

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОЙ ВРАЧЕБНО-ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ДИСПАНСЕР

тел./факс гл. врача 53-85-41
E-mail: gvfd@skv.ru
<http://www.gvfd.sky.ru>

620027, г. Екатеринбург, ГСП-388, ул. В. Еремина, 15

№ _____

« ____ » _____ 20__ г.

Опыт применения аппарата «СЕМ-ТЕСН»

(исполнение АНТИСТРЕСС+) в игровых видах спорта

Профессиональную спортивную деятельность можно рассматривать как цепь физических и эмоциональных стрессовых ситуаций. Повышенные физические нагрузки на грани физиологических возможностей организма, спортивные неудачи, конфликты с тренером и коллективом, опасность снижения социально-экономического статуса являются факторами, способными привести как к развитию нарушений в состоянии гомеостаза, так и аффективных расстройств у спортсменов.

Цель исследования: оценить эффективность применения аппарата «СЕМ-ТЕСН» в коррекции и оптимизации регуляторных систем организма и психоэмоционального статуса спортсменов.

Материалы и методы исследования.

В исследовании приняли участие 24 девушки-спортсменки, члены сборной команды России по баскетболу, в возрасте 16-17 лет в период подготовки и участия в Чемпионате Европы 2009 г. Исследование регуляторных систем проводилось на учебно-тренировочном сборе, а психоэмоционального статуса – в период участия в играх Чемпионата Европы.

Как метод контроля на первом этапе использовались показатели вариабельности сердечного ритма с помощью программно-аппаратного комплекса «Кардиолаб МД», на втором – психологическое тестирование по тесту POMS.

Спортсмены были распределены на две группы: у 1-ой проводились воздействия аппаратом «СЕМ-ТЕСН» на БАТ МС.6 (ней-гуань) – справа в течение 10 дней; у 2-ой – коррекция традиционными средствами (массаж, фармакологические препараты).

Результаты исследования

Результаты исследования (таблица 1) показали, что регуляторные процессы организма лиц, получавших воздействие аппаратом «СЕМ-ТЕСН», перешли на более экономическую деятельность, т.е. у них в большей степени уменьшилось симпатическое влияние по сравнению с теми, кто получал традиционные средства.

Разница ЧСС до и после процедуры – 3,0 уд./мин. (у спортсменов 2-ой группы – 0,47 уд./мин.), SDNN увеличилось на 2,23 (2-ая группа – 0,13), а стресс-индекс уменьшился на 27,23 ед. (2-ая группа – 5,01 ед.), индекс централизации уменьшился на 0,80 ед. (во 2-ой группе – увеличился на 0,07 ед.). В показателе активности регуляторным систем организма в 1-ой группе после курса «СЕМ-ТЕСН» больше преобладала парасимпатическая компонента, чем симпатическая, во 2-ой группе наоборот.

Таблица 1.

Показатели вариабельности ритма сердца до и после «СЕМ-ТЕСН»
и пассивного отдыха.

Показатель	«СЕМ-ТЕСН» (n=24)				Пассивный отдых (n=10)			
	До	После	Разн.	t	До	После	Разн.	t
ЧСС	76,54±1,85	73,54±1,64	-3,00	1,21	47,49±1,17	74,32±1,08	-0,47	0,30
SDNN	59,77±3,21	62,00±3,26	2,23	0,49	61,28±2,82	61,40±2,79	0,13	0,03
SI	139,58±32,91	112,35±26,86	-27,23	0,64	110,32±10,40	105,31±8,84	-5,0	0,37
IC	3,09±0,50	2,29±0,32	-0,80	1,34	2,32±0,30	2,39±0,28	0,07	0,17
ПАРС общ.	4,10±0,25	3,75±0,25	-0,35	1,00	3,86±0,20	3,71±0,18	-0,15	0,56
ПАРС сим.	1,77±0,26	1,23±0,21	-0,54	1,61	1,43±0,16	1,48±0,15	0,06	0,26
ПАРС п/сим.	2,33±0,24	2,54±0,26	0,21	0,58	2,46±0,19	2,22±0,17	-0,24	0,9

На втором этапе исследований (игры Чемпионата Европы) – в I-ой группе проводилось воздействие «СЕМ-ТЕСН» после каждой игры (12 игр), 2-ая группа – фармакологическая коррекция.

Результаты исследований психоэмоционального статуса представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Динамика показателей психоэмоционального статуса спортсменов по данным теста РОМС.

Показатель (балл)	До нагрузки			После нагрузки		
	До исследования	После исследования	p	До исследования	После исследования	p
Напряжение- тревожность (T)	40,4±5,2	38,3±3,5	0,2	39,3±4,6	38,6±4,8	0,7
Депрессия- подавленность (D)	42,8±4,5	38,5±1,6	<u>0,002</u>	41,4±5,5	37,5±1,4	<u>0,01</u>
Гнев- агрессивность (A)	42,8±5,8	40,7±2,4	<u>0,002</u>	43,4±6,6	41,0±3,5	<u>0,02</u>
Сила- активность (V)	54,7±4,9	51,3±4,9	0,07	54,0±5,2	51,0±4,9	0,1
Усталость- инертность (F)	39,2±3,3	37,3±4,1	0,1	38,5±4,6	35,9±1,8	<u>0,001</u>
Смушение- замешательство (C)	39,7±5,7	35,6±3,3	<u>0,02</u>	38,4±6,1	34,2±2,9	0,02

Как следует из таблицы 2 как до игры, так и после, по большинству показателей психоэмоционального статуса по тесту POMS в ходе воздействия

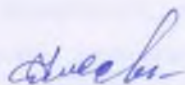
«СЕМ-ТЕСН» были получены достоверные различия, более выраженные после игр.

Отмечалось снижение депрессии, агрессивности, замешательства, а после игр – усталости.

Это служит подтверждением уменьшения на фоне воздействия «СЕМ-ТЕСН» не только физического утомления, показанного выше (вариабельность сердечного ритма), но и –психического как исходного, так и в реакции на острый физический стресс.

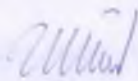
Таким образом, полученные данные дают основания полагать, что применение аппарата «СЕМ-ТЕСН» в игровых видах спорта является перспективным в коррекции негативных проявлений как в функциональном состоянии, так и психозмоционального статуса.

Главный врач ГВФД :



/ Севастьянов /

Врач национальной команды
России по баскетболу:



/Шестаков/