

ID: 2021-01-4343-T-19334

Тезис

Галкина Е.А.

Оптимизация реабилитации лиц профессионально занимающихся спортом

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра лечебной физкультуры, спортивной медицины и физиотерапии

Научный руководитель: д.м.н. Суворов С.А.

Актуальность. В современном спорте все чаще психоэмоциональные и физические нагрузки граничат с индивидуальными физиологическими возможностями спортсменов. Неотъемлемое значение для лиц, профессионально занимающихся спортом, имеет индивидуально подобранное физиотерапевтическое лечение.

Цель: доказать, что физиотерапия на современном этапе развития способна заменить по эффективности препараты, которые невозможно применять по допинговым критериям, способна позволить избежать полипрагмазии, приблизить к нулю вероятность возникновения побочных эффектов фармсредств.

Задачи. Провести реабилитационные действия с испытуемыми предварительно разделив их на группы. Оценить динамику физического и эмоционального состояния испытуемых до и после проведения реабилитации. Сделать выводы.

Материал и методы:

- 75 испытуемых.
- Испытуемые - спортсмены по следующим видам спорта: бадминтон, синхронное плавание, борьба, кикбоксинг.
- Возраст 16-25 лет.
- Все изучаемые были сформированы в группы на основании диагнозов: 1. Травмы опорно-двигательного аппарата, 2. Психоэмоциональное выгорание, 3. Хронические заболевания.
- Были использованы следующие методы физиотерапевтического воздействия: магнитотерапия, лазеротерапия, вибромассаж, сухое и подводное вытяжение.

Результаты. После проведения реабилитационных действий с конкретными группами испытуемых не было выявлено ни одного побочного явления терапии. Все испытуемые отмечали рост физических и психоэмоциональных возможностей и улучшение самочувствия.

Выводы. Необходимо вовремя и рационально использовать все возможности реабилитации. В связи с постоянным ужесточением допингового контроля физиотерапия в спорте является безупречным способом повышения функционального состояния спортсменов.

Ключевые слова: реабилитация, физиотерапия, оптимизация, спорт