

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИСТОСУВАЛЬНИХ РЕАКЦІЙ У ОСІБ З РІЗНОЮ ВЕГЕТАТИВНОЮ РЕАКТИВНІСТЮ

Проценко О.В., студ. 2-го курсу

Науковий керівник - доц. Г.В. Янчик

СумДУ, кафедра фізіології і патофізіології з курсом медичної біології

Центральне місце в інтеграції складних рефлекторних реакцій організму людини належить вегетативній нервовій системі. Вона не тільки підтримує гомеостаз, але і відповідає за енергетичне забезпечення різних форм пристосування організму до нових умов існування. Зміна звичного ритму життя, велике емоціональне навантаження, що притаманні особам, які розпочинають студентське життя, призводять до напруження адаптаційних механізмів, дисбалансу відділів вегетативної нервової системи, зниження працездатності. На сучасному рівні розвитку освіти проблема організації навчального процесу і впровадження технологій збереження здоров'я чекають свого вирішення. В зв'язку з цим проблема вивчення пристосувальних реакцій у осіб з різною вегетативною реактивністю до дозованого навантаження є досить актуальною.

Нами було обстежено 83 особи віком 18- 22 років, серед них 55 дівчат і 28 юнаків. Для оцінки функціонального стану організму визначали частоту серцевих скорочень, величину артеріального тиску, систолічний і хвилинний об'єми крові, частоту дихання та адаптаційний потенціал, а також індекс Кердю, коефіцієнт Хільдебранта в стані спокою і після дозованого фізичного навантаження. Вегетативну реактивність оцінювали пробою Даніні-Ашнера. Отримані результати показали, що компенсаторні механізми пристосувальних реакцій зберігались на достатньому рівні, але були неоднозначними і різнонаправленими в залежності від рівня вегетативної реактивності. В групі осіб з нормальною вегетативною реактивністю дозоване фізичне навантаження викликало помірне зростання всіх показників стану здоров'я, відновлення яких відбувалось через 3 хвилини. В групі осіб з підвищеною реактивністю спостерігалось на фоні збільшення всіх показників зменшення коефіцієнту Хільдебранта, що свідчило про неоправданні надмірні енергетичні затрати і порушення міжсистемних відносин. Відновлення функціональних показників відбувалось лише через 5 хвилин. В групі осіб з низькою вегетативною реактивністю мало місце помірне збільшення показників стану серцево – судинної і дихальної систем зі збереженням початкового рівня коефіцієнта Хільдебранта, тобто пристосувальні реакції не вимагали надмірних затрат енергії і включались своєчасно. Відновлення рівня показників функціонального стану здійснювалось через 7 хвилин. Інтересним був і той факт, що в усіх групах дозоване фізичне навантаження викликало підвищення діастолічного тиску. Це свідчило про те, що збільшення об'єму циркулюючої крові не включало компенсаторний механізм зниження периферичного опору кровотоку.

Таким чином, для правильного формування пристосувальних реакцій в молодому віці необхідне постійне дозоване фізичне навантаження, щоб тренувати компенсаторні механізми.