



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ**

**Збірник тез
III Молодіжної науково-практичної конференції з міжнародною участю
«Молодий вчений: сучасні тенденції формування
та збереження здоров'я людини»
19-20 червня 2020 року, м. Харків**

Тези III Молодіжної науково-практичної конференції з міжнародною участю
«Молодий вчений: сучасні тенденції формування та збереження здоров'я людини»
Матеріали публікуються у науковому журналі
Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології

Харків, 2020

«Сучасні питання фізичної реабілітації, рекреації та фізичного виховання різних груп населення». Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології / 19-20 червня 2020 р. / 2020. 3(1), 51 с.
(Укр., Англ., Рос.)

В збірнику тез представлено теми за такими напрямками, як сучасні освітні оздоровчі стратегії та інноваційні технології; медико-біологічні та психолого-педагогічні аспекти здоров'я; сучасні підходи до фізичної терапії та ерготерапії при різній патології; формування мотиваційних принципів здорового способу життя; спортивна медицина та адаптивне фізичне виховання; спорт як пріоритетний напрям у формуванні здорового способу життя.

Матеріали представляють теоретичний і практичний інтерес для докторантів, аспірантів, магістрів, студентів, фізичних реабілітологів/терапевтів, ерготерапевтів, лікарів фізичної та реабілітаційної медицини, викладачів навчальних закладів, вчителів середніх/молодших шкіл, тренерів, спортсменів.

Електронна версія збірника розміщена на сайті:

http://journals.uran.ua/frir_journal

Редакційна колегія збірника і організаційний комітет конференції

Головний редактор:

Пустовойт Б. А., д-р мед. наук, професор, кафедра фізичної терапії, Харківська державна академія фізичної культури

Редактор:

Калмикова Ю.С., канд. наук з фізичного виховання і спорту, доцент, кафедра фізичної терапії, Харківська державна академія фізичної культури

Члени редакційної колегії:

Калмиков С.А., канд. мед. наук, доцент, кафедра фізичної терапії, Харківська державна академія фізичної культури

Без'язична О.В. старший викладач кафедри фізичної терапії, Харківська державна академія фізичної культури, відповідальна за студентську науку на кафедрі

Голова оргкомітету:

Пустовойт Борис Анатолійович, завідувач кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, доктор медичних наук, професор

Члени оргкомітету:

Єфіменко Павло Богуславович, професор кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, кандидат педагогічних наук, професор

Калмиков Сергій Андрійович, доцент кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, кандидат медичних наук, доцент

Калмикова Юлія Сергіївна, доцент кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Дугіна Ліана Вячеславівна, доцент кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Каніщева Оксана Павлівна, доцент кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Пашкевич Святослава Адамівна, доцент кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури, кандидат медичних наук, доцент

Без'язична Ольга Володимирівна, старший викладач кафедри фізичної терапії Харківської державної академії фізичної культури

ЗМІСТ

Неведомська Є.О., Буко А. Я. Рівень обізнаності студентів-першокурсників щодо застосування анаболічних стероїдів спортсменами	4-7
Калмыкова Ю.С, Янушпольская О.А., Калмыков С.А., Безъязычная О.В. Кинезотерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у студентов, отнесенных к специальным медицинским группам	8-12
Мятыга О.М., Таможанська Г.В., Петренко А. Методики респіраторної фізичної терапії при пневмонії у дітей	13-16
Романчук О.П., Гузій О.В. Особливості регуляції дихальної системи при формуванні перенапруження серцево-судинної системи за парасимпатичним типом	17-22
Kholodniak O.V., Tsyhankova K. Problems of university students traumatism in physical education classes	23-25
Козут А.С., Полковник-Маркова В.С. Теоретична підготовка пацієнтів з захворюванням серцево-судинної системи	26-29
Кравчук Ірина., Брелюс Г.М. Ефективність Цигун – терапії в комплексній фізичній терапії при стресовому порушенні зору у студентів вищих навчальних закладів	30-34
Хірна О.В., Федяй І.О. «Цигун» – генератор життя	35-39
Пате Юлія, Без'язична Ольга Природні лікувальні фактори лікувально-оздоровчого комплексу курортів Словенії «TERME KRKA»	40-42
Сидорчук М.Ю., Любинський Д.В. Роботизовані системи у фізичній терапії	43-45
Ермакова С.Н., Ермаков Н.И. Использование фитбол-мячей в системе физического воспитания как средство профилактики и укрепления опорно-двигательного аппарата и повышения уровня физической активности детей	46-50

Кинезотерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у студентов, отнесенных к специальным медицинским группам

¹Калмыкова Ю.С., ²Янушпольская О.А., ³Калмыков С.А., ⁴Безъязычная О.В.
^{1,2,3,4}Харьковская государственная академия физической культуры

Введение. Социально-экономические изменения за последние десятилетия повлияли на состояние здоровья населения нашей страны. Несмотря на это требует особого анализа состояние здоровья студентов высших учебных заведений, процент заболеваемости которых с каждым годом растет, что влияет на их двигательную активность, работоспособность и успеваемость [4,20,22]. Данная проблема касается разных направлений: организации профессиональной деятельности, занятий физическими упражнениями, организации досуга, питания, спорта, медицинского обслуживания. Одной из составных частей этой проблемы является организация занятий лечебной физической культуры (ЛФК) у студентов высших учебных заведений, которые по состоянию здоровья занимаются в специальных медицинских группах (СМГ) [3,4,18,21].

Вопрос сохранения и укрепления здоровья должно предусматривать рациональное сочетание новых подходов к физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп и применения новых восстановительных технологий. Кинезотерапия является мощным фактором оздоровительного воздействия на организм студентов. Она способствует достижению ремиссии заболевания, восстановлению функции внешнего дыхания, улучшению физической подготовленности, работоспособности, а значит, и успеваемости студентов [2,4].

Цель работы – на основании проведения анализа научно-методической литературы охарактеризовать применение кинезотерапии при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у студентов специальных групп.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать применение кинезотерапии при заболеваниях сердечно-сосудистой системы у студентов специальных групп.

Методы исследования. В процессе исследования применялись методы анализа и синтеза современных научных источников.

Результаты. По данным Всемирной организации здравоохранения во всех странах мира заболевания сердечно-сосудистой системы занимают первое место среди других заболеваний [4]. Причиной может быть увеличение нервного напряжения, резкое снижение удельного веса физической работы, возникновение несоответствия между степенью мышечной активности и нервным напряжением со значительным преимуществом последнего. Ограничение движений сопровождается рядом функциональных расстройств системы кровообращения [17,24]. С каждым годом частота и тяжесть заболеваний сердечно-сосудистой системы неуклонно растут, все чаще заболевания сердца и сосудов наблюдаются у студентов вузов [2,4].

Медицинские осмотры студентов первых и предпоследнего курсов различных вузов показали, что наиболее частыми у них являются заболевания сердечно-сосудистой – ревматическое поражение сердца (ревматизм) и так называемые функциональные нарушения, неревматические кардиопатии, инфекционно-аллергические миокардиты, нарушения регуляции сосудистого тонуса, которые проявляются в форме синдрома ВСД, пороки сердца, артериальная гипотензия и гипертензия [4,13,17,19].

Большого внимания заслуживает организация и методика проведения занятий ЛФК со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, также имеет свои особенности [2;3;4].

При ревматических поражениях сердца, неревматических кардиопатиях, инфекционно-аллергических миокардитах у студентов специальных медицинских групп решаются следующие задачи ЛФК: усовершенствование компенсаций за счет активизации внесердечных факторов кровообращения; улучшение трофики сердца и тканей организма; повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной системы; повышение физической работоспособности у студентов СМГ [16]. На занятиях ЛФК студентами СМГ применяются упражнения динамического, общеразвивающего характера, которые активизируют все группы мышц; дыхательные упражнения (статические, динамические, диафрагмальное дыхание); упражнения на внимание; упражнения с предметами, на снарядах; упражнения на релаксацию; упражнения в подтягивании, спортивно-прикладные и циклические упражнения, такие как, ходьба, легкий бег, плавание и т.д. Противопоказаны упражнения с длительной задержкой дыхания, с ускорение, резкими движениями, быстрым темпом, со статическим напряжением [4;6].

Пороки сердца нарушают общее кровообращение, механизм и характер которого зависит от вида порока [4,5]. В группу А относят студентов СМГ преимущественно с пороком одного клапана (чаще с недостаточностью митрального клапана в период компенсации), продолжительность занятия лечебной гимнастикой в этой группе в подготовительном периоде – 25-30 минут, в основном и заключительном периодах - 35-40 минут. В группу Б относят студентов, у которых преобладает стеноз митрального клапана и комбинированные пороки сердца, занимаются лечебной гимнастикой в группах ЛФК в лечебных учреждениях, продолжительность занятия лечебной гимнастикой в начале курса ЛФК - 20-25 минут, в конце – 30-35 минут [4,7, 23,25].

Вегето-сосудистая дистония (ВСД) относится к распространенному заболеванию, которое охватывает половину населения, а именно 40-50% [1,12]. Считается, что ВСД страдают чаще всего молодое поколение (дети, подростки, молодые мужчины и женщины). В ряде случаев, студенты, которые перенесли повторные инфекционные заболевания, развиваются гипотонические состояния, в результате нарушения регуляции сосудистого

тонуса [8,15]. У студентів *по гипотоническому типу* применяют силовые упражнения с мышечным усилием - с отягощением со снарядами, на снарядах, с эспандерами и амортизаторами, в сопротивлении, они выполняются в медленном темпе; скоростно-силовые упражнения (с сопротивлением, отягощением, ускорения, прыжки, подскоки), в статическом напряжении; упражнения на координацию, для тренировки вестибулярного аппарата, дыхательные упражнения статического и динамического характера, а также подвижные игры и элементы спортивных игр [8,12], *по гипертоническому типу* следует избегать упражнений с большой амплитудой движения для туловища и головы, а также резко и быстро выполняемых движений и упражнений с длительным статическим усилием [9, 10,11, 12,14].

Выводы.

1. Важную роль в укреплении и сохранении здоровья студентов специальных медицинских групп, имеющих заболевания, играет кинезотерапия, являющаяся мощным фактором оздоровительного воздействия на организм студентов.
2. На занятиях со студентами упражнения подбираются индивидуально, строго дозируются, и выбор исходных положений зависит от заболевания.

Література

1. Бисмак, Е. В. (2008). «Комплексная физическая реабилитация женщин 21-35 лет, страдающих вегето-сосудистой дистонией по гипотоническому типу, на поликлиническом этапе реабилитации». Физическое воспитание студентов творческих специальностей, № 2, 97-103.
2. Бисмак, Е.В., & Пешкова, О.В. (2012). "Анализ нозологий у студентов специальной медицинской группы в связи с применением современных средств лечебной физической культуры", *Слобожанський науково-спортивний вісник*, № 3, С. 89-94.
3. Бісмак, О. В. (2015), "Directions of improvement physical rehabilitation of special medical group students with diseases of the cardiovascular system", *Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку*, С. 208-211.
4. Бісмак, О.В. (2010), *Лікувальна фізична культура у спеціальних медичних групах*, Вид-во Бровін О.В., Харків.
5. Бойко, С.М., Калмикова, Ю.С. (2015), "Дослідження ефективності фізичної реабілітації за функціональними показниками серцево-судинної системи при комбінованих аортальних пороках", *Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури*, № 2, С. 13-19.
6. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: [учебное пособие для Вузов] / В.А. Епифанов. – М.: Изд. дом «ГЭОТАР-МЕД», 2002. – С. 185-236.
7. Калмиков, С.А., Драніщева, О.В. (2015), "Фізична реабілітація при недостатності аортального клапану", *XV Міжнародна науково-практична конференція "Фізична культура, спорт та здоров'я"*, ХДАФК, Харків, С. 195-197.
8. Калмиков, С.А., Калмикова, Ю.С., Чухраєва, М.Г. (2016), "Особливості механізму лікувальної дії фізичних вправ при гіпотонічній хворобі", *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, № 2, С. 17-20.
9. Калмиков, С.А., Калмыкова, Ю.С., Поруччикова, Л.Г. (2015), "Оценка эффективности методик лечебной физкультуры при гипертонической болезни", *Проблеми безперервної медичної науки та освіти*, № 1(17), С. 19-24.

10. Калмикова, Ю.С., Калмиков, С.А., Садат, К.Н. (2017), "Застосування засобів фізичної терапії у відновному лікуванні гіпертонічної хвороби", *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, № 1, С. 16-26.
11. Калмикова, Ю. С., & Орщацька, Н. В. (2019). Сучасні погляди використання засобів фізичної терапії при артеріальній гіпертензії. *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, 3(1), 11-16.
12. Калмикова, Ю.С., Ракчєєва, О.В. (2016), "Актуальні питання лікувальної фізичної культури при нейро-циркуляторній дистонії", *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, № 2, С. 24-28.
13. Калмикова, Ю.С., Яковенко, Л.Ю. (2015), "Особливості застосування методик лікувальної фізичної культури при гіпертонічній хворобі І стадії", *Фізична культура, спорт та здоров'я: матеріали ІІ Всеукраїнської студентської наукової інтернет-конференції*, 10-11 грудня 2015 року, ХДАФК, Харків, С. 195-197.
14. Калмыков, С.А., Феде, Б.С. (2016), "Актуальные вопросы немедикаментозной терапии начальных стадий гипертонической болезни", *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*, № 3, С. 101-108.
15. Калмыкова, Ю.С., Хассан, БАМ. Анализ динамики гемодинамических показателей при нейроциркуляторной дистонии под влиянием средств физической реабилитации. *ББК*, 75, 50.
16. Мошков В.Н. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней / В.Н. Мошков. – [3-е изд.]. – М.: Медицина, 1977. – С. 302-319. 62
17. Николаева Л. Сердечно-сосудистые заболевания //Ростов-на-Дону: Изд-во «Проф-Пресс». – 2000.
18. Раевский Р.Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов /Р.Т. Раевский, С.М. Канишевский; Под общ. ред. Р.Т. Раевского. – О.: Наука и техника, 2008. — 556 с.
19. Рацун, М., Пешкова, О.В., Калмиков, С.А. (2015), "Комплексна фізична реабілітація при гіпертонічній хворобі І стадії на санаторному етапі реабілітації", *Актуальні проблеми медико-біологічного забезпечення фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації: матеріали І Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф.*, 23 квітня 2015 року, ХДАФК, Харків, С. 127-130.
20. Резенькова О.В. Физическая культура студентов специальных медицинских групп: учебное пособие / О.В. Резенькова, И.Е. Шаталова, Л.Б. Лукина. : МЦНИП; Киров; 2013.
21. Смирнов, И.Ю. Физкультура для специальной медицинской группы : методическое пособие / И.Ю. Смирнов.— Кострома : Изд-во Костром. гос. технол. ун-та, 2012. – 51 с.
22. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: метод. рекомендации для студентов гуманитар. вуза / Нар. укр. акад., [каф. физ. воспитания и спорта ; сост. М. А. Красуля]. – Харьков : Изд-во НУА, 2011. – 52 с.
23. Kalmykov, S.A. (2013), "Features of method of medical physical culture at insufficiency of aortic valve". *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, No. 1, pp. 25-29.
24. Serediuk N. M., Vakaliuk I. P., Stasishin O. S. Vnutrishnia medicina [Internal Medicine] //Kiev, NE Medicine. – 2010.
25. Kalmykov, S. & Kalmykova, Y. (2017), "Dynamics of cardiovascular parameters in combined aortic malformations under the influence of a physical therapy program during the rehabilitation process", *Slobozhanskyi herald of science and sport*, No. 6(62), pp. 43-47.

Інформація про авторів:

Калмикова Ю.С.

доцент кафедри фізичної терапії
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна
yamamaha13@gmail.com

Янушпольська О.О.

студентка магістратури 1 року навчання
кафедра фізичної терапії,
Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна
oksana.korzhyk@gmail.com

Калмиков С. А.

Декан факультету фізичної терапії та здоров'я людини
доцент кафедри фізичної терапії
кандидат медичних наук, доцент
Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна
srgkalmykov@gmail.com

Без'язична О.В.

старший викладач кафедра фізичної терапії,
Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна
obezyazychnaya@gmail.com

Поступила до редакції 13.04.2020 р.

Опубліковано 19.06.2020 р.