

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
БИОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
Кафедра физиологии человека и животных**

КЕЧКО
Ксения Игоревна

**ОСОБЕННОСТИ РЕОГРАММ ВЕРХНЕЙ КОНЕЧНОСТИ У
СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИКЛИЧЕСКИМИ И
СИЛОВЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ**

Аннотация к дипломной работе

Научный руководитель:
кандидат биологических наук,
доцент В.Б. Казакевич

Минск, 2020

Реферат

ОСОБЕННОСТИ РЕОГРАММ ВЕРХНЕЙ КОНЕЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЦИКЛИЧЕСКИМИ И СИЛОВЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ

Дипломная работа 44 с.: 6 рис., 3 таблицы, 51 источник.

Ключевые слова: *молодые люди, аэробные тренировки, силовые упражнения, реография, постокклюзионная гиперемия*

Объектом исследования являются здоровые молодые люди в возрасте от 18 до 25 лет, регулярно занимающиеся физическими упражнениями.

Предмет исследования – кровенаполнение сосудов верхней конечности. Цель дипломной работы – выяснение особенностей кровоснабжения верхних конечностей у здоровых людей, занимающихся циклическими аэробными упражнениями и силовыми упражнениями. В результате исследования установлено, что у людей, занимающихся циклическими тренировками, наблюдается значительное увеличение объемного кровенаполнения сосудов верхней конечности на третьей минуте постокклюзионной гиперемии, что указывает на хорошее функциональное состояние сосудов. Диастолический и дикротический индексы после окклюзионной пробы возросли, что указывает на повышение венозного тонуса и увеличение периферического сосудистого сопротивления. У большинства молодых людей, занимающихся силовыми тренировками, выявлено снижение объемного кровенаполнения сосудов верхней конечности на третьей минуте после окклюзии, что указывает на понижение вазомоторной функции эндотелия. На основании полученных данных можно заключить, что кровоснабжение мышц верхней конечности у людей, занимающихся циклическими и силовыми видами физических упражнений, существенно различается.

Рэферат

АСАБЛІВАСЦІ РЭАГРАМ ВЕРХНІХ КАНЕЧНАСЦЯЎ У СТУДЭНТАЎ, ЯКІЯ ЗАЙМАЮЦА ЦЫКЛІЧНЫМІ І СІЛАВЫМІ ПРАКТЫКАВАННЯМІ

Дыпломная праца 44 с.: 6 мал., 3 табл., 51 крыніца.

Ключавыя словы: *маладыя людзі, аэробныя трэніроўкі, сілавая практыкаванні, рэаграфія, постаклюзійная гіперэмія*

Аб'ектам даследавання з'яўляюцца здаровыя маладыя людзі ва ўзросце ад 18 да 25 гадоў, якія рэгулярна займаюцца фізічнымі практыкаваннямі.

Прадмет даследавання - кровазабеспячэнне сасудаў верхняй канечнасці. Мэта дыпломнай працы - даследаваць асаблівасці кровазабеспячэння верхніх канечнасцяў ў здаровых людзей, якія займаюцца цыклічнымі аэробнымі практыкаваннямі і сілавымі трэніроўкамі. У выніку даследавання ўстаноўлена, што у людзей, якія займаюцца цыклічнымі трэніроўкамі, назіраецца значнае павелічэнне аб'ёмнага кровазабеспячэнне сасудаў верхняй канечнасці на трэцяй хвіліне постаклюзійнай гіперэміі, што паказвае на добры функцыянальны стан сасудаў. Дыясталічны і дыкратычны індэксы пасля аклюзійнай пробы ўзраслі, што паказвае на павышэнне вянознага тонусу і павелічэнне перыферычнага судзінкавага супраціву. У большасці маладых людзей, якія займаюцца сілавымі трэніроўкамі, выяўлена зніжэнне аб'ёмнага кровазабеспячэння сасудаў верхняй канечнасці на трэцяй хвіліне пасля аклюзіі, што паказвае паніжэнне вазаматорнай функцыі эндатэлю. На падставе атрыманых дадзеных можна зрабіць выснову, што кровазабеспячэнне сасудаў верхняй канечнасці ў людзей, якія займаюцца цыклічнымі і сілавымі відамі фізічных практыкаванняў, істотна адрозніваецца.

Abstract

RHEOGRAPHY FEATURES OF THE UPPER LIMB OF STUDENTS ENGAGED BY CYCLIC AND RESISTANCE TRAININGS

Graduate work 44 p.: 6 figures, 3 tables, 51 references.

Keywords: young people, resistance training, aerobic training, rheography, post-occlusive hyperemia

The object of the study is healthy young men and women aged 18 to 25 years engaged by physical exercises.

The subject of study is the rate of blood flow in the upper extremity.

The aim of the study is to investigate features the blood flow rate in the upper extremity of the people engaged by physical exercises. The study found that in people involved in cyclic training, there is a significant increase in rate of blood flow in vessels of upper limb in the third minute of post-occlusive hyperemia, which indicates a good functional state of the vessels. Diastolic and dicrotic wave indices after an occlusion test increased, indicating an increase in venous tone and an increase in peripheral vascular resistance. Most young people involved in resistance training showed a decrease in the blood supply of the vessels of the upper limb in the third minute after occlusion, which indicates a decrease in the vasomotor function of the endothelium. Based on the data obtained, it can be concluded that the blood supply to the muscles of the upper limb in people engaged in cyclic and resistance types of physical exercises varies significantly..