

УДК 796.37.037

А. Теплий, І. Казмірчук

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя)

АДАПТАЦІЯ АТЛЕТІВ У СПОРТІ ВИЩОЇ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Сучасний спорт вищих досягнень пред'являє високі вимоги до організму спортсменів, роблячи їх "групою ризику" серцево-судинних, обмінних, нейроендокринних захворювань, імунодефіцитних станів тощо. Незважаючи на досягнення у вивченні механізмів адаптації спортсменів до фізичних навантажень, це питання є серйозною медико-соціальною проблемою, оскільки кількість осіб, які займаються спортом, неухильно зростає, як і обсяг та інтенсивність тренувальних навантажень. Побудова навчально-тренувального процесу для спортсменів високої кваліфікації потребує ретельного підходу не тільки зі сторони фізичних навантажень, але й соціально-побутових умов, морального та психічного станів. У той же час неадекватні тренувальні навантаження, хронічний стрес, перетренованість, відсутність індивідуалізованої корекції тренувального процесу призводять до нейро-ендокринно-імунного дисбалансу та формування у спортсменів різноманітних патологічних станів і захворювань.

Адаптація до тривалих фізичних навантажень є складним багаторівневим процесом, який відбувається на субклітинному, клітинному, органному та системному рівнях. Нині в механізмах адаптації до фізичних навантажень певна роль відводиться змінам метаболізму та різних регуляторних ланок, зокрема гіпоталамо-гіпофізарно-кортикотропній системі. Однак питання про вплив типологічних особливостей центральної нервової системи, змін рівня біологічно активних амінів, серотоніну та гістаміну та їх ролі в процесі адаптації до великих фізичних навантажень вивчено недостатньо.

На сьогоднішній день контроль за адаптацією організму спортсмена до великих тривалих фізичних навантажень здійснюється, в основному, за показниками функціонування кардіореспіраторної системи, які є наслідком змін енергетичного балансу та метаболізму й мало відбивають початкову фазу метаболічних зрушень в організмі. При цьому особливості метаболізму у спортсменів, що тренуються, практично не співставлялися з даними інструментального обстеження, хоча це є важливим як для розуміння патогенезу цих змін, так і для розроблення індивідуальних підходів до реабілітації. Тому, необхідно систематично проводити діагностику механізмів адаптації організму спортсменів після навантаження, особливо, на ранньому етапі побудови навчально-тренувального процесу.

У зв'язку з цим вирішення питань ранньої діагностики напруження адаптаційних механізмів, удосконалення схем диспансеризації та реабілітації спортсменів високого класу є актуальною як соціальною, так і сучасною проблемою спортивної медицини та медицини в цілому.