

Абрамов А.С.

*Научный руководитель: ст. преподаватель С.Е. Колонцов
Муромский институт (филиал) федерального государственного образовательного
учреждения высшего образования «Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
602264, г. Муром, Владимирская обл., ул. Орловская, 23
E-mail: physical_culture@mivlgu.ru*

Фармакология

Многие из нас знают или слышат о таком термине, как Фармакология. Фармакология – это наука о коммуникации лекарственных веществ и взаимодействии их с организмом. Разделяют ее на два вида: лечебную и спортивную. В этой статье мы поговорим о спортивной фармакологии. В спортивном сленге мы зачастую можем услышать сокращение данного слова до выражения «фарма». Многие спортсмены используют ее в разных видах спорта в таких как бодибилдинг, пауэрлифтинг, легкая атлетика и других. Фармакологию также можно разделить еще на две группы: полезную и вредную. А чем же она может помочь в данных видах спорта? Я постараюсь ответить на этот вопрос. Когда атлет часто занимается в зале, его мышцы не успевают восстанавливаться после тяжелой тренировки, тем самым он подвергает свои мышцы стрессу, из-за этого у него вырабатывается гормон стресса «кортизол», что влечет за собой уменьшение мышечной массы, а не ее увеличение. И тогда спортсмен обращается за помощью к препаратам, в данном случае к комплексу аминокислот, созданных химическим путем, их еще по-другому называют БЦАА. Каждая аминокислота выполняет свою роль – одни реализуют выработку недостающих веществ в пищеварительной системе, другие - нормализуют работу головного мозга, закаляют иммунитет, успокаивают нервную систему.

У препаратов есть обратная сторона медали, при прекращении употребления и вкалывания инъекций, результаты начинают пропадать. Часто атлет хочет добиться быстрых результатов, например, быстрого прироста мышечной массы, и тогда он начинает злоупотреблять вредной «фармой», такой как стероиды, синтол и прочими вредными химическими веществами. Известный бодибилдер Рич Пиана нарастил с помощью стероидов огромные руки, объем которых на данный момент составляет 56 см. В случае же прекращения употребления препаратов, его мышцы потеряют данный результат. Приведу еще один пример уже в другом виде спорта - в легкой атлетике. Довольно часто спортсмены используют допинг для улучшения своего самочувствия на соревнованиях и олимпиадах. Допинг – это тоже своего рода фармакология, употребление которой способствует заряду энергии и выброса адреналина в крови. Но не все спортсмены знают и понимают, что употребление этих препаратов может весомо отразиться на их здоровье, что вероятно приведет к плачевным последствиям. В 2001 году умер популярный бодибилдер, создатель программы тренировок Майк Ментцер. Результатом его смерти стал морфин, который он употребил чтобы снять боль.

Подведем итог этой статьи: я написал данную статью чтобы вы с осторожностью смотрели на вид таких препаратов. В одном они могут вам помочь, а в другом могут и навредить.