работе подчеркивает, что психологическая помощь престарелым может и должна быть направлена на развитие: компенсация потерь, утешение и жалось к пожилым и старым людям, отстаивание их прав, хотя и привлекательны с точки зрения обыденности, с точки зрения самого развития и жизни деструктивны. Только ориентация на самые высокие достижения, преобразование престарелыми людьми самих себя по-настоящему продуктивно и целительно. Ключ к исцелению – радикальная трансформация, поиск и свободная реализация жизненного предназначения, решение возрастных и всевозрастных задач познания, общения, отношений и деятельности. Осознание парадоксов старения:

соединения большого и малого, потерь и приобретений, успехов и неудач, настойчивый поиск и реализация «истинных ценностей», реальные, не-фиктивные отношения с миром (см. табл.) [17].

Типы отношения пожилых и старых людей к смерти и психологическая помощь

Тип № 1 Гармоничный	Тип № 2 Страшащийся	Тип № 3 Игнорирующий	Тип № 4 Неустойчивый
Принятие смерти как части жизни, самоэффективность и «подсчет сокровищ», трансформация и открытость новому: пониманию, отношениям и моделям поведения	Нежелание расставаться со всем, что было дорого сердцу, и с теми, кого искренне любили или к кому были сильно привязаны, ревнивость и жадность. Не осмысленный и не интегрированный опыт общения со смертью. Экзистенциальный страх перед смертью – своей и близких, экзистенциальная тревога и незащищенность, страх неопределенности, низкая фрустрационная толерантность, страх перед бессмысленностью жизни и старческое слабоумие, иные формы регресса как отказа от жизни и смерти	Одиночество, социальная изоляция и разобщенность людей. Горделивость и непонимание. Страх смерти скрывается под маской ее игнорирования и незначимости смерти и умирания, психосоматические и психические нарушения носят скрытый характер, латентная агрессия и самоагрессия, немотивированные суициды. Проявления одержимости собой – своими проблемами, конфликтами, в неспособности понимать другого, проявлять искренний интерес к чужой жизни, внутренне включаться в нее	Экзистенциальный вакуум: отсутствие цели и смысла в жизни. Неискренность и неаутентичность. Пустое существование. Лжеконгруэнтность. Страх социального отвержения и несоответствия, вина выжившего и дезориентация, невозможность сформировать новую идентичность, поиск нового «хозяина» («феномен Душечки»). Отсутствие проекта жизни, который возникает только при принятии и осознании факта конечности существования
Продуктивное горевание, соединение прошлого и настоящего, память как механизм горевания, «перераспределение энергии»	Предвосхищающее горевание, ступор и злоба как реакции на смерть близкого человека, мумификация и ригидность, страх и «сбывающиеся пророчества» других, потеря, смерть вдогонку умершему. Ускоряется развитие латентно (скрытно) протекавших болезней. Смерть других, в какой-то мере – собственная социальная смерть, вызывает глубокую тревогу, фрустрированность	Отсроченное горевание, «некогда горевать» или «не о ком», реакции амнезии, разрывы отношений как предательства, десакрализация, изъятие энергии и перевод ее на другие объекты, проявления психической патологии, попытки сохранить привычное и порядок жизни, ирреальность смерти, идея всемогущества, omnipotencia как вера в то, что «смерти и болезней можно избежать»	Обострения горевания, переживания предательства, мести себе или окружающим, страх не соответствовать нормам горевания («все как у людей»), попытки заглушить голос совести – наркомании как медленные формы суицида. Неподлинное, лишённое экзистенциального смысла бытие. Ужас перед неизвестным и неопределённым, страх изменений
Психологическая помощь: фокусы и технологии			
Поддержка самореализации – предназначения, осознания свободы выбора и потребности служения, развития и «жизненного потока», технологии социального служения, самопомощи и взаимопомощи, опыт «космической идентичности»	Поддержка развития: работа с комплексом Ионы, открытой и латентной агрессией, использованием смерти для отказа от развития, трудотерапия и технологии социального служения, осмысление цикличности жизни и ее диалектических противоречий	Поддержка развития, ресакрализация и проработка проблем «предательства», помощь в создании «недефициентных» отношений, привлечение технологий взаимопомощи и социального служения, осмысление родовой и человеческой идентичности	Помощь в развитии как восстановление внутренних приоритетов, трансформация ценностей и помощь в оформлении новой идентичности и целей жизни, арт-терапия и библиотерапия, работа в группах взаимопомощи, преодоление отчуждения от себя самого

Заклучения и рекомендации. В представленной статье мы рассмотрели природу возникновения страха смерти у престарелых людей, факторы и причины его возникновения, и их последствия на пожилых людей. Учитывая мировой опыт и исследования в вопросе страха смерти у престарелых людей, и зная, что в нашем обществе большинство семей живут полигамно, молодые семьи живут вместе с родителями, дедушками и бабушками, традиция уважения и почитания к старшим, особенно пожилым, можно сказать, что многие престарелые люди в Узбекистане часто не задумываются и не придают особенного значения к предстоящей смерти.

Необходимо отметить, что более 90% населения в Узбекистане исповедуют Ислам, религия которой разъясняет и готовит мысленно мусульман о самой понятии смерти, что это неизбежность и жизнь есть временное пребывание как испытание. Поэтому у многих нет такого сильного страха как танатофобия, но в последнее время когда молодые люди стараются жить отдельно от своих родителей и предков, есть тенденции роста одиноких престарелых людей, также влияние экономической нестабильности у некоторых полигамно проживающих с пожилыми людьми, у последних наблюдается очевидных страх смерти, вызывающих у них психологические расстройства, требующих необходимой помощи.

Здесь уместно, изучение и проведение социально-психологических исследований отношения престарелых людей к смерти, выявление среди них страдающих танатофобией и принятие соответствующих мер по оказанию им психологической помощи. Привлечь к этой работе органов самоуправления граждан, общественность, освещать в СМИ эти проблемы и ответственного подхода всего общества к решению мер по данной проблематике.

Литература:

1. М. В. Канделя, Л. А. Койсман, В. П. Назарова. Педагогические науки. Физиологические и психологические изменения в пожилом возрасте. ISSN 2227-1384 «Вестник Приамурского государственного университета им. Шолом-Алейхема» № 2(35)2019 – С.12.
2. Анастасия Бабаш. Вам смерть стоическую или по-эпикурейски? *Как разные философские школы учат умирать*. Веб-сайт НОЖ. 2018, - С. 9. <https://knife.media/die-like-a-philosopher/>.
3. Цицерон М.Т. Моральные размышления о старости, о дружбе, об обязанностях. М., 2010. Герасимова В.Ю. Отношение к старости через призму отношения к смерти. Журнал: Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. № 2 – 2015. С. 226-249.
4. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Прогресс, 1996. С. 344.
5. American Psychiatric Association (2013), Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.), Arlington: American Psychiatric Publishing, pp. 190, 197–202, ISBN 978-0890425558. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Фобия>
- 6-7. В. Шнуров. Танатофобия. Психиатрическая клиника. <https://psychiatr.clinic/blog/strakh-smerti/>

8. В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе,– М.: Школьная Пресса, 2000. С. 416.

9. Агентство статистики при Президенте Республики Узбекистан. Демографическая ситуация в Республике Узбекистан. Т.: - 2023, С. 27. https://stat.uz/images/uploads/reliz-2023/demografiya-press-reliz-25_07_2023-rus.pdf.

10-11. Анастасия Бабаш. Вам смерть стоическую или по-эпикурейски? *Как разные философские школы учат умирать*. Веб-сайт НОЖ. 2018, С. 9. <https://knife.media/die-like-a-philosopher/>.

12. Черносвитов Е.В. Социальная медицина. – М.: ГИЦ «Владос», МГСУ, 2000. – 304 с. <https://elibrary.ru/item.asp?id=26193741>.

13. В. Шнуров. Танатофобия. Психиатрическая клиника. <https://psychiatr.clinic/blog/strakh-smerti/>.

14. Bakan A.B., Arli, S.K., Yıldız, M. Relationship Between Religious Orientation and Death Anxiety in Elderly Individuals // Journal of Religion and Health. 2019. № 58. pp. 2241-2250. URL: <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00917-4> (application date: 13.03.2023).

15. Wink P., Scott J.E. Does religiousness buffer against the fear of death and dying in late adulthood? Findings from a longitudinal study // The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences. 2005. Vol. 60. № 4. pp. 207-214. URL: <https://doi.org/10.1093/geronb/60.4.P207> (application date: 13.03.2023).

16. Clements R.P. Intrinsic religious motivation and attitudes toward death among the elderly // Current Psychology. 1998. № 17. pp. 237-248. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12144-998-1009-4> (application date: 13.03.2023).

17. М.Р. Арпентьева. Отношение престарелых людей к смерти и психологическая помощь в ситуациях умирания и острого горя. Журнал: Паллиативная медицина и реабилитация.

© 2000-2025 ООО «Научная электронная библиотека».
<https://elibrary.ru/item.asp?id=26193741>