

ши. После его подавления вынужден был эмигрировать во Францию. Жил и работал врачом-хирургом в провинции Манш (Manch), где и умер.

Самый младший брат Павел (1817-?) окончил в 1836 г. Виленскую медико-хирургическую академию, так как университет в 1832 г. был закрыт. Как бывшему стипендиату университета, ему пришлось отработать 3 года в Смоленской губернии. В 1840 г. он вернулся в Гродно, где работал уездным, городовым и старшим врачом окружной лечебницы. В 1862 г. уволился, дальнейшая его судьба неизвестна.

В Российском медицинском списке имени Франца, Казимира и Павла упоминаются до 1888 г., что не подтверждается архивными данными. Этот факт нуждается в уточнении.

Литература и источники

1. НИА РБ в Гродно.- Ф. 2.- Оп. 37.- Д. 572.- Л. 1-6.
2. Там же.- Ф. 320.- Оп. 3.- Д. 1119.- Л. 1.
3. Там же.- Оп. 3.- Д. 1465.- Л. 1, 14, 17, 35.
4. Dobronski, A. Szkolnictwo w Białymstoku do 1914 r. / A. Dobronski // Studia i materialy do dziejow miasta Białogostoku. - Białystok, 1985.- T. 4.- S. 136-137.
5. Michelis, J.F. Rosprawa historyczna o sztuce polonniczej .../J.F. Michelis.- Wilno, 1811.- 45 s.

ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ БИОРИТМОВ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

О.В. Карпович

УО «Гродненский государственный медицинский университет», г. Гродно

Приспосабливаясь к постоянно изменяющимся условиям существования, живые организмы выработали в себе адаптивные механизмы, важнейшими свойствами которых являются их волнообразность, изменчивость во времени, колебательный характер. Периодичность процессов (биологические ритмы) защищает биологическую систему от переутомления, неизбежно возникающего при стационарной деятельности. Биологические ритмы также имеют приспособительный характер, позволяя организму лучше адаптироваться к регулярным изменениям во внешней среде.

Все или почти все виды деятельности человека связаны со временем суток, циклом бодрствование — сон. Ритмичность организации физиологических функций влияет на состояние здоровья, работоспособность и резистентность организма к различным воздействиям.

Нормальная временная организация физиологических процессов является необходимым условием оптимальной жизнедеятельности. Полномка биоритмов может привести к развитию патологических нарушений. Изучение и значение организации функций во времени, их ритмичности имеет

большое теоретическое и практическое значение для всех сторон жизни здорового и больного человека [1,2].

Цель работы: рассмотреть изменения биоритмов как один из важнейших факторов в возникновении предболезни.

Материал и методы. По материалам литературы изучены особенности влияния биоритмов на здоровье человека.

Результаты исследования. Наличие циркадианной функциональной активности различных физиологических систем и органов рассматривается как один из диагностических критериев состояния здоровья, а нарушение циркадианной ритмичности в форме ее отсутствия или искажения — как показатель предпатологии и патологии.

Умственное и физическое утомление существенно изменяет ритмичность физиологических процессов. Это явление десинхроноза рассматривается как обязательный компонент стресса.

Выраженность ритмологических проявлений зависит от индивидуальных, в том числе типологических, особенностей человека, выработанного стереотипа времени сна и бодрствования и др.

В настоящее время изучены суточные ритмы многих физиологических процессов, протекающих в организме человека. Особое внимание привлекают сердечно-сосудистая, нервная и эндокринная системы, функциональным состоянием которых существенно определяются суточные ритмы многих процессов жизнедеятельности. Суточные колебания присущи всем показателям функционирования сердечно-сосудистой системы — частоте сердечных сокращений, структуре кардиоритма, объемной скорости кровотока, уровню артериального давления, потреблению кислорода тканями и т.п. В течение суток изменяется не только уровень функционирования отдельных звеньев аппарата кровообращения, но и их реактивность, чувствительность к различным воздействиям, физическим нагрузкам.

Во временной координации циклических процессов, протекающих в организме, огромное значение имеют циркадные колебания функциональной активности нервной системы. Суточные колебания тонуса вегетативной нервной системы тесно связаны с циклом сон-бодрствование. Во сне возрастает тонус парасимпатического отдела, а в период активности — симпатического. В часы дневного бодрствования выше активность различных форм нервно-психической деятельности [3,4].

У больных и здоровых людей имеются различия в суточном ходе биоритмов. При заболеваниях существенно изменяется структура временной организации и координация физиологических функций.

Нарушение временной координации функций организма — одно из первых свидетельств о развитии патологического процесса. Поэтому исследование изменений биоритмов может иметь большое значение в оценке предпатологических состояний и диагностике предболезней, в организации профилактических мероприятий, для прогноза течения и исхода заболеваний [5].

Оценка времени изменяется также в зависимости от эмоционального состояния человека, его типологических особенностей, возраста, многих внешних факторов, интенсивности обменных процессов и т. д.

Заключение. Таким образом, изучение биоритмов представляет огромный интерес для различных областей медицины: диагностики, организаций скорой помощи, гигиены труда, профессионального отбора, оценки адаптационных возможностей человека и т.д. Биоритмы – важнейший механизм регуляции функций организма, обеспечивающий гомеостаз, динамическое равновесие и процессы адаптации в биосистемах. Поэтому закономерности биоритмов учитывают при профилактике, диагностике и лечении заболеваний.

Использовать фактор времени целесообразно во многих областях деятельности человека. Если режим рабочего дня, учебного занятия, питания, отдыха, занятия физическими упражнениями составлен без учета биоритмов, то это может привести не только к снижению умственной или физической работоспособности, но и к развитию каких-либо заболеваний.

Литература.

1. Стожаров, А.Н. Медицинская экология : учеб. пособ. / А.Н.Стожаров. – Минск : Высш. шк., 2007. – 368 с.
2. Куликова, М. Доктор Время / М. Куликова // Огонек. – 2005. - №43. – С. 46-48.
3. Рапопорт, С. Хронотерапия – будущее нашей медицины / С. Рапопорт // Аргументы и факты. Здоровье. – 2009. - №43 (22-28 ноября). – С. 4.
4. Балбатун, О.А. Методы диагностики и значение хронотипов человека / О.А. Балбатун // Медицинские знания. – 2011. - №1. – С. 24-26.
5. Стрельцов, И. Недремлющий берегет / И. Стрельцов // Вокруг света. – 2009. - №10. – С. 184-190.

ОЦЕНКА ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

О.В. Карпович

УО «Гродненский государственный медицинский университет», г. Гродно

Хронические неинфекционные заболевания (ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет, онкологические заболевания) являются причиной смерти 2/3 населения Беларуси. Возникновение их во многом обусловлено особенностями питания: потребление чрезмерно калорийной пищи, содержащей большое количество насыщенных жиров, рафинированного сахара, недостаточное содержание в рационе полиненасыщенных жиров, сложных углеводов, витаминов и минералов. Чрезмерное потребление соли повышает «риск» злокачественных новообразований желудка, а недостаточное потребление пищевых волокон – риск возникновения рака толстого ки-