У спортсменов повышенные интегральные показатели: Индекс стрессоустойчивости и Персональный функциональный индекс, – очень неустойчивы. После тренировки или соревнований, а также при потере спортивной формы по любым причинам (болезнь, травма, перетренированность, плохое питание, плохой сон и др.) эти показатели снижаются, приближаясь к норме обычного человека, или даже могут упасть ниже нормы. При восстановлении спортивной формы эти показатели возвращаются к привычным для данного спортсмена высоким величинам. Чем быстрее происходит их полное восстановление и чем больше их величины, тем выше уровень спортивной формы.

Наша технология удовлетворяет всем требованиям к идеальной диагностике:

- 1. Универсальная (для любого вида спорта) и занимает короткое время.
- 2. Объективная, не зависящая от мотивации спортсмена.
- 3. Безнагрузочная (не нарушает планы подготовки во время тренировок и соревнований).
- 4. Интегральная (системная, многофункциональная).
- 5. Обнаруживает нарушения отдельных физиологических функций.
- 6. Оценивает эффективность восстановительных мероприятий.
- 7. Не противопоказана при болезнях или травмах.
- 8. Не имеет возрастных ограничений (дети, взрослые, старики).

БЕЗНАГРУЗОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНА

позволяет проводить:

- отбор перспективных спортсменов (детей и взрослых);
- оценку готовности к максимальному спортивному результату накануне соревнований;
- ранжирование спортсменов во время учебнотренировочных сборов и соревнований;
- оптимизацию индивидуальных планов тренировок и соревнований;
- экспресс-диагностику перетренированности;
- оценку тренировочных нагрузок (достаточность, избыточность);
- диагностику нарушений отдельных физиологических функций;
- оценку эффективности разнообразных восстановительных мероприятий.

ООО «ОКУЛЮС 2000»

125315, г. Москва, ул. Усиевича, д. 23.

+7 (985) 411-3301

E-mail: sym111@mail.ru

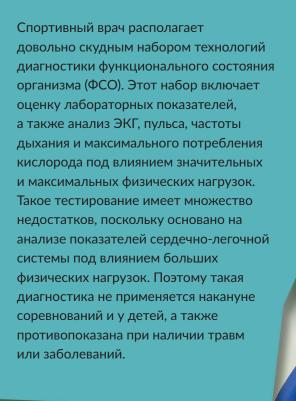
www.ProSportMed.ru

ТЕХНОЛОГИЯ БЕЗНАГРУЗОЧНОЙ ДИАГНОСТИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНА



Функциональное состояние организма – это интегральная характеристика состояния здоровья, отражающая функциональные резервы и адаптационные возможности сердечной, легочной и нервной систем, которые могут быть израсходованы при спортивной нагрузке, болезни, травме, беременности ...

www.ProSportMed.ru



Безнагрузочная диагностика ФСО проводится с помощью многофункционального аппаратно-программного комплекса «Система интегрального мониторинга «Симона 111», который имеет 8 измерительных модулей. Система измеряет более 120 показателей и отражает их в сравнении с нормальной величиной у обычного здорового человека. На пике спортивной формы элитные спортсмены показывают в покое высокие величины большинства показателей, характеризующих функциональные резервы и адапта-

Симона измеряет, например, следующие интегральные показатели:

- Индекс стрессоустойчивости (ИСУ), характеризующий способность организма переносить стрессовые физические и психические нагрузки без вреда здоровью. Норма 10±2. При низкой стрессоустойчивости ИСУ<8. При высокой стрессоустойчивости ИСУ>12, а у топовых спортсменов может быть выше 18. - Персональный функциональный индекс (ПФИ) - отражает уровень здоровья и готов-

- Персональный функциональный индекс (ПФИ) - отражает уровень здоровья и готовности организма к интенсивной физической и психической нагрузке. ПФИ очень удобен для общения между врачом, тренером и спортсменом. Норма 50±10. У членов сборных команд РФ перед началом соревнований ПФИ обычно бывает 150–200, а у выдающихся спортсменов достигает 250.

Чем лучше ФСО, тем больше эти показатели отличаются от нормы обычного человека. В этом их принципиальное отличие от лабораторных биохимических показателей. У отдохнувшего спортсмена и здорового человека биохимия абсолютно одинаковая.

Мы решили эту проблему и создали новую универсальную технологию диагностики ФСО спортсменов в покое, которая называется «Безнагрузочная диагностика функционального состояния организма спортсмена».

При обследовании спортсмен находится в горизонтальном положении на спине в спокойном состоянии. Продолжительность диагностики не более 10 минут.

ционные возможности

сердечно-легочной

и нервной систем.

