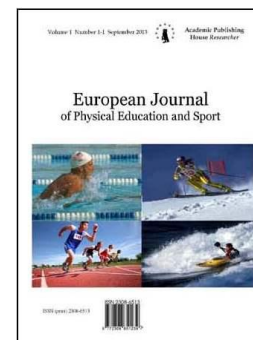


Copyright © 2014 by Academic Publishing House *Researcher*



Published in the Russian Federation
European Journal of Physical Education and Sport
Has been issued since 2013.
ISSN: 2310-0133
Vol. 4, No. 2, pp. 150-151, 2014

DOI: 10.13187/issn.2310-0133
www.ejournal7.com



Letters to the Editor

UDC 611

The “Overtraining” Syndrome: New Correction Methods

¹Viktoriya A. Badtieva

²Mariya N. Khokhlova

¹ Moscow Scientific and Practical Center of Medical Rehabilitation, rehabilitation and sports medicine, Department of Health in Moscow, Russian Federation

MD, Professor

E-mail: maratik2@yandex.ru

² sports medicine doctor

E-mail: masseter2007@yandex.ru

Abstract. The achievement of higher results in sports, especially over the last decade, has entailed an increase in the volume of training load. The intensification of sports training has come to be viewed as the only way to achieve success. In the event of long training sessions, athletes can develop a state of extreme or pathological overwork, which can be accompanied by a lack of improvement or a decline in one’s performance, the athlete entering a state of overtraining. The article examines topical issues related to the efficacy of the use of an integrated therapy consisting of physiotherapeutic methodologies in the rehabilitation correction of athletes with the overtraining syndrome. The author relies on data obtained as a result of a clinical study conducted at the premises of the Moscow Applied Research Center for Medical Rehabilitation, Recuperation, and Sports Medicine. An analysis of data obtained from the study revealed that athletes receiving integrated therapy with the use of static cardioversion and bioresonance therapy demonstrated a high percentage of positive results. The differences before and after therapy were verifiable.

Keywords: athlete; overtraining; cardioversion; bioresonance therapy.

Актуальность. Спортсмен высокого уровня постоянно балансирует между оптимальным объемом и интенсивностью тренировки и перетренированностью, основным методом коррекции которой является снижение объема и интенсивности физических нагрузок, вплоть до их отмены. Однако потребность в сокращении времени восстановительного периода у спортсменов высокой квалификации приводит к необходимости разработки дополнительных способов коррекции.

Цель работы – разработка и оценка эффективности использования статической электроимпульсной терапии и биорезонансной терапии в восстановительном лечении спортсменов с синдромом «перетренированности».

Материалы и методы. Под наблюдением находились 120 спортсменов с синдромом «перетренированности». Все пациенты были разделены на 4 группы по 30 человек каждая: 1-я группа пациентов получала воздействие статической электроимпульсной терапией, 2-ю группу составили пациенты, получающие лечение биорезонансной терапией, 3-я группу

составили пациенты, получающие комплексное лечение с использованием статической электроимпульсной терапией и биорезонансной терапией, 4-ю группу составили пациенты, получающие плацебо-терапию (процедуры с выключенным аппаратом) – контрольная группа. Всем пациентам проводилось клиническое обследование; холтеровское мониторирование ЭКГ; исследование variability ритма сердца; исследование центральной и периферической гемодинамики; исследование показателей микроциркуляции; психологическое обследование.

Полученные результаты: положительная динамика отмечена в 86% у пациентов 3 группы, получающих комплексное лечение, что проявлялось улучшением самочувствия, повышением работоспособности и выносливости. Отмечено достоверное уменьшение количества наджелудочковых ($p < 0,05$) и желудочковых экстрасистол ($p < 0,05$); установлено существенное нарастание роли парасимпатического компонента в балансе вегетативной нервной системы ($p < 0,05$), повышение физической работоспособности ($p < 0,05$).

Заключение. Результаты исследования свидетельствуют о положительном влиянии комплексного лечения (статической электростимуляции и биорезонансной терапии) на клинико-функциональное состояние спортсменов с синдромом «перетренированности».

УДК 611

Синдром «перетренированности»: новые методы коррекции

¹ Виктория Асланбековна Бадтиева

² Мария Николаевна Хохлова

¹Московский научно-практический Центр медицинской реабилитации, восстановительной и спортивной медицины Департамента здравоохранения г. Москвы, Российская Федерация
Заведующая клиникой спортивной медицины, руководитель отдела реабилитации больных сердечно-сосудистыми заболеваниями
доктор медицинских наук, профессор
E-mail: maratik2@yandex.ru

²Московский научно-практический Центр медицинской реабилитации, восстановительной и спортивной медицины Департамента здравоохранения г. Москвы, Российская Федерация
врач спортивной медицины
E-mail: masseter2007@yandex.ru

Аннотация. Рост спортивных результатов, особенно в последнее десятилетие, повлек за собой увеличение объема нагрузок. Интенсификация спортивных тренировок стала рассматриваться как единственный залог достижения успехов. В случае если интенсивные тренировки продолжают длительное время у спортсмена может развиваться состояние крайнего или патологического перенапряжения, которое сопровождается отсутствием улучшения спортивных показателей или их ухудшением, которые в дальнейшем может привести к состоянию перетренированности. В статье освещаются актуальные вопросы эффективности применения комплексной терапии состоящей из физиотерапевтических методик в восстановительной коррекции спортсменов с синдромом перетренированности. В статье автор опирается на данные, полученные в результате клинического исследования, проведенного на базе МНПЦ МРВСМ. Анализируя данные полученные в ходе исследования самый большой процент положительных результатов наблюдался у спортсменов получающие комплексное лечение с использованием статической электроимпульсной терапии и биорезонансной терапии. Различия до и после лечения оказались достоверными.

Ключевые слова: спортсмен; перетренированность; электроимпульсная терапия; биорезонансная терапия.