

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

СУЧАСНІ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЇ - 2020

*XX ЮВІЛЕЙНА МІЖНАРОДНА
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ,
ПРИСВЯЧЕНА 120-річчю ОНМедУ
24-25 вересня 2020 року*

Матеріали конференції

Одеса 2020

УДК 613.4 (043.3) + 61:796 (043.2)

Головний редактор: завідувачка кафедрою фізичної реабілітації спортивної медицини, фізичного виховання і валеології д.мед.н., проф. О.Г. Юшковська

Секретаріат: к.мед. н., доцент О.Л. Плакіда
асистент О.В. Філоненко
В.В. Радаєва

С 89 Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2020 / XX ювілейна міжнародна науково-практична конференція, присвячена 120-річчю ОНМедУ. Одеса, 24-25 вересня 2020 року / Матеріали конференції. – Одеса: ПОЛІГРАФ, 2020 – 182 с.

У збірці містяться матеріали XX ювілейної міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 120-річчю ОНМедУ «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2020».

Висвітлюються питання наукових досліджень провідних фахівців у галузі спортивної медицини, фізичної реабілітації, валеології, фізичного виховання і практичної охорони здоров'я. Наведено результати використання нових діагностичних та лікувальних технологій у повсякденній роботі, а також досягнення фундаментальних досліджень.

Всі тези друкуються в авторській редакції

Підписано до друку: 30.09.2020 р. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Умовн.-друк. арк. 9,53. Наклад 300 прим.

Видавництво «ПОЛІГРАФ»
Свідоцтво: серія ДК № 6977 від 14.11.2019 р.
вул. Польська, 9/13, Одеса, 65014

За офіційними даними, в 2013 році розладами спектру аутизму страждала одна дитина з 11,7 тисяч дітей, а в 2017-му – вже одна з 5,6 тис.

На базі *Одеського національного медичного університету* проводились дослідження дітей з особливостями інтелектуального розвитку продовж 1,5 роки. Вони пропонуються для тренерів ДЮСШ, викладачів, батьків, соціальних робітників, які працюють з даними дітьми.

Мета дослідження: Розробка методики фізичної та психологічної реабілітації дітей з особливостями інтелектуального розвитку з використанням оздоровчого напрямку Макотокай карате. Створити умови для гармонійного фізичного розвитку та психоемоційної соціалізації. Виховати позитивне ставлення дітей до загартовування свого організму звичайними природними факторами.

Матеріали і методи: В комплекс ЛГ с елементами Макотокай карате, що використовується при фізичній реабілітації дітей з особливостями інтелектуального розвитку, включають різні вправи. Для збільшення амплітуди рухів в суглобах плечового поясу необхідно виконувати загальноприйнятні активні вправи для розробки цих суглобів. Збільшення м'язової сили досягається завдяки вправам з навантаженням, яке складає 20-30% від максимального навантаження. Вправам надається особливе значення, оскільки вони збільшують м'язову силу і сприяють відкриттю лімфатичних судин, полегшують відтік лімфи, що сприяє обхідній її циркуляції.

При дослідженні використовувались такі дослідження як: Проба Штанге (затримка дихання на вдиху); Проба на балансування. (тест Бондаревського); Вікові нормативи; Психологічний тест «Не існуюча тварина».

Отримані результати: Після порівняння двох груп по 25 дітей (з особливостями інтелектуального розвитку (oir) та без таких особливостей) було визначено, що психофізичний стан помітно поліпшується в обох групах. Після порівняння 2-х груп також по 25 дітей з особливостями інтелектуального розвитку (перша група займалась за методикою, а друга – не займалась), – визначено, що показники значно покращилися в першій групі.

Висновки: Методику доцільно використовувати з метою реабілітації дітей з особливостями інтелектуального розвитку.

ВОДНА СУСПЕНЗІЯ ЖИВОЇ ХЛОРЕЛИ: ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЗДОРОВИХ ЛЮДЕЙ

Юшковська О.Г.

Одеський національний медичний університет, м. Одеса

У даний час спостерігається зростаючий інтерес до біологічних додатків, створених з використанням зеленої прісноводної водорості хлорела. У дослідженні брали участь 30 клінічно здорових осіб, у віці від 17 до 66 років, 10 чоловіків і 20 жінок. Обстежувані вживали водну суспензію живої хлорели штаму *Chlorella vulgaris* ІФР № С-111 концентрацією 19-34 млн кл./мл. Курс

прийому становив 28 днів. До і після завершення курсу були проведені наступні дослідження: антропометрія, дослідження композиційного складу тіла, дослідження фізичної працездатності (тест PWC₁₇₀), загальний аналіз крові, біохімічний аналіз крові.

У всіх обстежуваних спостерігалася позитивна динаміка суб'єктивного самопочуття, обумовлена підвищенням загального тонуусу, зменшенням тривалості необхідного для відновлення сну, а також нормалізацією роботи кишечника.

При дослідженні динаміки антропометричних показників не виявлено достовірної зміни ваги обстежуваних, однак, зареєстровано достовірне зменшення обсягів талії і стегон. Виявлено недостовірні зміни жирової і м'язової складових, тенденція до зниження величини вісцерального жиру зареєстрована у переважної кількості обстежуваних. Достовірно підвищився показник PWC₁₇₀/кг жирової маси. Суттєво підвищилася ефективність гемодинаміки за рахунок зниження показників систолічного і діастолічного тиску. Дослідження крові виявили відсутність достовірних змін з боку червоної ланки, але зареєстровано достовірне збільшення кількості лейкоцитів і лімфоцитів (в межах нормативних показників), що дозволяє зробити припущення про стимуляцію імунної системи крові по першій лінії захисту.

При дослідженні функціонального стану печінки було виявлено непрямі ознаки поліпшення її детоксикаційної функції, на що вказує зменшення коефіцієнту де Ритиса (співвідношення активності АсТ/АлТ) і в той же час не було зареєстровано достовірних змін показників ліпідного обміну.

Отримані дані вказують на визначену біологічну активність водної суспензії хлорели щодо основних функціональних систем організму людини та потребують проведення подальших уточнюючих досліджень на різних контингентах. Це створює високу потенційну можливість використання хлорели для клінічних і профілактичних цілей, що має стимулювати подальші дослідження в цьому напрямку.