

ID: 2021-10-4343-T-19393

Тезис

Тахмезов А.Э.

**Лечебная физкультура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта***ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра физвоспитания**Научный руководитель: к.п.н. Герасимов П.Е.*

**Актуальность.** На сегодняшний день актуальной задачей является изучение действия физических упражнений на функции органов желудочно-кишечного тракта, лечебной физкультуры на современном этапе реабилитации больных. Эта патология занимает ведущее место среди всех заболеваний внутренних органов. Склонность к частым рецидивам и хронический характер течения заболевания сказываются на общем состоянии больного, все это приводит к тому, что значительно снижается трудоспособность пациента.

**Цель исследования:** оценить пользу применения лечебной физкультуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

**Материал и методы:** сбор и обработка информации, анализ научной литературы.

**Результаты.** Функциональное состояние коры больших полушарий и тонус симпатической нервной системы влияет на механизм воздействия физических упражнений на органы пищеварения. Следовательно, на фоне пищеварительного процесса это зависит не только от состояния моторного анализатора, но и от функционального состояния пищеварительных центров. Все это говорит о том, что физические упражнения положительно влияют на органы желудочно-кишечного тракта как с целью профилактики, так и лечения заболеваний.

**Вывод.** Благодаря различным упражнениям, можно прицельно воздействовать на различные функции органов пищеварения. Например, повышать моторную функцию гладкой мускулатуры желудка, положительно влиять на отток желчи из печени и желчного пузыря, ускорять эвакуацию содержимого толстого кишечника. Укрепление мышц тазового дна, передней и боковых стенок живота улучшает функции кишечника и желудка, что нормализует работу органов пищеварения.

**Ключевые слова:** лечебная физкультура, заболевания желудочно-кишечного тракта