

Зеничев В.С.

*Научный руководитель: ст. преподаватель Е.В. Постнов
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: zenichev.viktor@mail.ru*

Допинг в спорте при подготовке к соревнованиям

Допинг – вещества, которые временно усиливают физическую или психологическую деятельность организма. Также под это понятие попадают вещества, которые стимулируют выработку белка. Стоит сразу заметить, что во время соревнований спортсменам запрещено принимать некоторые лекарственные средства [1]. Есть два вида допинга, один можно употреблять на тренировках, а другой нельзя, и при этом оба вида допинга влияют на здоровье. Начнем с тех, которые нельзя употреблять на тренировках:

- Анаболические стероиды, то есть «анаболики». Этот вид допинга образован из мужского гормона тестостерона. Данные препараты оказывают на организм человека, принимающего их, андрогенный эффект, то есть способствуют стероидным гормонам усиливать мужские признаки. Неконтролируемое применение анаболиков может вызвать психические расстройства, печеночную недостаточность, увеличение предстательной железы, нарушение функций половых органов. Кроме того, увеличение мышечной массы не сопровождается укреплением связок, поэтому случаются их повреждения.

- Мочегонные вещества – диуретики. Самый популярный представитель этой группы – лазикс. Диуретики помогают уменьшить массу тела, также улучшают внешний вид. Интенсивное мочеотделение, которое существенно снижает плотность мочи, выводит из организма другие препараты или маскируют их. Диуретики способны вызывать серьезные нарушения водно-электролитного баланса, нарушение ритма работы сердца, падение кровяного давления и внезапную смерть.

- Пептидные гормоны – такие гормоны, как инсулин, эритропоэтин и гормон роста. Последний вызывает рост мышечной массы и силы, укрепление сухожилий и связок. Так же у молодых людей данный гормон приводит к высокому росту, у взрослых — к увеличению некоторых частей тела. Эритропоэтин — один из гормонов почек, который образует эритроциты, что повышает выносливость и работоспособность. Его употребление рассчитано на получение эффекта длительных тренировок, но может привести к сгущению кровеносных сосудов и инфаркту со смертельным исходом. При длительном приеме может привести к инсульту или инфаркту.

Препараты, не запрещенные на тренировках:

- Наркотические болеутоляющие средства, к таким относятся морфин и его аналоги, которые воздействуют на центральную нервную систему и снижают боль. Побочными эффектами являются рвота, бессонница, потеря координации и депрессия.

- Стимулирующие вещества. Препараты этой группы оказывают влияние на функции головного мозга и активируют психическую и физическую деятельность человека. Они повышают обмен энергии и температуру тела, приостанавливают приток крови к коже, что затрудняет теплоотдачу, маскируют утомления, поэтому спортсмены способны выполнять физические нагрузки выше своего предела. После приема высоких доз стимуляторов развивается психическая зависимость от этих препаратов. Проявляются побочные эффекты: сужение кровеносных сосудов и повышение кровяного давления с выраженным потоотделением.

- Глюкокортикоиды. Спортсмены применяют в качестве мощного противовоспалительного средства для лечения острых и хронических травм мягких тканей и суставов. К побочным эффектам относят: прибавка массы тела с ожирением туловища отеки, отрицательный баланс калия и кальция, сахарный диабет.

Допинг – это не только помощь в повышении спортивных итогов и успехов, а также физических данных человека, да и первопричина множества проблем. Употребление добавок приводит к побочным эффектам, таким как: задержка натрия; агрессивность; повышенное давление крови; заболевания сердечно-сосудистой системы; увеличение сердца; ослабление иммунной системы; повреждение почек [2].

Другие возможные побочные явления при применении стероидов – головные боли, головокружения, риск повреждения мышц, суставов, связок соединительной ткани, удлиненный срок свертывания крови.

Литература

1. Сингер Г., Бренер Б., 2002г., «Нарушение водно-электролитного равновесия».
2. «Полный справочник фармацевта» - Елисеев Ю.Ю., 2007г