

Исследование выполнено за счет средств субсидии Минобрнауки России на выполнение государственного задания (№FGMF-2025-0002).

ЛИТЕРАТУРА

1. Sale C. Nutrition and athlete bone health / C. Sale, K. J. Elliott-Sale. – Sports Medicine. – 2019. – Т. 49. – Vol. 2. – 139-151 p.

ОБЗОР ЗАРУБЕЖНЫХ ДАННЫХ О РАСПРОСТРАНЕННОСТИ СИНДРОМА REDS СРЕДИ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ

Селедкова Ю. А.

Федеральный исследовательский центр питания,
биотехнологии и безопасности пищи

Актуальность. Теннис является олимпийской дисциплиной, характеризующейся смешанным механизмом энергообеспечения. Потребность в энергии зависит как от индивидуальных особенностей юного теннисиста, так и от величины физических нагрузок и факторов внешней среды. А также существенно отличается от потребности их сверстников, не занимающихся спортом. Недостаточное потребление энергии с пищей в совокупности с высокоинтенсивными тренировками повышает риск развития синдрома относительного дефицита энергии (REDs – Relative energy deficiency in sport), что может привести к снижению работоспособности и другим последствиям для здоровья.

Цель. Цель обзора – анализ зарубежных данных о распространенности дефицита энергии среди юных теннисистов.

Методы исследования. Поиск литературы проводили с помощью библиотечных платформ PubMed, GoogleScholar, Elibrary.

Результаты и их обсуждение. В ряде зарубежных публикаций по оценке фактического питания юных теннисистов и уровня энерготрат тренировочной деятельности, была отмечена низкая обеспеченность организма энергетическими субстратами, поступающими из пищи, по сравнению с расходом энергии [1, 2, 3].

В работе Juzwiak C. R. при оценке рациона высококвалифицированных спортсменов-теннисистов в возрасте 12,6-16,4 лет (n=44) потребление энергии было снижено более чем на 10% от величины суточных энерготрат у 32% игроков. В исследовании Fleming J. A. спортсмены, пребывающие на сборах, также не достигали рекомендуемых величин энергопотребления.

По результатам представленных исследований отмечено низкое потребление углеводного компонента рациона. Величины потребления углеводов,

рекомендованные ISSN (International Society of Sports), соответствуют диапазону 5-12 г/кгМТ (массы тела)/сут. Суммарное потребление углеводов как основного источника энергии варьируется от 55 до 65% от энергетической ценности (ЭЦ) рациона. Индивидуальные рекомендации будут зависеть от уровня энерготрат и специфики предъявляемой нагрузки.

В работе de Oliveira Coelho ЭЦ рационов теннисисток была достоверно меньше, чем у группы девушек, не занимающихся спортом. А также 33% спортсменок сообщили о нарушениях менструального цикла по сравнению с 9,5% в контрольной группе, что является одним из важных факторов риска развития REDs [3].

Выводы. Все больше исследований подтверждают широкую распространенность синдрома REDs, его взаимосвязи со снижением работоспособности и негативным влиянием на здоровье юных спортсменов. Важным является раннее выявление предпосылок к возникновению энергодифицита и своевременная коррекция рациона теннисистов в зависимости от индивидуальных потребностей организма на разных этапах тренировочного цикла.

Исследование выполнено за счет средств субсидии Минобрнауки России на выполнение государственного задания (№FGMF-2025-0002).

ЛИТЕРАТУРА

1. Body composition and nutritional profile of male adolescent tennis players / Juzwiak C. R. [et al.]. – Journal of sports sciences, 2008. – 1209-1217 p.
2. Significant Energy Deficit and Suboptimal Sleep During a Junior Academy Tennis Training Camp / Fleming J. A. [et al.]. – Pediatric Exercise Science, 202 – 162-167 p.
3. The prevalence of disordered eating and possible health consequences in adolescent female tennis players from Rio de Janeiro, Brazil // De Oliveira Coelho G. M. [et al.]. – Appetite, 201 – 39-47 p.

УЛЬТРАЗВУКОВАЯ ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ПОВРЕЖДЕНИЙ ЖИВОТА ПРИ МЕХАНИЧЕСКОЙ ТРАВМЕ

Семенюк Т. В.

Гродненский государственный медицинский университет

Актуальность. Обследование пострадавших с механической травмой живота включает использование современных методов лучевой диагностики и, в частности, ультразвуковых методов исследования (УЗИ). Преимущества УЗИ перед другими диагностическими методами: быстрый, неинвазивный метод исследования, предоставляющий информацию о морфологических изменениях внутренних органов, позволяющий определить наличие жидкости в брюшной полости, не несущий лучевой нагрузки и экономически эффективный [1].