

АВИЦЕННА

научный медицинский журнал

Публикации для студентов, молодых ученых и научно-преподавательского состава на www.avicenna-idp.ru

ISSN 2500-378X

Издательский дом "Плутон"

www.idpluton.ru

Выпуск №43

КЕМЕРОВО 2019

Журнал выпускается ежемесячно. Научный журнал публикует статьи по медицинской тематике. Подробнее на www.avicenna-idp.ru

За точность приведенных сведений и содержание данных, не подлежащих открытой публикации, несут ответственность авторы.

Редкол.:

Никитин Павел Игоревич - главный редактор, ответственный за выпуск журнала.

Шмакова Ольга Валерьевна - кандидат медицинский наук, ответственный за первичную модерацию, редактирование и рецензирование статей.

Хоботкова Татьяна Сергеевна - кандидат медицинский наук, ответственный за финальную модерацию и рецензирование статей.

Никитина Инна Ивановна – врач-эндокринолог, специалист ОМС, ответственный за первичную модерацию, редактирование и рецензирование статей.

Меметов Сервир Сеитягьяевич - доктор медицинских наук, профессор кафедры организации здравоохранения и общественного здоровья ФПКи ППС ФГБОУ ВО «Ростовский государственный медицинский университет».

Тахирова Рохатой Норматовна- кандидат медицинских наук, доцент кафедры факультетской педиатрии Ташкентского педиатрического медицинского института.

Ешиев Абдыракман Молдалиевич - доктор медицинских наук, профессор Ошской межобластной объединенной клинической больницы.

Федотова Елена Владимировна доцент - кандидат медицинский наук, профессор РАЕ, врач-хирург ГБОУ ВПО "Северный государственный медицинский университет".

Тихомирова Галия Имамутдиновна - доктор медицинских наук, доцент кафедры общей хирургии ФГБОУ ВО "Ижевская государственная медицинская академия".

Иванов Александр Леонидович – кандидат психологических наук, доцент кафедры психотерапии и сексологии РМАНПО.

Дурягина Лариса Хамидуловна - доктор медицинских наук, заведующая кафедрой терапевтической стоматологии, заслуженный врач республики Крым, Медицинская академия имени С.И. Георгиевского ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского»

Дегтярева Людмила Анатольевна - кандидат медицинских наук, доцент медицинской академии им. С.И. Георгиевского ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского»

Сулейменова Роза Калдыбековна - кандидат медицинских наук, заведующая кафедрой "Гигиена" АО "Медицинский Университет Астана"

Бовтюк Николай Ярославович - кандидат медицинских наук, доцент кафедра общей хирургии ОУ "Белорусский государственный медицинский университет"

Якубова Азада Батировна - кандидат медицинских наук, заведующая кафедрой Факультетской и госпитальной терапии, Ургенческий филиал Ташкентской Медицинской Академии

Афанасьева Галина Александровна - доктор медицинских наук, доцент кафедры патофизиологии ФГБОУ ВО Саратовский государственный медицинский университет имени В.И. Разумовского

Бесхмельницина Евгения Александровна - ассистент федры фармакологии и клинической фармакологии НИУ «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», врач акушер-гинеколог

А.О. Сергеева (ответственный администратор)[и др.];

Научный медицинский журнал «Авиценна», входящий в состав **«Издательского дома «Плутон»**, создан с целью популяризации медицинских наук. Мы рады приветствовать студентов, аспирантов, преподавателей и научных сотрудников. Надеемся подарить Вам множество полезной информации, вдохновить на новые научные исследования.

Издательский дом «Плутон» www.idpluton.ru e-mail: admin@idpluton.ru

Подписано в печать 08.07.2019 г. Формат 14,8×21 1/4. | Усл. печ. л. 3.2. | Тираж 300.

Все статьи проходят рецензирование (экспертную оценку).

Точка зрения редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов публикуемых статей.

Авторы статей несут полную ответственность за содержание статей и за сам факт их публикации.

Редакция не несет ответственности перед авторами и/или третьими лицами и организациями за возможный ущерб, вызванный публикацией статьи.

При использовании и заимствовании материалов ссылка обязательна

Оглавление

1. ИЗУЧЕНИЕ БЕЛОКО-ЛИПИДНОГО ПРОФИЛЯ КРОВИ ПРИ АУТОИММУННОМ ПРОЦЕССЕ... 4
Олимов А.А., Мадумарова М.М., Бектошев И.Б., Азизов Ю.Д., Якубова Р.М., Рузиматова Н.Ш.
2. ПРИМЕНЕНИЕ АДАПТИРОВАННОГО КОМПЛЕКСА КАРАТЭ-ДО ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ГИПЕРДИНАМИЧЕСКИМ СИНДРОМОМ8
Воскобойников А.Н., Шакирова О.В.
3. ФРАНЦУЗСКИЙ ЖИМ В БОДИБИЛДИНГЕ.....10
Абушарех А.
4. ЯЗЫК И МЫШЛЕНИЕ ЖИВОТНЫХ И ЛЮДЕЙ: НОВЫЙ ВЗГЛЯД ... 14
Драговоз И.С., Храмцов Д.А., Борисова К.Н., Тимофеенко Е.А., Чугуев А.С.
5. ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ ПЕРВИЧНОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ В Г. КУРСК ПО ДАННЫМ МУЗ ГБ №6.....18
Драговоз И.С., Храмцов Д.А., Борисова К.Н., Тимофеенко Е.А., Чугуев А.С.
6. СОСТОЯНИЕ МИКРОБИОТЫ РУК ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ АНТИСЕПТИЧЕСКИХ ПРЕПАРАТОВ...21
Драговоз И.С., Храмцов Д.А., Борисова К.Н., Тимофеенко Е.А., Федорцова Т.П.

Олимов Азизбек Алижон угли
студент, Андижанский государственный медицинский институт
Olimov Azizbek
Student, Andijan State Medical Institute

Мадумарова Махфуза Максимовна
ст. преподаватель,
Андижанский государственный медицинский институт
Madumarova Mahfuza
teacher, Andijan State Medical Institute

Бектошев Исломжон Бахтиёр угли
студент, Андижанский государственный медицинский институт
Bektoshev Islomzhon
Student, Andijan State Medical Institute

Азизов Юрий Далиевич
Доктор медицинских наук, профессор
Андижанский государственный медицинский институт
Azizov Yuri
Doctor of Medical Sciences, Professor
Andijan State Medical Institute

Якубова Раънохон Максимовна
ст. преподаватель,
Андижанский государственный медицинский институт
Yakubova Ranohon
teacher, Andijan State Medical Institute

Рузиматова Нодирабегим Шухратилло кизи
студент, Андижанский государственный медицинский институт
Ruzimatova Nodirabegim
student, Andijan State Medical Institute

УДК 612.017

ИЗУЧЕНИЕ БЕЛОКО-ЛИПИДНОГО ПРОФИЛЯ КРОВИ ПРИ АУТОИММУННОМ ПРОЦЕССЕ

THE STUDY OF STATE OF PROTEIN-LIPID PROFILE OF BLOOD IN AUTOIMMUNE PROCESS

Аннотация: Экспериментальными исследованиями доказано значение белково-липидного профиля крови в развитии атеросклеротического поражения сосудов. Путём создания моделей максимально приближённых к естественной патологии человека обосновано значение аутоиммунного компонента в механизме развития атеросклероза

Summary: The role of the protein-lipid blood profile in the developing of atherosclerotic affection vessels experimentally shown. The importance of autoimmune component is proved in the theory of atherosclerosis developing mechanism with of models maximal approximated to the natural human pathology.

Ключевые слова: сенсibilизация, аутоиммунный, альбумины, липопротеиды, фосфолипиды.

Keywords: allergization, autoimmune, albumins, lipoproteins, phospholipids.

Выявление важной роли аутоиммунного компонента, (1,8) состоящий из «β» и при «β» липопротеидов стал значительным шагом вперёд в решении вопроса атеросклерогенеза.

Накопившиеся данные утверждающие аутоиммунную теорию механизма развития

атеросклероза требуют дальнейшего экспериментального обоснования.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Следуя, ранее (2) разработанному принципу, воспроизведение патологических процессов в различных органах по аутоиммунной типу органоспецифической сенсибилизации, нами смоделировано аутоаллергическое поражения сосудов путём специфической иммунизации тканевым гомоантигеном. При этом ставилась задача, выявление возможности детерминации становления симптомов, соответствующих атеросклеротическому процессу. Учитывая, что в развитии последнего изменения белково–липидного профиля крови является характерным, нами предприняты в этом направлении исследования их сдвигов в динамике.

Проведены хронические опыты на 10 собаках иммунизированных сосудисто–тканевым гомоантигеном приготовленным по разработанному на нашей кафедре методом.

Сосудисто–тканевой гомоантиген вводился подкожно пятикратно с интервалом 2 дня из расчёта 0,5 мл на 1 кг веса животного. Определялись фракции липидов и фосфолипидов, разделённых путём тонкослойной хроматографии, рефрактометрически концентрация общего белка, белковые фракции сыворотки крови, липопротеиды методом электрофореза на бумаге и в полиакриламидном геле. Исследования производились в динамике после последней иммунизации сосудисто–тканевым гомоантигеном, а в дальнейшем на 15е, 30е, 45е, 60е, 75е, 90е сутки в динамике развития функциональных сдвигов.

Результаты опытов обработаны методом математической вариационной статистики.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В отчете иммунизации сосудисто–тканевым гомоантигеном в содержании липидов крови возникали отчетливые сдвиги, выявлявшие определенные закономерности.

Отмечается увеличение фосфолипидов и НЕЖК после гомоантигенной стимуляции ($P < 0,01$).

Концентрация свободного холестерина и триглицеридов, начиная с периода гомоантигенной стимуляции и в течении всего периода исследования характеризуются достижением своего максимума к концу исследования ($P < 0,001$).

Со стороны эфиров холестерина проявляются незначительные колебания их количества в период гомоантигенной стимуляции, на 15 и 30е сутки после последнего введения антигена.

Начиная с 45ых суток исследования концентрация эфиров холестерина постепенно нарастает достигая своего максимума на 90е сутки.

Общие липиды характеризуются постепенным нарастанием в течение в всего периода исследования ($P < 0,001$).

Нарушение липидного обмена и колебания отдельных его тестов в начальные периоды сенсибилизации можно рассматривать как одно из проявлений общей реакции организма, возникающей в процессе развития болезни, или защитный механизм сосудистой стенки в ответ на антигенное воздействие, возможно, вызывающего некоторое усиление внутрисосудистого липолиза и увеличение количества гепарина. Увеличение концентрации липидов во второй половине экспериментального аутоиммунного процесса, возможно, происходит из-за понижения активности энзимов сосудистой стенки в результате развития в них дегенеративных процессов.

Проведенные исследования показали, что уровень общего белка сыворотки крови начиная после последнего введения гомоантигена в течении всего периода исследования имеет тенденцию к увеличению его количества, достигая своего максимума на 90е сутки ($P < 0,001$).

Это увеличение общего количества белка возможно обусловлено не истинным увеличением протеинов крови, а в определенной степени гиперлипидемией (3), в результате нарушения образование комплекса холестерина с белками в сторону его усиления. Это дает основание, рассматривать изменение синтеза белка, как один из компонентов компенсаторной реакции организма, обеспечивающих в определенный отрезок времени нормализацию нарушившихся обменных процессов при развитии аутоиммунного атеросклеротического процесса (6). Возможно, что одним из проявлений изменения биосинтеза белка гомоантигенной сенсибилизации, является появления определенных антигенных изменений в ткани сосудов, которые в свою очередь могут приводить появлению иммунологических реакции, возникающих в ходе развития атеросклеротического процесса (7).

Следует также учитывать, что усиление синтеза общего количества белка, вероятно тесно связано с увеличением содержания отдельных фракции глобулинов (β , α) вследствие усиленного их синтеза (9). Со стороны белковых фракций выявлено незначительное уменьшение альбуминов α_1, α_2 глобулиновой фракции, удерживающиеся до конца.

Исследования показали постепенное увеличение в течение всего периода исследования β , α глобулиновой фракции ($P < 0,001$). Относительное или абсолютное уменьшение альбуминов и α_1 , α_2 фракции глобулинов вероятно обусловлено снижением скорости их синтеза в печени (6) при сенсбилизации ангиоантигеном. Кроме того уменьшения количество альбуминов, возможно, происходит из-за ускоренного их распада – гиперкатаболическая гипопротенемия.

Увеличения содержания β , α фракции глобулинов на фоне гипоальбумемии в ранние стадии гомоантигенной сенсбилизации можно оценить как компенсаторное ускорение их синтеза, вызванное начальным снижением онкотического давления.

Дальнейшее увеличение содержания β и α глобулинов тесно связано с увеличением синтеза противосудистых антител, либо с усилением следующих изменений со стороны липопротеидов сыворотки крови.

После гомоантигенной стимуляции отмечается незначительное увеличение α и уменьшение β фракции, которые вновь возвращаются к фоновому уровню на 15е сутки исследования после последнего введения антигена. Начиная с 45го дня исследования концентрация β фракции липопротеидов постепенно увеличивается, а α фракции уменьшается, достигая к концу исследования своих максимумов ($P < 0,001$).

Изменения липопротеидов разделенных на полиакриламидом геле характеризуются также незначительным нарастанием α фракции продолжающиеся по 60е сутки исследования ($P < 0,02$).

Начиная с 75го дня исследования концентрация (активность) α фракции начинает уменьшаться с постепенным нарастанием β фракции, которое достигает своего максимума на 90е сутки исследования ($P < 0,001$).

Тенденцию к снижению содержание β липопротеидов в первые дни сенсбилизации сосудисто– тканевым гомоантигеном можно объяснить резким повышением концентрации гепарина в крови, активизирующих липопротеиновую липазу, переводящие крупные молекулы липопротеидов в более мелкодисперсные.

В основе стойкого повышения содержания β -липидов крови в поздние этапы экспериментального аутоиммунного атеросклеротического процесса лежат многие факторы, в том числе нарушения процесса биосинтеза и трансформации липопротеидных комплексов, постоянно происходящих в организме (9), в результате торможения распада β -липидов из-за замедления их кругооборота, понижение активности липопротеиновой липазы, что может быть обусловлена как дефицитом гепарина, так и наличием его ингибиторов.

Вышеуказанное свидетельствует о том, что липопротеиновый спектр крови повышается вследствие тех же причин, которые вызывают гиперхолестеринемия и гипертриглицеридемию, поскольку большая часть этих компонентов входит в состав β – липидов.

Таким образом, проведенные исследования свидетельствуют, что повышенный по сравнению с нормой уровень свободного холестерина, триглицеридов, общего белка сыворотки крови, сдвига в белковых фракциях и β липидов, прежде всего свидетельствует об ускоренном эндогенном их синтезе при аутоиммунном атеросклеротическом процессе.

ВЫВОДЫ

1. Аутоиммунное повреждение сосудистой стенки способствует нарушению метаболизма липидов.

2. Увеличение количество общего белка и сдвиги белковых фракции (β , α) является косвенным подтверждением образованием и наличия противосудистых антител, играющих важную роль в повреждении сосудистой стенки.

3. Отражением нарастающего отложения циркулирующего иммунного комплекса в сосудистой стенки может быть параллелизм в увеличение концентрации общего белка и β – липидов.

Библиографический список:

1. Иванова Е.В. др. Антитериодные антитела различной специфичности в патогенезе и диагностике аутоиммунных заболеваний щитовидной железы. Гер. архив. 2009, №10, Г-81, стр. 39-40.

2. Медведев И. Н. Экспериментальное моделирование гиперхолестеринемии и тромбоцитарных нарушений у кроликов. Кардиология, 2006, №3, стр. 46-54.

3. Ромскова Г. А. и др. Лечение пациентов гипертриглицериндемией. Гер.Архим 2007. Г-79. №2. стр. 29-33.

4. Шевченко О. П. и др. Адиконекти и показатели атеросклеротического ремоделирования сонных артерий. Российский Кардиологический журнал 2011. №4. стр. 38-42.

5. Шевченко О. П. и др. Роль РРАР-А в развитии атеросклеротической бляшки у больных ишемической болезнью сердца. Российский Кардиологический журнал 2011. №2. стр. 65-72.
6. Титов В. Н. С – реактивный белок – вектор переноса жирных кислот к клеткам, реализующим синдром системного воспалительного ответа. Кардиология, 2007, №3, стр. 14-30.
7. Титов В.Н. Механизмы действия цитотонов при первичном и вторичном атеросклерозе. Кардиология, 2006, №5, стр. 23-27.
8. Парфенов А. И. и др. Гиперчувствительность и профилактика аутоиммунных и онкологических заболеваний. Гер. Архив 2007. Г-79. №2. стр. 5-12.
9. Таблоев К.И. и др. Роль липопротеида (α) и β липопротеида. В-100 в развитии ишемической болезни сердца. Кардиология, 2006, №7, стр. 52-56.
10. Титов В.Н. Физиологическая роль интимы артерий и поддержании “чистоты” внутренней среды организма. Специфичность воспалительного поражения интимы при атеросклерозе. Кардиология, 2006, №9, стр. 10-24.

Воскобойников Алексей Николаевич**Voskoboinikov Alexey**

магистр Дальневосточного федерального университета, направления 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Шакирова Ольга Викторовна**Shakirova Olga**

научный руководитель

Директор департамент физической культуры и спорта Дальневосточного федерального университета

УДК 616.89

ПРИМЕНЕНИЕ АДАПТИРОВАННОГО КОМПЛЕКСА КАРАТЭ-ДО ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ГИПЕРДИНАМИЧЕСКИМ СИНДРОМОМ

THE USE OF AN ADAPTED KARATE-DO COMPLEX FOR THE EDUCATION OF CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE WITH HYPERDYNAMIC SYNDROME

Аннотация: Гиперактивность является самой распространенной формой хронических нарушений поведения в детском возрасте. Причинами обращения родителей и учителей к специалистам – медикам и психологам, становится чрезвычайная двигательная активность ребенка, невозможность усидеть на одном месте, импульсивность поведения. В работе поставлена цель, определены задачи, рассмотрены возможные методы исследования для их достижения.

Annotation: Hyperactivity is the most common form of chronic behavior disorders in childhood. The reasons for the treatment of parents and teachers to medical specialists and psychologists are the child's extreme physical activity, the inability to sit in one place, the impulsive behavior. The goal has been set, tasks have been defined, possible research methods for their achievement have been considered.

Ключевые слова: гипердинамический синдром, физическое воспитание школьников, комплекс каратэ-до

Keywords: hyperdynamic syndrome, physical education of schoolchildren, karate-do complex

По данным ученых, проблема гиперактивного поведения определяется индивидуальной вариативностью и природно-обусловленными особенностями развития ребенка. Различные исследования позволяют говорить о важности внешних, социальных факторов, прежде всего, адекватных форм организации деятельности и общения ребенка, влияния семейных отношений на проявления гиперактивности. В этом контексте гиперактивность рассматривается как сформированный взрослыми способ взаимодействия ребенка с миром [3,5]. Установлено, что физические нагрузки во время выполнения движений влияют на оперативность мышления и скорость усвоения информации. Исследования доказывают, что под влиянием физических нагрузок положительно меняется динамика мыслительных процессов. Специфика движений, их разнообразие улучшает когнитивные процессы. В настоящее время ведется поиск новых путей совершенствования учебно-воспитательного процесса, которые бы помогли повысить интерес детей к занятиям, активизировать их деятельность, улучшить физическое развитие, устранить синдром гиперактивности [1-2,6]. Но для того, чтобы определиться в планировании педагогических действий, средств и методов, направленных на всестороннее гармоничное развитие ребенка необходимо изучить и оценить показатели, обеспечивающие реализацию двигательной и умственной деятельности детей младшего школьного возраста.

Исследование проводится на базе Детской юношеской спортивной школы «Старт» (г. Владивосток). Целью исследования является оптимизация физического и умственного развития учащихся младших классов с гипердинамическим синдромом под влиянием разработанного комплекса каратэ-до. Цель определяет необходимость решения следующих задач:

- выявить уровень физической и умственной подготовленности детей младшего школьного возраста с гипердинамическим синдромом;
- отобрать и адаптировать элементы каратэ-до с учетом уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста с гипердинамическим синдромом;
- определить эффективность применения адаптированного комплекса каратэ-до на уроках

физической культуры у детей младшего школьного возраста с гипердинамическим синдромом.

Для решения поставленных задач применяются следующие методы исследования:

1. Теоретический анализ и обобщение научной и методической литературы по проблеме исследования.

2. Врачебно-педагогические наблюдения с проведением контрольного тестирования. Для оценки уровня физического развития предполагается расчет соответствующего индекса по формуле А.Д. Дубогай [2]. Сила мышц верхних конечностей будет измеряться с помощью кистевого динамометра. Уровень физической работоспособности будет определяться путем проведения функциональной пробы Руфье. С целью определения физической подготовленности детей младшего школьного возраста предполагается провести следующие тесты:

– бег на 30 метров для тестирования скоростных способностей;

– прыжок в длину с места и метание теннисного мяча для определения скоростно-силовых способностей детей;

– челночный бег 3x10 метров, подбрасывание и ловля мяча, отбивание мяча от пола для оценки координационных способностей;

– гибкость будет определяться с помощью теста – наклон туловища вперед стоя на гимнастической скамейке;

– силовая выносливость будет оцениваться на основе теста – поднятие туловища в положение сидя из положения лежа.

3. Психодиагностические методы. Будут использованы стандартизированные, адаптированные психологические тесты, которые являются адекватными и информативными для данного возраста. Комплексная методика включает в себя исследование познавательных процессов (восприятия, воображения, внимания, памяти, мышления, речи) и уровня развития мелкой моторики (по Р.С. Немову) [4]. Все методики позволяют получить показатели психологического развития, которые выражаются в стандартизированной десятибалльной шкале. Для определения уровня развития внимания предполагается применение двух методик, одна из которых предназначена для определения продуктивности и устойчивости внимания – «Найди и вычеркни», а вторая для определения переключения и распределения внимания «Проставьте значки». При определении уровня развития памяти будут использоваться две методики, одна из которых рассчитана на определение уровня слуховой памяти «Запомни цифры», а вторая – зрительной памяти «Запомни рисунки».

4. Методы математической статистики.

Мы предполагаем, что разработанные комплексы упражнений с элементами каратэ-до для детей младшего школьного возраста с гипердинамическим синдромом позволят оптимизировать физическое состояние учащихся, повысив уровень здоровья и интерес к занятиям физической культурой.

Библиографический список:

1. Абрамов, В. А. Боевые искусства: (самбо, айкидо, дзюдо, каратэ, таэквондо, ушу) / В.А. Абрамов, С.В. Павлов. – Уфа : Респ. Центр здоровья. 1990. – 55 с.

2. Дубогай А. Д. Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни: дис... д-ра пед. наук: спец. 13.00. 01 //АМ Горького.– К. – 1991.

3. Жданова Л.А., Русова Т.В. Физическое, половое, интеллектуальное развитие и умственная работоспособность подростков с синдромом дефицита внимания и гиперактивности // Вестник ивгма. 2018. – С. 14-16.

4. Немов Р.С. Психология: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: в 3 кн //М.: Просвещение, Владос. – 1994. – С. 341-358.

5. Ротенберг Н.С. Технология использования средств физической культуры для коррекции и оптимизации поведения гиперактивности детей // Ученые записки университета Лесгафта. 2010. №7 (65). – С. 70-72.

6. Ротенберг, Н.С. О возможности коррекции гиперактивности детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры / Н.С. Ротенберг // Психологические основы педагогической деятельности : сборник научных трудов / под ред. А.Н. Николаева / Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2009. № 13, ч. 1. – С. 21-24.

Абушарех Ахмед
Abusharekh Ahmed

студент Дальневосточного Федерального Университета, школы искусств и гуманитарных наук, департамента физической культуры и спорта

УДК 796.071

ФРАНЦУЗСКИЙ ЖИМ В БОДИБИЛДИНГЕ

FRENCH PRESS GYM IN BODYBUILDING

Аннотация: В данной статье представлены определение бодибилдинга, любительского и профессионального, затем узко рассматривается французский жим, его разновидности и техника выполнения упражнений лежа, сидя и стоя.

Annotation: This article presents the definition of amateur and professional bodybuilding, then it examines the French press gym, its variations and the technique of doing the lying, sitting and standing exercises.

Ключевые слова: Бодибилдинг, французский жим, трицепс, локтевой сустав.

Keywords: Bodybuilding, French press gym, triceps, elbow joint.

Если вы хотя бы раз в жизни брали в руки какие-либо отягощения, можно с уверенностью сказать, что вы занимались бодибилдингом, как бы смешно или парадоксально это ни звучало. Дело в том, что любая двигательная активность возможна только благодаря мышцам, которые приводят в движение человеческий организм и в том числе позволяют ему помимо собственного веса работать с отягощениями – поднимать, переносить, двигать, удерживать и не только. Отсюда логически следует, что чем сильнее развиты ваши мышцы, тем лучше вы приспособлены к работе с отягощениями. Однако не силовые показатели являются целью, которую преследуют бодибилдеры. Они скорее являются вторичными в процессе тренировок. Первичным является стремление к построению тела, такого, каким каждый хочет его видеть. Таким образом, совершенно справедливым будет утверждение, что бодибилдинг ставит целью достижение эстетичного телосложения путем работы с отягощениями. В классическом же трактовании бодибилдинг – это целенаправленная работа с отягощениями, целью которой является телостроительство, или переводя дословно с английского языка – body (тело) building (строительство) [2,3]. Каждый из нас может воспроизвести в памяти образы великих древнегреческих богов и героев, brave похождения которых неоднократно описывались в книгах по истории и мифологии. Каждый из нас знаком с этими образами с детства и возможно именно благодаря этой неразрывной связи образа героя с мускулистым телосложением, в нашем сознании и формируется картина, так называемого идеального человека, который обязательно должен иметь круглые плечи, широкую спину, выдающуюся грудь, объемные бицепсы, кубики пресса и мускулистые ноги. Таким образом, бодибилдинг можно условно разделить на два направления: любительский и профессиональный (он же соревновательный). Любительский бодибилдинг – это прежде всего поддержание здорового образа жизни. В бодибилдинге упражнения строятся вокруг выполнения работы с отягощениями в различных тренажерах, силовых рамах и в том числе со свободными весами – штангами, гантелями и гирями. Любительский бодибилдинг полностью исключает соревновательный элемент из спортивных занятий, то есть весь тренировочный процесс формируется вокруг умеренной физической нагрузки и в целом приятного времяпрепровождения без целей с кем-либо сравнивать свой результат. Соревновательный бодибилдинг – это прежде всего задача выступить и победить на соревнованиях за счет достижения максимально качественной физической формы. Любой профессиональный спорт предполагает работу на пике возможностей и бодибилдинг не является исключением [4].

Не секрет, что не все мышцы доступны или удобны для проработки всех слоёв, головок и отдельно расположенных мышц. Неудобство испытывают спортсмены при тренировке, например портняжной, подкожной мышцы шеи, пирамидальной мышцы живота и всех трёх головок трицепса плеча. В связи с этим в трёхглавом тренинге – движение связано с определёнными рисками для упражняющихся со значительными весами. Только последние могут рельефно и объёмно создать трицепс. Палочкой –выручалочкой для тренинга трёхглавой мышцы плеча приходится упражнение французского жима.

В бодибилдинге данная разновидность французского жима используется для прицельного увеличения "массы" длинного пучка трицепса, задающего визуальную ширину руки при взгляде

сбоку. Общий диаметр руки также может быть увеличен за счет целенаправленного применения этого упражнения. Во многих видах спорта результат зависит от силы трицепса, распрямляющего руку. Распрямление руки — это ключевой момент многих движений, в частности, ударов по мячу в волейболе, бросках в баскетболе, ударах в теннисе и бадминтоне. Распрямление руки - фундамент таких видов спорта, как бокс и единоборства [2].

Трицепс имеет 3 пучка - средний, внешний и длинный. Нижние сухожилия всех пучков прикрепляются к задней поверхности руки в области локтя.

Средний пучок принимает на себя большую часть нагрузки во всех движениях, сопровождающихся разгибанием локтя. Внешний пучок выполняет примерно ту же функцию, однако подключается к работе только тогда, когда у среднего пучка не хватает силы преодолеть вес. Третий - длинный - пучок вступает в игру последним, однако помимо распрямления руки он участвует еще и в движении плечевого сустава. В упражнении еще участвует малая мышца анкионус. Ее задача состоит в том, чтобы полностью выпрямить руку. Заодно она стабилизирует локтевой сустав [4].



При выполнении этого упражнения следует запомнить, что локти требуют «трепетного» отношения при траектории движения рук со штангой. Это очень важно, для избежание травмирования локтевых суставов. Следует отметить, что локтевой сустав — это сложный и комбинированный сустав, состоящий из трёх костей и трёх суставных сочленений, объединённых одной капсулой. Так сочленения плечелучевое имеет шаровидную форму, плечелоктевое — блоковидную с винтообразным строением и лучелоктевой имеет цилиндрическую форму, формируя вращательный сустав. Такое многообразие локомоций в этом суставе требует филигранной техники выполнения французского жима и предварительной подготовки мышц плеча и предплечья. Опуская гриф штанги ко лбу, мы активизируем в большей степени латеральную и медиальную головку этой мышцы, а уводя верхние конечности с грифом штанги дальше за голову сокращается длинная головка трицепса. Следует отметить, что французский жим сработает, если нагрузку отягощения на себя возьмут все три головки трёхглавой мышцы плеча, а не три сустава формирующие сам локтевой сустав. При последнем положении движения и возникают вывихи и подвывихи в локтевых суставах. Для выполнения французского жима необходимо пройти правильную подготовку [1], на следующем рисунке указано Французский жим лёжа:



Лягте на горизонтальную поверхность (скамью), чтобы ваша голова чуть выглядывала из-за края. Это делают с той целью, чтобы можно было без труда отвести штангу назад, согнув руки. А голова при таком обстоятельстве не станет препятствовать этому. Нужно взять штангу, у которой согнутый гриф (EZ-штанга – наиболее удачное решение, если сравнивать с прямым грифом), и выжать ее над собой. Затем следует отклонить инструмент выпрямленными руками к голове, так на трицепсы ляжет большая часть нагрузки. Удерживая свои локти в неподвижном состоянии, попробуйте согнуть руки, при этом опустив штангу немного за головой. Далее нужно выжать штангу к исходному положению, не изменяя наклон назад для того, чтоб не прерывать нагрузку на трицепс. Выполнять данное движение необходимо определенное количество раз трицепса, на вдохе надо сгибать руки, а на выдохе – выпрямлять. Такая тренировка по праву считается базовой для трицепсов, с ее помощью выстраивается масса и развивается его сила [3,4], на следующем рисунке указано Французский жим сидя:



Возьмите штангу узким хватом, руки примерно на ширине плеч. (1) Сядьте на скамью и поднимите штангу над головой, выпрямив руки. (2) Удерживая локти неподвижно рядом с головой, опустите штангу вниз по дуге за голову, пока ваши трицепсы не растянутся до максимума. В этом

упражнении должны двигаться только предплечья. Далее, пользуясь силой трицепсов, выжмите штангу над головой, выпрямите руки и напрягите трицепсы. Это упражнение также можно выполнять с EZ-штангой или на наклонной скамье [2], на следующем рисунке указано французский жим стоя:



Это упражнение придает вашим трицепсам массивность и полноту, дополняющую бицепсы при демонстрации со спины. Трицепсовые жимы в положении стоя позволяют вам прибегать к "читтингу" и таким образом работать с большим весом. Это упражнение также можно выполнять с веревкой или тросом, пропущенным через нижний блок, что создает большую нагрузку на длинную головку трицепса.

Возьмите прямую или EZ-штангу верхним хватом, расставив руки примерно на 10 дюймов. Выпрямитесь и поднимите штангу над головой. Удерживая плечи неподвижно и близко к голове, опустите штангу за голову так далеко, как это возможно, а затем выжмите ее в исходное положение по широкой дуге [3].

Библиографический список:

- 1- Жуков, В.И. Биомеханический анализ спортивной техники жима лежа / В.И. Жуков, А.Р. Мамий, И.Н. Манько, Т.А. Филимонова // Вестник АГУ, 2014.– Вып. 4 (146).– С. 136-139.
- 2- Гусев И. Е. Полный курс бодибилдинга / И. Е. Гусев. – Москва: Харвест, 2007. – 160 с.
- 3- Хрипач Г. Н. Бодибилдинг современный подход / Г. Н. Хрипач. – Санкт - Петербург: Питер, 2012. - 160 с.
- 4- Шварценеггер А. Новая энциклопедия бодибилдинга / А. Шварценеггер. – Москва: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 824 с.

Драговоз Иван Сергеевич**Dragovoz Ivan Sergeevich**

студент 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск. E-mail: disa721@yandex.ru

Храмцов Даниил Андреевич**Chramtsov Daniil Andreevich**

студент 2 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Борисова Ксения Николаевна**Borisova Ksenia Nikolaevna**

студентка 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Тимофеев Евгений Алексеевич**Timofeyenko Evgeny Alekseevich**

студент 2 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Чугуев Андрей Сергеевич**Chuguev Andrey Sergeevich**

студент 5 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

УДК 159.955

ЯЗЫК И МЫШЛЕНИЕ ЖИВОТНЫХ И ЛЮДЕЙ: НОВЫЙ ВЗГЛЯД

THE LANGUAGE AND THOUGHT OF ANIMALS AND HUMANS: A NEW LOOK

Аннотация. Язык – система словесного выражения мыслей. Но возникает вопрос, можно ли мыслить, не прибегая к помощи языка? Франс Де Вааль опровергает многолетние исследования, в основе которых суждение – поведение есть ответ на стимул.

Abstract. Language is a system of verbal expression of thoughts. But the question arises, is it possible to think without the help of language? Frans De Waal refutes many years of research, which is based on the judgment – behavior is the answer to the stimulus.

Ключевые слова: язык, мышление, интеллект, этология, бихевиоризм.

Key words: language, thinking, intelligence, ethology, behaviorism.

Введение. Большинство современных исследователей полагают, что мышление может существовать только на базе языка и фактически отождествляют язык и мышление. Фердинанд де Соссюр, великий швейцарский лингвист, в поддержку тесного единства языка и мышления приводил образное сравнение: «язык – лист бумаги, мысль – его лицевая сторона, а звук оборотная. Нельзя разрезать лицевую сторону, не разрезав оборотную. Так и в языке нельзя отделить ни мысль от звука, ни звук от мысли. Этого можно достичь лишь путем абстракции». Однако, наш современник, американский этолог и приматолог нидерландского происхождения Франс Де Вааль в своей книге «Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных?» выдвигает новую идею о том, что животные, не обладая привычными для нас признаками языкового общения, владеют достаточным уровнем интеллекта и развитым мышлением, чтобы вести полноценную познавательную деятельность и заслуженно стать в один ряд «мыслящих существ» с человеком. [4].

Цель исследования: проанализировать позицию Франса де Вааля в его книге «Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных?», сравнить ее с нынешним представлением об интеллекте

Материалы работы: в ходе работы использовались книга Франса де Вааля «Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных?», рецензии и отзывы на нее, а также источники, излагающие современные взгляды на изучаемую тему.

Методы исследования: сравнительный анализ, формализация, индукция.

Результаты исследования. Ученые признают факт сложной взаимосвязи между языком и мышлением. В общем виде отношения между языком и мышлением проявляются в следующем. Возможность соотнесения языковых единиц с явлениями действительности основана на мышлении, на способности мозга (будь он человеческим или даже животным) к отражению действительности. Без такой соотнесенности невозможно было бы общение между представителями одного биологического вида. Сознание, мышление как свойство головного мозга идеально, оно не имеет свойств материи – запаха, вкуса, температуры и пр. Язык же, вернее его единицы, имеет звуковую, т.е. материальную сторону. Мышление материализуется в языке, в звуках, через какое-либо деяние оно передается другим. [1, 4].

Этология и бихевиоризм: сходства и различия. Этология — область биологии, изучающая поведение животных, она сложилась непосредственно до и после Второй мировой войны. Англоязычный мир узнал об этологии, когда один из ее основателей — голландский зоолог Нико Тинберген пересек пролив Ла-Манш. Тогда он заметил, что самцы колюшек в аквариуме на подоконнике его лаборатории в Лейдене проявляли беспокойство каждый раз, когда по улице проезжал красный почтовый фургон.

Бихевиоризм ограничивал предмет исследования поведением, за что и получил свое название, но трудно поверить, что поведение животных может быть сведено к перечню поощрительных стимулов, ведь в бихевиоризме животные рассматривались как пассивные существа. Действительно, поведение животных может меняться в зависимости от его результатов, но они никогда не действуют случайно или наугад. Возьмите, для примера, собаку и мячик. Если вы бросите мячик щенку, то он кинется за ним, как прирожденный хищник. И чем больше щенок будет узнавать о вас и вашем мячике — или о добыче и ее тактике спасения, — тем лучшим охотником он станет. В основе этого поведения — страсть щенка к преследованию, которая ведет его сквозь кусты, воду, а иногда стеклянные двери. Это влечение проявляет себя раньше, чем приобретение любых других навыков в воспитании или дрессировке. [3, 4].

Теперь сравним это поведение с повадками обычного домашнего кролика. Сколько бы мы ни бросали ему мячик, ничего подобного не произойдет. Чего еще можно ожидать, если охотничий инстинкт отсутствует? Даже если мы будете предлагать кролику сочную морковку за каждый принесенный мячик, достижение желаемого результата потребует долгих утомительных тренировок, которые никогда не вызовут восторга перед движущимся маленьким предметом, обычного у кошек или собак. Бихевиористы совершенно упускали из виду эти природные наклонности, забывая, что, хлопая крыльями, роя норы, используя палки, грызя древесину, залезая на деревья, каждый вид закладывает основу своего собственного обучения. Таким способом многие животные учатся тому, что они должны знать и уметь: например, козлята сталкиваются лбами, а маленькие дети стремятся встать и пойти. [2, 4].

Между тем для бихевиористов подобное открытие представлялось совершенно необъяснимым, ведь обучение считалось универсальным процессом, поэтому наличие у птиц различных поведенческих навыков с точки зрения бихевиоризма не имело никакого смысла. Бихевиоризм не принимал в расчет экологию и обучение, приспособленное к специфическим потребностям данного вида. Еще меньшее внимание уделялось отсутствию того или иного навыка, как это было у моевок, или другим проявлениям биологического разнообразия, таким как различия в поведении между полами. Так, у некоторых видов самцы странствуют по обширной территории в поисках партнерш, а самки ограничиваются небольшими участками. В таких условиях самцы должны превосходно ориентироваться на местности и запоминать, где и когда они повстречали представительницу противоположного пола. [4].

Например, самцы большой панды совершают далекие путешествия по влажному бамбуковому лесу, одинаково зеленому куда ни глянь. Для них чрезвычайно важно оказаться в нужное время в нужном месте, потому что овуляция у самок происходит только раз в год, и они способны к оплодотворению в течение всего пары дней. Способность самцов ориентироваться лучше, чем самки, была подтверждена американскими учеными-этологами. Пандам предлагалось отыскивать контейнеры с пищей, разложенные на открытом пространстве, и самцы справлялись с этой задачей успешнее самок.

Формы коммуникаций в мире животных. Временами слова Алекса, попугая, купленного в зоомагазине и выращенного для изучения умственных способностей птиц, имели четкое лингвистическое значение. Однажды, когда его хозяйка переживала по поводу совещания в своем отделе и вошла в свою лабораторию в дурном расположении духа, Алекс посоветовал ей: «Успокойся!» Без сомнения, то же самое выражение ранее было адресовано самому Алексу, находившемуся в возбужденном состоянии. Этот случай стоит воспринимать как знак глубокого понимания ситуации. Следует иметь в виду, что за этими конкретными животными наблюдают в течение десятилетий и они выдают сотни жестов в день. [2, 4].

Фр. Де Вааль пишет – «от меня нечасто услышишь нечто подобное, но я считаю нас единственным видом, владеющим речью». Да, мы действительно не располагаем сведениями о другой символической форме общения, настолько богатой и разнообразной по назначению, как у нашего вида. Пока смело можно утверждать, что это наш собственный «волшебный колодец», то качество, в котором мы имеем исключительное превосходство над остальными живыми существами. Другие виды могут согласовывать действия и планы посредством невербальных сигналов, выражать свои внутренние ощущения, такие как эмоции и намерения, но их общение, в отличие от языка, не обладает символическим характером и способностью приспосабливаться к любым обстоятельствам. Франс Де Вааль в своей книге выражает одну из главных мыслей, на которую, безусловно, стоит обратить внимание – «первое и главное достоинство языка — возможность выйти за рамки того, что происходит здесь и сейчас. Способность обсудить вещи, которые в данный момент отсутствуют, и события, которые уже произошли или еще произойдут, дает огромное преимущество в выживании. [4].

Особенности социальных навыков животных. Основу изучения социальных навыков животных в 1952 г. заложил основатель японской приматологии Кинджи Иманиши. Он впервые предположил, что, если отдельные особи усваивают повадки друг друга и в результате у разных групп появляются свои поведенческие особенности, есть основания говорить о животной культуре. В то время эта идея была настолько радикальной, что западной науке потребовалось сорок лет, чтобы ее признать. Лишь через много лет была предпринята попытка обесценить познавательную основу такого поведения, заменив ее на первый взгляд более простой альтернативой, в основе которой было гиперутрированное объяснение наблюдений студентов Иманиши — обезьяна видит, обезьяна делает. Нельзя исключить также воздействие человека. Возможно, Сатсуэ Мито, ассистентка Иманиши, вручала батат каждой обезьяне отдельно. Однако, обезьяна не может распоряжаться пищей так, как она хочет. Любая особь, держащая пищу, когда самцы высокого ранга стоят с пустыми руками, рискует нарваться на неприятности. Макаки строго соблюдают субординацию и могут быть агрессивными. Поэтому накормить Имо и других молодых обезьян прежде всех остальных означало бы поставить под угрозу их жизнь. В действительности последними обезьянами, научившимися мыть батат, были взрослые самцы, которых кормили первыми. Но, возможно, самым веским доказательством в пользу социального обучения против индивидуального был способ распространения этой привычки. Вряд ли можно считать случайным то, что первой обезьяной, последовавшей примеру Имо, стала ее мать Эба. Затем привычка распространилась на ровесников Имо. [1, 4].

«Пространство» и «время» у животных. Примерно в начале 20 века немецкий биолог Якоб фон Икскуль предположил, что у животных может существовать свое собственное мироощущение, которое он назвал «умвельт» (нем. *umwelt* — окружение, окружающий мир). Каждый организм ощущает окружающую среду по-своему, утверждал он. Безглазый клещ забирается на травинку и пытается уловить запах масляной кислоты, исходящий от кожи млекопитающих. Исследования показали, что это паукообразное может обходиться без пищи восемнадцать лет, поэтому у клеща более чем достаточно времени, чтобы встретить млекопитающее, напасть на свою жертву и вдоволь насытится теплой кровью. Затем он готов отложить яйца и умереть.

Икскуль приводил и другие примеры, показывая, что одно и то же окружение предоставляет сотни возможностей, специфичных для каждого вида. Умвельт принципиально отличается от экологической ниши, которая означает среду обитания, необходимую для выживания организма. Напротив, умвельт подразумевает эгоцентричный, субъективный мир, представляющий собой лишь малый анклав в океане возможностей. Согласно Икскулю, чужие умвельты «непонятны и неощутимы» для других видов. Одни животные воспринимают ультрафиолетовое излучение, другие ориентируются с помощью запахов. Кто-то живет на ветвях дуба, кто-то — под его корой, а кто-то, как семья лисицы, в норе между корнями. Каждый воспринимает одно и то же дерево по-своему. Люди могут попытаться представить умвельты других организмов. Будучи видом, ориентированным

на визуальное восприятие, мы можем купить приложение к смартфону, превращающее цветное изображение в черно–белое, которое видят люди, не способные различать цвета. Мы можем завязать глаза, чтобы имитировать умелые люди с нарушениями зрения и поставить себя на их место. Но все это будет лишь жалкой моделью, простым субъективным предположением, не объясняющим нам «чужого» для нас мира. [3, 4].

Во–первых, «umwelt» нельзя свести ни к организации субъекта действия, ни к организации окружающей среды, ведь он является продуктом взаимодействия между тем и другим. Субъект и объект составляют единство и взаимно определяют друг друга.

Во–вторых, «umwelt» – это мир смыслов. В понятии этого слова подчеркивается субъективность и смысловая определенность мира живого существа. Субъектами восприятия и действия Иксюль называет и животных, – не только человека. «Всё, что субъект воспринимает, становится его миром восприятия («Merkwelt»), а всё, что он делает, становится его миром действия («Wirkwelt»). Мир восприятия и мир действия составляют вместе единое целое, мир вокруг животного, или окружающий его мир («Umwelt»). «Umwelten... столь же многообразны, как и сами животные» – пишет Иксюль. [1, 4].

Выводы. Язык и мышление, несомненно, связаны друг с другом. Но зависят ли они друг от друга? Большинство исследователей полагают, что мышление может существовать только на базе языка и фактически отождествляют язык и мышление. Однако, наш современник, нидерландский этолог и приматолог Франс Де Вааль в своей книге «Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных?» выдвинул новую идею о том, что животные, не обладая привычными для нас признаками языкового общения, владеют достаточным уровнем интеллекта и развитым мышлением, чтобы вести полноценную познавательную деятельность и заслуженно стать в один ряд «мыслящих существ» с человеком.

Разграничивая понятия «этология» и «бихевиоризм», автор объясняет, что этологи подходят к изучению животных более правильно, учитывая их анатомические, физиологические и, конечно же, социальные особенности. Своими исследованиями и написанной книгой Франс Де Вааль ставит под сомнение результаты многолетних работ, которые основаны на простом бихевиористическом принципе – поведение есть ответ на стимул. На примере множества «живых» опытов он доказывает нам, что рассудочная деятельность, мышление и интеллект животных, будь то приматы, попугай или слон, совершенно не зависят от языка того, к которому мы привыкли. Его может не быть, но будут свои «видовые» особенности коммуникаций, которые автор раскрывает в одной из глав своей книги.

Библиографический список:

1. Агафонов А.Ю. Когнитивная психомеханика сознания или как сознание неосознанно принимает решение об осознании. Самара: ИД «Бахрах–М», 2007. 346 с.
2. Бурлак С.А. Происхождение языка. Факты, исследования, гипотезы. – М.: Астрель, 2011. – 464 с.
3. Горский Д. П. Мышление и язык. –М.: Государственное издательство Политической литературы, 1957.
4. Де Вааль Фр. Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных? М.: Альпина нон–фикшн, 2017. 202 с.

Драговоз Иван Сергеевич**Dragovoz Ivan Sergeevich**

студент 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск. E-mail: disa721@yandex.ru

Храмцов Даниил Андреевич**Chramtsov Daniil Andreevich**

студент 2 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Борисова Ксения Николаевна**Borisova Ksenia Nikolaevna**

студентка 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Тимофеев Евгений Алексеевич**Timofeyenko Evgeny Alekseevich**

студент 2 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Чугуев Андрей Сергеевич**Chuguev Andrey Sergeevich**

студент 5 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

УДК 616.34

ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ ПЕРВИЧНОЙ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ В Г. КУРСК ПО ДАННЫМ МУЗ ГБ №6

DYNAMICS OF DEVELOPMENT OF PRIMARY INCIDENCE OF GASTRIC'S AND DUODENAL'S ULCER IN KURSK ACCORDING STATE HOSPITAL №6

Аннотация. В данной статье отображены результаты проведения исследования статистических показателей первичной обрацаемости язвенной болезнью желудка и ДПК в МУЗ ГБ №6 г. Курска. В результате исследования была установлена динамика первичной обрацаемости по данной патологии согласно исследуемым группам.

Abstract. This article displays the results of the study of statistical indicators of primary circulation of peptic ulcer disease. Of the stomach and duodenum in state hospital №6 of Kursk. The study was set dynamic primary referral for this disease according to studied groups.

Ключевые слова: язвенная болезнь желудка, язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки, первичная обрацаемость, динамика, г.Курск.

Key words: peptic ulcer, peptic ulcer duodenum, the primary uptake, dynamics, Kursk.

Введение. Болезни желудочно-кишечного тракта входят в пятерку самых распространенных заболеваний в мире, 30% из которых приходится на язвенную болезнь, что составляет примерно 10% всего населения земного шара. В России, как и во всем мире, заболеваемость язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки распространена как среди детей и подростков, так взрослых и пожилых людей [1, 4].

Цель исследования: анализ динамики развития первичной заболеваемости язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки в г. Курск по данным МУЗ ГБ №6.

Материалы работы: истории болезни и амбулаторные карты больных с язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, журналы с последующим ретроспективным анализом,

контрольные карты диспансерного наблюдения, отчеты врача гастроэнтеролога за период с 2016 по 2018 год, а также данные предыдущих исследований в области язвенной патологии за период с 2014 по 2015 год.

Методы исследования: ретроспективный анализ медицинской документации, статистический анализ.

Результаты исследования: для выяснения динамики возникновения заболевания язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки были проведены подсчеты количества зарегистрированных случаев на территории Железнодорожного округа г. Курска. Изучение данных осуществлялось по первичной заболеваемости, полу, годам обращения. Данные были взяты за период 2014-2018 гг. Рассмотрев полученные результаты, можно заметить закономерное снижение числа зарегистрированных случаев первичной заболеваемости язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки на территории Железнодорожного округа Г. Курск.



Рисунок 1. Первичная заболеваемость ЯБЖ и ДПК по данным МУЗ ГБ №6 г. Курска

Из данных представленного графика видим, что в 2014 году первичная заболеваемость составила 51 человек. Снижение изучаемого показателя в 2,22 раза произошло в 2015 году – 23 случая. В 2016 году первичная заболеваемость составила уже 24 человека, а самый низкий уровень был зарегистрирован в период с 2017 по 2018 гг. – уровень поражения снизился в 1,6 раза и составлял 15 человек.

Дальнейшее исследование позволило разделить выявленные случаи первичной заболеваемости по возрастным группам и полу в рамках с 2014 по 2018 год (таблица 1 и таблица 2).

Таблица 1. Возрастные группы заболеваемости среди мужчин

год \ возраст	19-29	30-39	40-49	50-59	60 и более	Всего чел.
2014	5	7	12	8	2	34
2015	1	2	6	5	1	16
2016	2	3	5	5	0	17
2017	1	2	4	1	2	11
2018	1	1	4	2	1	10
Всего человек	27	70	76	47	10	239

Таблица 2. Возрастные группы заболеваемости среди женщин

год \ возраст	19-29	30-39	40-49	50-59	60 и более	Всего чел.
2014	1	1	5	3	7	18
2015	0	1	3	1	4	9
2016	1	0	3	2	3	9
2017	0	0	2	1	3	7
2018	0	1	1	1	3	7
Всего человек	8	16	30	18	53	129

Количество лиц пенсионного и работоспособного возраста за период с 2014 по 2018 год среди общего числа лиц с первичной заболеваемостью ЯБЖ и ДПК представлены в диаграмме 1.



Рисунок 2. Динамика регистрации первичной заболеваемости у трудоспособного населения и пенсионеров

Выводы. В результате анализа динамики показателей числа первичной заболеваемости ЯБЖ и ДПК в г. Курск за период 2014-2018 гг. была установлена тенденция к снижению ее уровня. Показатель заболеваемости мужского населения преобладает над женским во всех возрастных группах, трудоспособного населения над лицами пенсионного возраста. Также отмечается рост % заболеваемости среди лиц старше 40 лет как среди лиц мужского пола, так и женского.

Однако, на основе полученных статистических данных прогнозируется дальнейшее снижение уровня первичной заболеваемости язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, в связи с улучшением образа жизни населения и характера питания, а также в связи с рациональной лекарственной терапией и улучшением качества медицинского обслуживания населения.

Библиографический список:

1. Ивашкин В.Т. Гастроэнтерология: национальное руководство / В.Т. Ивашкин, Т.Л. Лапина М: ГЭОТАР-Медиа. 2008. — 704 с.
2. Клинические рекомендации. Гастроэнтерология / под ред. В. Т. Ивашкина. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 36-49 с.
3. Костюкевич О. И. Симптоматические (вторичные) гастродуоденальные язвы в клинической практике // О. И. Костюкевич, Г. Г. Карнута Русский медицинский журнал. - 2016. №17. - С. 1153-1157
4. Якубчик, Т.Н. Клиническая гастроэнтерология : пособие для студентов лечебного, педиатрического, медико-психологического факультетов, врачей-интернов, клинических ординаторов, врачей-гастроэнтерологов и терапевтов / Т.Н. Якубчик. – 3-е изд., доп. И перераб. – Гродно : ГрГМУ, 2014. - С. 45-84.

Драговоз Иван Сергеевич**Dragovoz Ivan Sergeevich**

студент 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск. E-mail: disa721@yandex.ru

Храмцов Даниил Андреевич**Chramtsov Daniil Andreevich**

студент 2 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Борисова Ксения Николаевна**Borisova Ksenia Nikolaevna**

студентка 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Тимофеев Евгений Алексеевич**Timofeyenko Evgeny Alekseevich**

студент 2 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

Федорцова Татьяна Павловна**Fedortsova Tatyana Pavlovna**

студентка 3 курса лечебного факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Курский государственный медицинский университет», г. Курск.

УДК 615.28

СОСТОЯНИЕ МИКРОБИОТЫ РУК ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ АНТИСЕПТИЧЕСКИХ ПРЕПАРАТОВ

THE STATE OF THE MICROBIOTA HAND UNDER THE INFLUENCE OF ANTISEPTIC AGENTS

Аннотация. В данной статье отображены результаты проведения исследования антисептических препаратов и их влияния на микробиоту рук человека. В ходе работы были установлена антимикробная активность изучаемых антисептических средств, произведено их сравнение.

Abstract. This article shows the results of the study of antiseptic drugs and their effect on the microbiota of human hands. In the course of the work the antimicrobial activity of the studied antiseptic agents was established, their comparison was made.

Ключевые слова: микробиота, антисептические препараты, антисептика.

Key words: microbiota, antiseptic preparations, antiseptic.

Введение. Руки медицинского персонала являются одним из ключевых факторов в передаче патогенных микроорганизмов, в том числе и возбудителей внутрибольничных инфекций (ВБИ). Исходя из этого, следует вывод – дезинфекция рук – один из самых эффективных мер по профилактике ВБИ [7]. Во всех странах мира, даже в самых развитых, дезинфекцию рук применяют не в полной мере, а число ВБИ и резистентность их возбудителей неуклонно возрастает. По различным источникам, нозокомиальные (внутрибольничные) инфекции ежегодно поражают от 5% до 10% пациентов стационаров, занимая десятое место среди причин смертности [1, 7]. Дезинфекция рук при этом, являясь весьма несложной процедурой, остается первичной мерой по снижению уровня нозокомиальных инфекций, обеспечивая безопасность во всех медицинских учреждениях [3, 5].

Цель исследования: изучение влияния антисептических препаратов на количественное

содержание представителей микробиоты рук. Было задействовано 10 студентов медицинского университета 3 курса лечебного факультета в возрасте от 20 до 21 года.

Материалы исследования: в ходе исследования была изучена микробная обсемененность кожи рук после обработки антисептическими препаратами: раствором С-4 «Первомур», дезинфицирующим средством «антисептик Ника» и антибактериальным мылом «Safeguard».

Методы исследования: в ходе работы использовался метод смыва тампоном с последующим посевом на питательную среду для определения ОМЧ (у каждого исследуемого биотопа). Для выявления бактерий группы кишечной палочки (БГКП) использовалась лактозосодержащая среда Кесслера (термостатирование при температуре $37\pm 1^\circ\text{C}$, в течении 24 часов) с последующим подтверждением принадлежности выросших микроорганизмов к группе кишечных палочек по морфологическим и культуральным признакам. Со среды Кесслера производился пересев на поверхность плотной среды Эндо. При наличии на среде Эндо типичных колоний из них готовили мазки, окрашивали по Граму и микроскопировали. При отсутствии на среде Эндо типичных для БГКП колоний считали, что руки не загрязнены кишечными палочками.

Результаты исследования: были получены количественные показатели колониеобразующих единиц (КОЕ) до и после применения различных видов дезинфектантов. В ходе исследования было установлено ОМЧ необработанной кожи рук и кожи рук после обработки указанными средствами. Ни в одном из случаев БГКП обнаружены не были.

При обработке рук кожным антисептиком «Ника» среднее значение КОЕ снизилось на 97,9% по сравнению со средним значением КОЕ необработанных рук, что является поводом утверждать о максимальной бактерицидной активности данного препарата среди изучаемых. У 6 из 10 исследуемых препарат показал 100% бактерицидную активность – микроорганизмов на коже рук обнаружено не было.

После обработки рук раствором С-4 «Первомур» среднее значение КОЕ снизилось на 95,7% по сравнению со средним значением КОЕ, обнаруженных на руках без обработки. У 7 из 10 исследуемых была проявлена 100% бактерицидная активность изучаемого препарата.

При изучении микрофлоры рук после обработки мылом «Safeguard» было установлено, что среднее значение КОЕ снизилось на 65,8%. Согласно критериям оценки обсемененности рук микроорганизмами, указанные значения соответствуют критерию «отлично», однако данный препарат показал худшие показатели среди исследуемых препаратов. Для иллюстрации сравнительного анализа полученных результатов были составлены графики эффективности (рис. 1). Согласно полученным результатам, очевидно снижение эффективности бактерицидного действия в ряду «кожный антисептик - раствор С-4 «Первомур» - мыло «Safeguard».

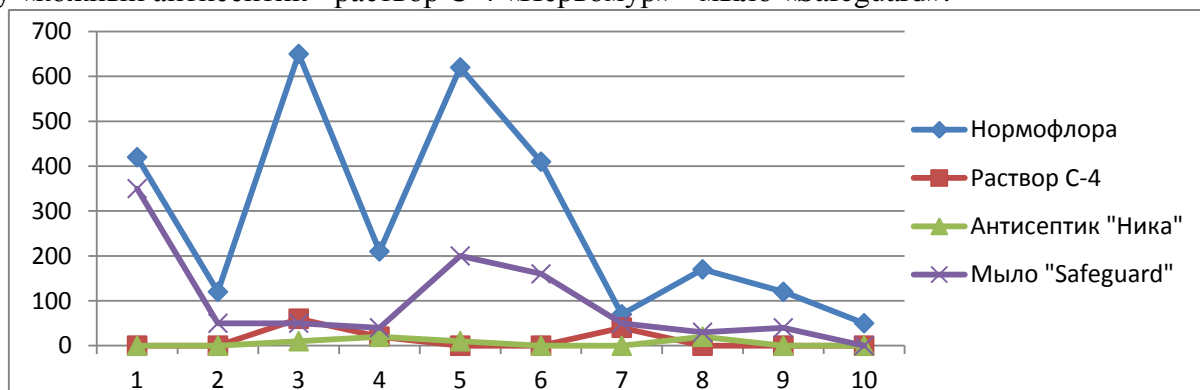


Рисунок 1. Изменение средних значений КОЕ до и после обработки различными средствами очистки рук.

На основе полученных результатов, можно сделать вывод, что лучше всех с бактериальной обсемененностью рук справился кожный антисептик «Ника». Он сократил общую обсемененность рук по сравнению с нормофлорой, взятую за 100% до 2,1%. Его антимикробная эффективность наибольшая – она составила 97,9% (для сравнения: у раствора С-4 «Первомур» – 95,7%, у антибактериального была «Safeguard» – 65,8%). Это средство в 2 раза лучше справляется с бактериальным загрязнением поверхности рук, чем раствор С-4 «Первомур» и в 16,3 раза лучше, чем мыло «Safeguard».

Бактерицидные свойства мыла в данном случае определяются его поверхностной активностью, а также особенностями способа применения (использования проточной холодной воды). Поэтому данное средство нельзя рассматривать в качестве дезинфектанта при обработке рук

медицинского персонала на хирургическом уровне – оно может рассматриваться как средство удаления видимых загрязнений.

Библиографический список:

1. Афишенов, Г. Е. Современные подходы к гигиене рук медицинского персонала/Г. Е. Афишенов, А. Г. Афишенова//Российский НИИ Травматологии и ортопедии им. В. Р. Вредина. -2010. - № 3. -С. 68-77.
2. Джоунз, Р.Д. Действие антибактериального мыла на микрофлору кожи//Вестник дерматологии и венерологии. -2000. №1. -С. 91-104.
3. Караулов А.В., Быков С.А., Быков А.С. Иммунология, микробиология и иммунопатология кожи. Москва, 2012. С. 331-334.
4. Руководство ВОЗ по гигиене рук в медико-санитарной помощи (пересмотренный проект), резюме. URL: https://www.who.int/patientsafety/information_centre/HH_master_RU.pdf (дата обращения 04.01.2019)
5. Рембовский, В.Р. Медико-гигиенические аспекты оценки чистоты кожных покровов//Гигиена и санитария. -2008. -№2. -С. 36-42.
6. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность. СанПиН 2.1.3.2630-10
7. Шандала М.Г. Дезинфекционное дело. 2002. № 3. С. 19-26.

Научное издание

Коллектив авторов

ISSN 2500-378X