

Содержание

Сокращения	5
ГЛАВА 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В СПОРТЕ	6
1.1. Понятие о медицинской реабилитации	6
1.2. История развития медицинской реабилитации	7
1.3. Организационные основы медицинской реабилитации	9
1.4. Цели и задачи медицинской реабилитации	11
1.5. Принципы медицинской реабилитации	12
1.6. Средства медицинской реабилитации	15
ГЛАВА 2. РОЛЬ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В РАЗВИТИИ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ	17
2.1. Общие представления о спортивной медицине	17
2.2. История развития спортивной медицины	23
2.2.1. Зарождение и развитие знаний о связи физкультуры и медицины	23
2.2.2. История развития спортивной медицины и лечебной физкультуры в Украине	27
2.2.3. Становление и развитие спортивной медицины и спортивной медицинской реабилитации в Донецкой области	30
2.2.4. История развития кафедры физической реабилитации, физиотерапии, спортивной и нетрадиционной медицины Донецкого национального медицинского университета	32
2.2.5. Организация медицинской реабилитации в спортивном клубе «Металлург»	40
ГЛАВА 3. ЭЛЕМЕНТЫ ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ В СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ	43
3.1. Определение физического развития	44
3.2. Определение и оценка функционального состояния основных систем организма с помощью функциональных проб	52
3.2.1. Пробы с задержкой дыхания	53
3.2.2. Пробы с изменением положения тела в пространстве	54
3.2.3. Пробы с физической нагрузкой	55
3.3. Определение и оценка общей физической работоспособности	56
3.4. Связь физической работоспособности с показателями здоровья	69
3.5. Врачебно-педагогический контроль в процессе занятий физической культурой и спортом	73
3.5.1. Этапный контроль	75
3.5.2. Текущий контроль	77
3.5.3. Оперативный контроль	77
3.6. Медицинское обеспечение спортивных соревнований и спортивно-массовых мероприятий	85
3.7. Медицинское обеспечение спортивных сборов	92
ГЛАВА 4. ИЗМЕНЕНИЯ В ОРГАНИЗМЕ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК	94
4.1. Физиологические изменения при выполнении физических нагрузок	94
4.2. Патогенетические синдромы в спортивной медицине	96
4.2.1. Дисневротический синдром	98
4.2.2. Дисгормональный синдром	99
4.2.3. Дисиммунный синдром	101
4.2.4. Дисметаболический синдром	102
4.2.5. Дисалгический синдром	102
4.2.6. Синдром воспаления	104
4.2.7. Дисциркуляторный синдром	105
4.3. Предпатологические состояния и заболевания, возникающие при нерациональных занятиях физической культурой и спортом	109
4.3.1. Причины и механизмы формирования дисадаптационного синдрома	109
4.3.2. Острое физическое перенапряжение	112
4.3.3. Хроническое физическое перенапряжение ведущих органов и систем организма спортсмена	116
4.3.4. Периодически возникающие острые проявления хронического физического перенапряжения	125
ГЛАВА 5. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ АДАПТАЦИОННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ	128
5.1. Адаптационная физиотерапия	128
5.1.1. Методы, нормализующие тонус нервной системы	131

5.1.2. Методы, нормализующие тонус гормональной системы.....	141
5.1.3. Методы коррекции иммунитета	145
5.1.4. Методы, устраняющие метаболические нарушения	148
5.1.5. Противоболевые методы	152
5.1.6. Методы, купирующие синдром воспаления.....	158
5.1.7. Методы, влияющие на циркуляторные нарушения	161
5.2. Адаптационная кинезотерапия	163
5.2.1. Общие основы адаптационной кинезотерапии.....	166
5.2.2. Адаптационная кинезотерапия дисневротического синдрома	179
5.2.3. Адаптационная кинезотерапия дисиммунного синдрома.....	184
5.2.4. Адаптационная кинезотерапия дисметаболического синдрома.....	188
5.2.5. Адаптационная кинезотерапия дисгормонального синдрома	192
5.3. Адаптационная фармакотерапия с основами гомеостатологии	198
5.4. Основы адаптационного питания спортсменов	214
5.4.1. Основы рационального питания спортсменов.....	214
5.4.2. Адаптационная диета	222
5.4.3. Диета по Маеру	231
5.5. Адаптационная психотерапия.....	240
ГЛАВА 6. МЕДИЦИНСКИЕ РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ	262
6.1. Медицинская реабилитационная программа «Вегетативный паспорт».....	262
6.2. Медицинская реабилитационная программа «Умственная активность»	262
6.3. Медицинская реабилитационная программа «Гормональный баланс».....	267
6.4. Медицинская реабилитационная программа «Иммунная адаптация»	268
6.5. Медицинская реабилитационная программа «Адаптационное питание».....	270
ГЛАВА 7. ЧАСТНЫЕ ВОПРОСЫ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В СПОРТЕ	273
7.1. Основы медицинской реабилитации патогенетических синдромов.....	273
7.2. Медицинская реабилитация типовых клинических синдромов в спорте	283
7.2.1. Дисвегетативный синдром	283
7.2.2. Гипертензивный синдром.....	312
7.2.3. Астматический синдром.....	343
7.2.4. Суставной синдром.....	370
7.2.5. Кожный синдром.....	450
7.3. Медицинская реабилитация спортивной травмы	521
7.3.1. Повреждения опорно-двигательного аппарата.....	521
7.3.2. Черепно-мозговая травма	551
ГЛАВА 8. НЕОТЛОЖНЫЕ СОСТОЯНИЯ В СПОРТЕ.....	558
8.1. Неотложные состояния, вызванные патологией сердечно-сосудистой системы.....	558
8.2. Неотложные состояния, вызванные патологией органов дыхания	570
8.3. Шоки	576
8.4. Неотложные состояния, вызванные другими причинами.....	582
8.4.1. Тепловые поражения	582
8.4.2. Укусы насекомых, членистоногих, змей.....	585
8.4.3. Утопление	590
8.4.4. Холодовые поражения	593
8.4.5. Поражение электрическим током	597
8.5. Комы.....	598
8.6. Внезапная смерть вследствие занятий спортом	603
8.6.1. Кардиальная смерть	604
8.6.2. Смерть в спорте по причине травм	610
8.6.3. Техника выполнения лечебных мероприятий	610
8.7. Оснащение сумки для неотложной помощи врача спортивной команды.....	615
Литература.....	616
Сведения об авторах	617