9 ойдан кейин - қайта реабилитация босқичида: Қайта чурра чиқишининг олдини олишга қаратилган даволаш гимнастикаси доимий равишда тавсия этилди.

Хулоса: ВАШ шкаласи бўйича 3-5 балли оғриқлар 97.5% беморларда 0-1 баллга (оғриқ қолдирувчиларга эхтиёж йўқ) қайд этилиб, 2.5 % беморда 3-5 баллли (дискомфорт кўринишидаги оғриқлар) оғриқлар сақланиб қолди. Ҳаракат диапазони жами беморларнинг 97% ида мушаклар кучи 5 балли кўрсаткичда қайд этилди.

ИЗУЧЕНИЕ АДАПТИВНЫХ МЕХАНИЗМОВ РЕАГИРОВАНИЯ ОРГАНИЗМА НА ЭКЗОГЕННОЕ ВВЕДЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

Сирожитдинов К.К., Фотиев С.С., Усмоналиева Н.Ш.
Республиканский научно-практический центр спортивной медицины при Национальном Олимпийском комитете, Ташкент, Республика Узбекистан.

Введение. Исследование адаптивных реакций организма на введение субстанций представляет собой чрезвычайно актуальную и перспективную область научных изысканий. Это обусловлено неустанным стремлением спортсменов к достижению новых высот в спорте, непрерывным поиском способов модернизации тренировочного процесса и, как следствие, повышению спортивных достижений. Важным аспектом является ускоренное восстановление после интенсивных физических нагрузок, которое позволяет сократить время между тренировками и снизить вероятность перетренированности. Минимизация риска возникновения и рецидивов травматизации, часто сопровождающих высокоинтенсивные тренировки, также является приоритетной задачей, требующей научного обоснования. Углубленное изучение адаптивных реакций организма на введение субстанций, с использованием современных методов биохимического анализа и физиологического мониторинга, способствует повышению эффективности подготовки спортсменов, улучшению результатов, поддержанию здоровья и достижению новых вершин в спорте.

Цель. Изучение механизмов адаптивных реакций организма на экзогенное воздействие биологически активных веществ путем оценки динамики эндокринного статуса и активности ферментов.

Материалы и методы. В исследовании использовались лабораторные животные (беспородные крысы-самцы), которым вводились различные дозы биологически активных веществ. Для анализа крови, тканей и гормонов применялись методы ИФА (ELISA), спектрофотометрии и другие биохимические методы. Изучалась динамика состояния эндокринной системы (инсулин, кортизол, тиреоидные гормоны) и активности ферментов (АЛТ, АСТ, СОД, каталаза).

Результаты. Результаты исследования показали, что экзогенные биологически активные вещества оказывают значительное влияние на функциональное состояние эндокринной системы и динамику ферментативной активности. Адаптивные механизмы организма связаны с изменением гормонального баланса и повышением активности антиоксидантных ферментов. Эти процессы способствуют оптимизации метаболизма и снижению токсического воздействия.

Вывод. Данное исследование, проведенное в условиях контролируемого эксперимента, демонстрирует выраженное положительное воздействие различных субстанций на ключевые биохимические показатели крови, что, в свою очередь, способствует более быстрому и эффективному восстановлению после интенсивных физических нагрузок, а также поддержанию оптимального гормонального баланса, критически важного для здоровья и спортивных достижений. Особую ценность представляют результаты, полученные в отношении уровня тестостерона, креатинкиназы (КФК) и лактатдегидрогеназы (ЛДГ) – маркеров мышечного повреждения и гормональной активности. В целом, полученные данные подтверждают важность использования нутрицевтических добавок для улучшения спортивных показателей, повышения эффективности тренировочного процесса и поддержания общего состояния организма. Для более точного понимания механизмов воздействия этих добавок на организм и выявления оптимальных комбинаций и дозировок, требуется проведение дополнительных, более масштабных и продолжительных исследований. Будущие исследования должны быть направлены на изучение влияния добавок на различные аспекты здоровья, включая иммунную функцию, когнитивные способности и общее качество жизни.