

Анализ вариабельности сердечного ритма у спортсменов с синдромом
«Перетренированности»

Бадтиева В.А., Хохлова М.Н., Рузаева З.Г.

*ГУАЗ Московский Научно-Практический Центр медицинской реабилитации,
восстановительной и спортивной медицины ДЗМ*

Аннотация: рост спортивных результатов, особенно в последнее десятилетие, повлек за собой увеличение объема нагрузок. Интенсификация спортивных тренировок стала рассматриваться как единственный залог достижения успехов. Адаптация организма к повышенным физическим нагрузкам в значительной мере связана с реакциями ССС и её регуляторных систем. Анализ ВСР представляет собой более глубокое изучение процессов регуляции ССС. Динамические характеристики сердечного ритма позволяют оценить выраженность сдвигов симпатической и парасимпатической активности ВНС при и клиническую картину при изменениях физического состояния спортсмена.

Цель: оценка эффективности использования вариабельности сердечного ритма у спортсменов с синдромом "перетренированности", для разработки методов коррекции функционального состояния спортсменов в восстановительный период и разработки методов корректировки и оптимизации тренировочного процесса.

Материал и методы: под наблюдением находились 90 спортсменов высокой квалификации (кандидаты в мастера спорта, мастера спорта, мастера спорта международного класса) с явлениями "перетренированности" имеющих различные клинические проявления и 30 практически здоровых мужчин того же возраста (контрольная группа) . Они разделены на 4 группы по 30 человек с учётом стадии и клинических проявлений синдрома перетренированности: 1-я группа пациенты с синдромом перетренированности I стадии, 2-ю группу составили пациенты с синдромом перетренированности II стадии, 3-я группу составили пациенты находящиеся в III стадии перетренированности и 4-я группу составят пациенты контрольной группы. Проводимые исследования: регистрация стандартной ЭКГ в 12 отведениях на аппаратно-программном комплексе Полиспектр 12, ВСР с синхронной записью пневмограммы на АПК ВНС-Спектр, велоэргометрия на велоэргометре Monark Ergomedic 839 E Швеция.

Результаты: ВСР является неинвазивным, чувствительным и наиболее информативным методом диагностики синдрома перетренированности. Предварительные результаты исследования свидетельствуют о перспективности использования данного метода в спортивной медицине не только для лечения данного состояния спортсмена , но и для коррекции и оптимизации тренировочного процесса. Динамика аналогичных показателей у пациентов контрольной группы была недостоверна.