

ОСОБЕННОСТИ СОСТАВЛЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ФАРМАКОЛОГИЧЕСКИХ ПРОГРАММ И ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Якушев М.П.¹, Ломазова Е.В.², Данилова-Перлей В.И.¹, Калинин А.В.¹

¹СПбГБУЗ Городской врачебно-физкультурный диспансер, Санкт-Петербург, Россия

²ЦСМ ФМБА России, Москва, Россия

Актуальность. В современном спорте фармакология играет существенную роль для повышения функционального состояния и результатов спортсменов, что требует постоянного динамического наблюдения и специализированного научного обоснования.

Цель исследования. Разработать и оценить значение фармакологических программ в повышении спортивных результатов на примере спортсменов-пловцов с применением БАД, имеющих антидопинговые сертификаты.

Материал и методы исследования. Выполнено две серии исследования по 10 спортсменов пловцов в каждой. В контрольную входили 8 – КМС и 2 – с первым разрядом, в опытную – спортсмены высшей квалификации: 4 – МСМК, 6 – МС. Обследование проводилось в начале, середине и в конце тренировочного цикла. Применялись следующие методы функциональной и лабораторной диагностики: эргоспирометрия выполнялась эргоспирометром фирмы «Schiller AT-104», эхокардиография эхокардиографом «Esaote», электронейромиография аппаратом «Нейрософт», гематологический анализатор и программа медицинской статистики Statistica v.6.0. Оценивались показатели: (PWC_{170} , ПАНУ, МПК, скорость проведения нервного возбуждения, биоэлектрическая активность мышц, вариабельность сердечного ритма, клинические и биохимические изменения состава крови);

Результаты исследования. Перед исследованием определялись лимитирующие факторы, цели и задачи периода подготовки и фармакологического обеспечения каждого спортсмена. Контрольная группа получала плацебо. Для опытной группы было составлено десять индивидуальных фармпрограмм, содержащих от 3-х до 11 БАД. Пример фармпрограммы спортсмена № 7 выполняемой в течение 2-х месяцев. Задачи – антиоксидантная, актопротекторная и кардиовазотропная. БАД: Cardio Phyt обладает кардиовазопротекторным, гипотензивным, метаболическим эффектами; Flu Gone вызывает противовирусное, антибактериальное, иммуномодулирующее действия; Ultivit – антиоксидантный, иммунопротекторный, кардиопротекторный эффекты. При этом оценивался состав и взаимодействие с главным фармакологическим действием БАД: например – Cardio Phyt (содержит: каратиноиды, вит А, С, Е, В_{3,12}, хелатные Mg, Zn, K, Se); Flu Gone (содержит: вит.С, Ca⁺⁺, Zn, Se, эхинацея, чеснок, шиповник); Ultivit (сбалансированная формула содержит 11 витаминов, 9 минералов, 4 аминокислоты, мяту, боярышник, имбирь); Bee Royal (содержит: пчелиную пыльцу, спиролин, пчелиное маточное молочко, октокозанол); Osteo Complex (содержит: глюкозамин, Ca⁺⁺, Mn, вит С); Arthromil (содержит: 500мг молочного протеина – молозиво, 143,5мг Ca⁺⁺). Оценка результатов соревновательной деятельности показала достоверный рост спортивных результатов в опытной группе в 100% случаев, в то время как в контрольной группе только в 37,5% наблюдений.

Выводы. 1. Ведущими критериями для выбора БАД и составления фармакологических программ являются лимитирующие факторы и период подготовки. 2. Для своевременной коррекции тренерских и фармакологических задач требуется динамическое клинико-функциональное наблюдение за спортсменом; 3. Наш опыт составления фармакологических программ и сопровождения пловцов может быть адаптирован к программам подготовки спортсменов других видов спорта.