

**КУРОРТОЛОГИЯ И РЕАБИЛИТАЦИЯ**

УДК 613.292

**КОРРЕКЦИЯ СКРЫТЫХ ДЕСИНХРОНОЗОВ С ПОМОЩЬЮ  
БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНОЙ ДОБАВКИ К ПИЩЕ**

Л.Г. Рогулева, Ю.В. Корягина, Г.Н. Тер-Акопов

Федеральное государственное бюджетное учреждение «СевероКавказский  
федеральный научно-клинический центр Федерального  
медикобиологического агентства», г. Ессентуки

**Ключевые слова:** десинхроноз, биологически активная добавка, виноградные зерна, ресвератрол.

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования эффективности применения биологически активной добавки к пище «Гранд Фемили «Резокс®», содержащей порошок виноградных зёрен и ресвератрол, для коррекции скрытых десинхронозов у разных категорий населения. В исследовании приняли участие юные футболисты и взрослые люди, не занимающиеся спортом, проживающие в г. Ессентуки. Результаты проведенного исследования применения БАД Гранд Фемили Резокс показали, что прием данной БАД эффективен в коррекции скрытых десинхронозов: способствует синхронизации циркадианных ритмов, оказывает нормализующее влияние на артериальное давление, способствуя снижению повышенного и не оказывая существенного влияния на пониженное, способствует повышению сниженной сатурации и снижению жесткости артериальной стенки, способствует снижению напряжения регуляторных систем организма.

УДК 612.75

**ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК ОСНОВА  
ПРОФИЛАКТИКИ ОСТЕОПОРОЗА**

В.Н. Авсиевич<sup>1</sup>, А.И. Федоров<sup>2</sup>, Г.А. Плахута<sup>1</sup>

Казахская академия спорта и туризма, Алматы, Казахстан<sup>1</sup>

Южно-Уральский государственный университет, Челябинск, Россия<sup>2</sup>

**Ключевые слова:** остеопороз, костная масса, физические упражнения, денситометрия.

**Аннотация:** В статье представлены данные обзора научной литературы по проблеме профилактики остеопороза и экспериментальные данные разработки и обоснования комплекса физических упражнений для профилактики остеопороза у мужчин в возрастном диапазоне 41-45 лет.

Систематические физические нагрузки укрепляют не только мышечную, но и костную ткань и происходит это в любой возрастной группе. С целью профилактики остеопороза они должны носить постоянный дозированный порядок с учетом возрастных и физиологических особенностей организма занимающихся. Это должны быть не только тренировки в циклических видах спорта (ходьба, бег, ходьба на лыжах, велоспорт), аэробика и др., но и силовые упражнения со свободными отягощениями (гири, штанга, гантели) и силовые упражнения на тренажерных устройствах, при обязательном условии достаточного пребывания на солнце и полноценном питании обеспечивающим поступление в организм кальция.

УДК 617.55-007.43-073

### УЛЬТРАЗВУКОВОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И КОМПЬЮТЕРНАЯ ТОМОГРАФИЯ, КАК СЛЕДУЮЩАЯ СТУПЕНЬ В ЭВОЛЮЦИИ ОБСЛЕДОВАНИЯ БОЛЬНЫХ С ВЕНТРАЛЬНЫМИ ГРЫЖАМИ

А.В. Федосеев<sup>1</sup>, Д.В. Карапыш<sup>2</sup>, С.Ю. Муравьев<sup>1</sup>

<sup>1</sup> ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России, г. Рязань

<sup>2</sup> Медицинский институт, Тульский государственный университет, г. Тула

**Ключевые слова:** вентральная грыжа, нагрузочный тест, ультразвуковое исследование, компьютерная томография, диагностика вентральных грыж.

**Аннотация.** В выборе тактики хирургического лечения грыженосителей требуется комплексное предоперационное обследование тканей передней брюшной стенки и брюшной полости с помощью методов ультразвуковой диагностики и компьютерной томографии в виду их высокой чувствительности (ультразвуковое исследование 81,8%, компьютерная томография 87,1%). Выполнение нагрузочных проб (пробы Вальсальвы и упражнения «планка») при проведении ультразвуковой диагностики и компьютерной томографии повышает их чувствительность (ультразвуковое исследование 86,7%, компьютерная томография 89,9%), специфичность (ультразвуковое исследование 58,3%, компьютерная томография 55,8%), прогностичность положительного результата (ультразвуковое исследование 94%, компьютерная томография 96,4%). В совокупности с простатой и доступностью выполнения данных методик, это определяет необходимость их внедрения в повседневную практику диагностики вентральных грыж. В определении содержимого грыжевого мешка, поиска и оценки «скрытых» дефектов послеоперационного рубца, дополнительных грыжевых мешков в положении покоя и в нагрузке предпочтения необходимо отдавать

компьютерной томографии в виду её высокой чувствительности 95,5% ( $p < 0,001$ ) и прогностичности положительного результата 98% ( $p < 0,01$ ). В оценке спаечного процесса в грыжевом мешке целесообразно использовать ультразвуковое исследование в связи с высокой чувствительностью, доступностью и безопасностью метода (ультразвуковое исследование 96,5%, компьютерная томография 94,7%). Все это позволяет уже сейчас с большей точностью и меньшим риском повторных операций для пациента, определиться в выборе и показаниях к современным способам пластики вентральных грыж.

**УДК 616.1/4+616.12-005.4+615.832.834.838.839+616.831-005.4-602.2.-08**

### **ПРИМЕНЕНИЕ КРЫМСКИХ СОПОЧНЫХ ПЕЛИТОВ В РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ С ХРОНИЧЕСКОЙ БОЛЬЮ В СУСТАВАХ И ПОЗВОНОЧНИКЕ**

В.В. Ежов, В.И. Мизин, А.С. Иващенко, Л.Ш. Дудченко,  
А.Ю. Царев, Л.В. Ежова

ГБУЗ РК «Академический НИИ физических методов лечения, медицинской климатологии и реабилитации им. И.М. Сеченова»

**Ключевые слова:** сопочные пелиты, пелоидотерапия, хронические болевые синдромы, реабилитация.

**Аннотация.** Изучена эффективность применения сопочных пелитов Булганакского месторождения у 202 больных с хроническими болевыми синдромами суставов и позвоночника, сочетающихся с цереброваскулярной, кардиальной и бронхолегочной патологией. В динамике проводилась оценка клинического статуса, биохимического анализа крови, электрокардиографии, спирографии, данных опросника Osvestry и теста Rikli-Jones. Оценка эффективности медицинской реабилитации осуществлялась по критериям Международной классификации функционирования (МКФ). Процедуры пелоидотерапии не вызывали побочных эффектов со стороны сердечно-сосудистой системы. Наблюдалась положительная динамика болевого синдрома, показателей силы и подвижности пораженных суставов и общей физической выносливости.

УДК 615.834 (470.63)

## ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ БИОКЛИМАТА И ЛАНДШАФТА НАЦИОНАЛЬНОГО ПАРКА «КИСЛОВОДСКИЙ»

<sup>1</sup> Н.В. Ефименко, <sup>1</sup> Л.И. Жерлицина, <sup>1</sup> Н.П. Поволоцкая, <sup>1</sup> М.А. Трубина, <sup>2</sup> В.В. Слепых

<sup>1</sup>Пятигорский научно-исследовательский институт курортологии филиал  
ФГБУ СКФНКЦ ФМБА, г. Пятигорск

<sup>2</sup>ФГБУ «Сочинский национальный парк» Министерства природных ресурсов  
и экологии Российской Федерации, г. Кисловодск

**Ключевые слова:** ландшафтно-климатический потенциал, биоклиматический мониторинг, курортная биоклиматология, Национальный парк «Кисловодский», климатоландшафтотерапия, курортная и спортивная медицина.

**Аннотация.** Цель работы – изучение ландшафтно-климатического потенциала Национального парка «Кисловодский» и оценка перспектив его использования в спортивной и курортной медицине. Результаты исследований показали, что ландшафтно-климатический потенциал определяется состоянием полипалеобиосферной структуры экосистемы НПК, охватывающей рекреационные парковые ландшафты, субальпийские луга, расположенные на отрогах Джинальского хребта на различных высотных уровнях. Комплексный анализ модулей рекреационного ландшафта и элементов биоклимата доказывает, что ландшафтно-климатический потенциал НПК достаточно высокий и достигает 2,63 балла, что в соответствии с действующей курортологической классификацией соответствует 1-му рангу и категории уникального климатического курорта.

УДК 614.876

## АВАРИЙНОЕ ВНУТРЕННЕЕ ОБЛУЧЕНИЕ: НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЯ

Д.В. Арефьева, Ю.В. Грабский, Д.Д. Куруч, Ю.С. Турлаков, В.Б. Фирсанов  
Федеральное государственное унитарное предприятие НИИ  
промышленной и морской медицины ФМБА России

**Ключевые слова.** Радиационные аварии, внутреннее облучение, дозиметрия, спектрометрические исследования.

**Аннотация.** Для определения перспективных направлений работ по повышению эффективности спектрометрических исследований, проводимых при ликвидации последствий радиационных аварий, выполнен обзор используемых и перспективных спектрометров излучений человека, средств и

способов их градуировки, систем детектирования. Обоснована целесообразность разработки переносного, а также высокочувствительного передвижного спектрометров излучений человека для оперативной оценки поступления радионуклидов в организм человека в начальный период радиационной аварии.

**УДК 612**

### **ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ДЕТЕЙ 6-10 ЛЕТ НЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ**

Ю.В. Корягина, С.М. Абуталимова, Л.Г. Рогулева, С.В. Нопин,  
А.Н. Копанев

Федеральное государственное бюджетное учреждение «Северо-Кавказский федеральный научно-клинический центр Федерального медико-биологического агентства», г. Ессентуки

**Ключевые слова:** опорно-двигательный аппарат, нарушения осанки, деформация свода стопы, плоскостопие, сколиотическая осанка.

**Аннотация.** Цель работы состоит в исследовании функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей 6-10 лет не занимающихся спортом. Состояние осанки оценивали методом соматоскопии, а для оценки состояния стопы использовали метод компьютерной плантографии. Исследование показало, что большинство детей имеет нормальный тип осанки, но у значительного количества детей наблюдается и ее нарушение. Также следует отметить тенденцию снижения количества детей с нормальной осанкой по мере их взросления. Наибольшее количество детей со сколиотической осанкой отмечено в возрастной группе 10 лет. Функциональное состояние стопы у большей части детей 6-9 лет характеризуется уплощением свода и признаками плоскостопия. Уплотнение свода стопы у мальчиков несколько меньше в 7 лет. В возрасте 10 лет признаки уплощения стопы значительно снижаются, параметры стопы в пределах физиологической нормы, т.е. плоскостопия у детей не отмечается.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА

УДК 376.1(082)

### СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ МОТОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫХ И РЕЧЕЯЗЫКОВЫХ РАССТРОЙСТВ У ДЕТЕЙ С ДИЗАРТРИЕЙ

Т. А. Гарева

ГБОУ «Центр образования и спорта «Москомспорта» Москва-98»,  
Москва

**Ключевые слова:** дизартрия, уровни коморбидности, речевые процессы, моторно-двигательные процессы, инновационные технологии.

**Аннотация:** Статья посвящена исследованию глубинного, всестороннего изучения механизмов дизартрии у детей, разработки стратегически важных направлений диагностики, формированию и профилактике речевых и моторно-двигательных расстройств. Разработана расширенная диагностическая программа исследования, выявлены уровни коморбидности речевых и моторно-двигательных процессов. Анализ учёта проведенного исследования позволил внедрить в практику работы образовательных организаций инновационные нейрореабилитационные технологии, разработать конкретные условия их реализации.

УДК 37.035

### СОЦИАЛЬНАЯ РОЛЬ УПРАВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Д.Т. Мамирова

Государственный институт искусств и культуры Узбекистана,  
г. Ташкент

**Ключевые слова:** лидерские качества, специалист, деятельность, эффективность управления, стили управления.

**Аннотация:** С учётом того обстоятельства, что профессиональное становление молодого специалиста - это многолетний процесс самообразования как целенаправленной познавательной деятельности, методологической основой исследования стала педагогическое лидерство, субъективных отношений личности, согласно которой действия и поступки человека обусловлены сложившейся у него системой субъективных отношений к явлениям окружающего мира, обеспечивающей продуктивность какой-либо деятельности.

В статье рассматривается определение лидерских качеств, проводится сравнительный анализ деятельности молодых специалистов, не имеющих трудового опыта. А также необходимость формирования способности к управлению повышающего эффективность в достижении намеченных целей.