

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
В СИСТЕМІ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
ІХ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 10–11 листопада 2022 року)

Суми
Сумський державний університет
2022

*Рекомендовано до видання
вченою радою Навчально-наукового медичного інституту
Сумського державного університету
(протокол № 2 від 17 жовтня 2022 року)*

I-66 Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: тези доповідей ІХ Міжнародної науково-методичної конференції, м. Суми, 10–11 листопада 2022 р. – Суми: Сумський державний університет, 2022. – 171 с.

Збірник містить наукові матеріали, присвячені висвітленню різних питань із модернізації системи фізичного виховання в закладах вищої освіти, технологій e-learning у системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту, підвищення якості освіти в системі фізичного виховання і спорту, сучасних технологій навчання плавання дітей, формування здорового способу життя студентської молоді, соціально-економічних та програмно-нормативних засад підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту, оздоровлення, фізичної терапії та рухової рекреації різних груп населення.

Тези доповідей становлять теоретичний і практичний інтерес для студентів, магістрів, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових співробітників.

УДК 37.091.214.18:796:005.591.6(063)

© Сумський державний університет, 2022

ПОШИРЕНІСТЬ ЗАГАЛЬНИХ СКАРГ У СПОРТСМЕНІВ З ОЗНАКАМИ ПОРУШЕННЯ ОРТОСТАТИЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ

Бріжата І. А., к.пед.н., доц., Олешко Т. М., асист.
Сумський державний університет
tm.oleshko@med.sumdu.edu.ua

Вступ. Порухення ортостатичної толерантності (ПОТ) є одними з основних проявів вегетативної дисфункції та можуть супроводжувати пацієнтів протягом тривалого часу їх життя. Симптоматика ПОТ включає зростання частоти серцевих скорочень у відповідь на вставання (рідше горизонталізацію), надмірне падіння артеріального тиску, зменшення варіабельності ритму серця, його повільне відновлення (довше 3–5 хв.), появу таких симптомів, як головокружіння, загальна слабкість, затьмарення зору тощо [1]. У ряді випадків патологія може проявлятися синкопами з наступним зростанням ризику травм та інших небезпечних наслідків. Як зазначається у попередньому літературному джерелі, основою діагностики поступальних порушень мають бути зручні для виконання тести, яких вирізняє швидкість виконання, відсутність необхідності застосовувати громіздке обладнання на кшталт ортостатичних столів. Слід також вказати, що ПОТ є поширеними серед різних вікових груп, їх розповсюдженість сягає, за деякими даними 40% [2]. Питання є актуальним і в аспекті спортивної медицини, оскільки порушення здоров'я є одним з основних перепон на шляху до перемог у спорті.

Метою дослідження є вивчення поширеності загальної симптоматики у спортсменів з ознаками порушення ортостатичної толерантності.

Матеріали і методи. Всього у дослідження взяли участь 30 спортсменів-легкоатлетів з ознаками вегетативної дисфункції. Спортсменів було поділено на 2 групи: першу групу склали 12 спортсменів з незадовільною ортостатичною реакцією (ПОТ+), другу – 18 спортсменів без ознак ортостатичних порушень

(ПОТ-). Середній вік обстежених склав 23,3 (2,6) років, всім учасникам дослідження проводилися стандартні обстеження.

Виклад основного матеріалу. Було встановлено, що поширеність загальних скарг у спортсменів з та без порушень ортостатичної толерантності не мала статистично значимих відмінностей. Це стосується таких симптомів, як загальна слабкість, відчуття перевтоми, незадоволеність сном, збільшення зусилля для виконання стандартного навантаження, серцебиття, відчуття монотонності під час тренувань, незадоволеність виконанням тренувального плану. Але в групі ПОТ+ переважала поширеність періодичного головокружіння (50% проти 11%, $p=0,018$), при тому, що стільки ж спортсменів цієї групи скаржилися на періодичні головні болі, проти 17% у групі ПОТ- ($p>0,05$). Потемнішання зору при вставанні відмічали двоє спортсменів групи ПОТ+ , на відміну від іншої когорти обстежених, де не було жодної особи зареєстровано з таким порушенням. Досить велика частина спортсменів 83% (ПОТ+), 78% (ПОТ-), $p>0,05$, пов'язували розвиток їхніх симптомів з нефункціональним перевантаженням (перетренованістю). Таким чином, проведене дослідження показало, що для спортсменів з ознаками ортостатичної інтолерантності з загальних скарг є досить специфічним головокружіння, щодо інших скарг, такої залежності встановлено не було.

Висновки. При обстеженні спортсменів з ознаками вегетативної дисфункції обов'язковим є проведення тестів на ортостатичну толерантність, крім цього, слід звертати у вагу на наявність періодичного головокружіння, як прояву дизавтономії.

Література

1. Finucane C., Wijnen W.K., Fan A. et al. Practical guide to active stand testing and analysis using continuous beat-to-beat non-invasive blood pressure monitoring. Clin Auton Res. 2019, Vol. 29(4), P. 427-441.
2. Хайтович М.В. Ортостатична інтолерантність у дітей: сучасні підходи до патогенетичної терапії. Здоров'я дитини. 2020, Т.15, №1, С. 13-15.