

Литература:

1. Фрейманис И.Ф. Чат-бот, как инструмент психологической поддержки: обзор исследований // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2024. Вып. 2. С. 250-259. [http://philsoc.psu.ru/images/journal/vestnik_pdfs/ vestnik2024/-_2024_2_-.pdf](http://philsoc.psu.ru/images/journal/vestnik_pdfs/vestnik2024/-_2024_2_-.pdf)
2. Freimanis, I., & Freimanis, D. (2024). История создания чат-ботов: от идеи до использования в прикладной психологии. *Russian journal of education and psychology*, 15(2), 203-216. <https://doi.org/10.12731/2658-4034-2024-15-2-484>
3. Andersson, G., Cuijpers, P., Carlbring, P., Riper, H., & Hedman, E. (2014). Guided Internet-Based vs. Face-to-Face Cognitive Behavior Therapy for Psychiatric and Somatic Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis. *World Psychiatry*, 13, 288-295. <https://doi.org/10.1002/wps.20151>
4. Anthes E. Mental health: there's an app for that. *Nature*. 2016 Apr 7;532(7597):20–3. doi: 10.1038/532020a.

ДИНАМИКА ВАРИАБЕЛЬНОСТИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА ПОСЛЕ МАНУАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

¹Василевский С.С., ¹Пирогова Л.А., ¹Соколов Д.В.,
²Енджиевский В.Л., ²Карпуть В.Ч., ²Кисла И.А.

¹УО «Гродненский государственный медицинский университет»
²УЗ «Гродненская областная клиническая больница медицинской реабилитации»
г. Гродно, Республика Беларусь

Введение. Организм человека регулируется нервной и гормональной системами, которые работают вместе, чтобы поддерживать внутренний баланс. Взаимодействие между симпатической и парасимпатической нервными системами играет решающую роль в поддержании этого баланса. Любые нарушения в данных регулирующих системах могут привести к проблемам с кровообращением, обменом веществ и энергетическим обменом, что может служить ранним признаком развития заболевания.

Анализ variability сердечного ритма (ВСР) позволяет оценить работу механизмов, регулирующих физиологические функции организма, в том числе общую активность регуляторных механизмов, нейрогуморальную регуляцию сердца, баланс между симпатической и парасимпатической нервными системами. Текущая активность этих систем является результатом сложной многоуровневой реакции, которая постоянно адаптируется, чтобы обеспечить оптимальный ответ организма на изменяющиеся условия.

Материалы и методы Исследование variability сердечного ритма и оценку вегетативного тонуса до мануальной терапии проводили в условиях относительного покоя. Запись ЭКГ во втором стандартном

отведении и расчет показателей ВСР осуществляли при использовании комплекса функциональной диагностики с применением программы «Статистический анализ ритма». Исследование проводилось за 15 минут до мануальной терапии и через 15 минут после процедуры мануальной терапии.

Исследование variability сердечного ритма проведено у 75 пациентов; из которых 22 – с дорсопатией грудного отдела позвоночника (ДГОП), 14 – с дорсопатией поясничного отдела позвоночника, 24 – с острым бронхитом и с ДГОП, 15 – с хроническим бронхитом и с ДГОП. Для оценки тонуса симпатического отдела вегетативной нервной системы использовали показатель индекса напряжения регуляторных систем (ИН). Данный показатель чрезвычайно чувствителен к усилению тонуса симпатической нервной системы, так как небольшая нагрузка (физическая или эмоциональная) увеличивают ИН в 1,5-2 раза. При более значительных нагрузках этот показатель возрастает в 5-10 раз.

Оценка variability сердечного ритма у пациентов с острым бронхитом и с ДГОП, проведенная до процедуры мануальной терапии, выявила преобладание тонуса симпатического отдела вегетативной нервной системы (ВНС) у 41,8%, снижение симпатического тонуса у 29,1% пациентов и в 29,1% случаев выявлена нормотония. Среди пациентов с хроническим бронхитом и с ДГОП преобладание тонуса симпатического отдела ВНС отмечено в 60% случаев, его снижение – в 33,3%, нормотония установлена в 6,7% случаев. У пациентов с дорсопатией грудного отдела позвоночника преобладание тонуса симпатического отдела ВНС отмечено в 31,9%, его снижение – в 22,7% случаев, нормотония – у 45,4% обследуемых. В группе пациентов с дорсопатией поясничного отдела преобладание симпатического тонуса установлено в 35,7%, его снижение – в 57,1% случаев, нормотония выявлена у 7,2% обследуемых пациентов.

Мануальную терапию проводили на грудном и поясничном отделах позвоночника в следующей последовательности – релаксация, мобилизация, манипуляция.

Результаты. При анализе состояния вегетативного тонуса после процедуры мануальной терапии по каждой группе установлено, что у 77,3% пациентов с ДГОП произошло снижение активности тонуса симпатического отдела вегетативной нервной системы. У пациентов с острым бронхитом и с ДГОП снижение симпатического тонуса отмечено в 70,9% случаев. Несколько реже – 66,7% случаев – данная закономерность отмечается у пациентов с хроническим бронхитом и с ДГОП. В группе обследуемых с дорсопатией поясничного отдела позвоночника снижение тонуса симпатического отдела ВНС установлено в 57,2% случаев. Следует отметить, что у большинства пациентов этой группы до процедуры мануальной терапии наблюдалось снижение активности и симпатического тонуса ВНС.

Динамика вегетативного тонуса после процедуры мануальной терапии в зависимости от его исходного состояния показал, что у пациентов с исходной симпатикотонией снижение симпатической активности отмечено в 93,5% случаев.

Заключение. У пациентов с исходной нормотонией в 63,2% случаев отмечено снижение симпатического тонуса вегетативной нервной системы, у 36,8% пациентов выявлено усиление симпатического тонуса. У пациентов с исходным снижением симпатического тонуса в 56% случаев произошло его усиление, а в 44% установлено снижение тонуса симпатического отдела вегетативной нервной системы.

Литература:

1. Баевский, Р. М. Математический анализ изменений сердечного ритма при стрессе / О. И. Кириллов, С. З. Клецкин. – М.: Наука, 1994. – 220 с.
2. Баевский, Р. М. Анализ variability сердечного ритма с помощью комплекса «Варикард» и проблема распознавания функциональных состояний / Ю. Н. Семенов, А. Г. Черникова. – М.: Медицина, 2000. – 178 с.
3. Семенов, Ю. Н. Variability сердечного ритма. Теоретические аспекты и практическое применение / Ю. Н. Семенов // Тезисы международного симпозиума 12-14 сентября 1996 г. – Ижевск. 1996. – 225 с.

ОСОБЕННОСТИ ЭФФЕКТИВНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕЛАКСАЦИОННЫХ МЕТОДОВ ПСИХОТЕРАПИИ В ПРАКТИКЕ

Савицкий И.С., Якубчик И.Н.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»
г. Гродно, Республика Беларусь

Актуальность. Использование релаксационных методов психотерапии является распространенным и эффективным способом совладания с воздействием на человека стрессовых факторов. Релаксационные техники обеспечивают восстановление динамического равновесия физического и ментального состояния человека, и представлены широким спектром методов применимых при работе с психосоматическими заболеваниями, невротическими реакциями и кризисными состояниями [1]. Данные методики также широко применяются в общемедицинской практике как способ саморегуляции психофизического состояния человека, нарушенной в результате стрессового воздействия [2].

Цель: анализ факторов, влияющих на эффективность применения данных методов в практике.