



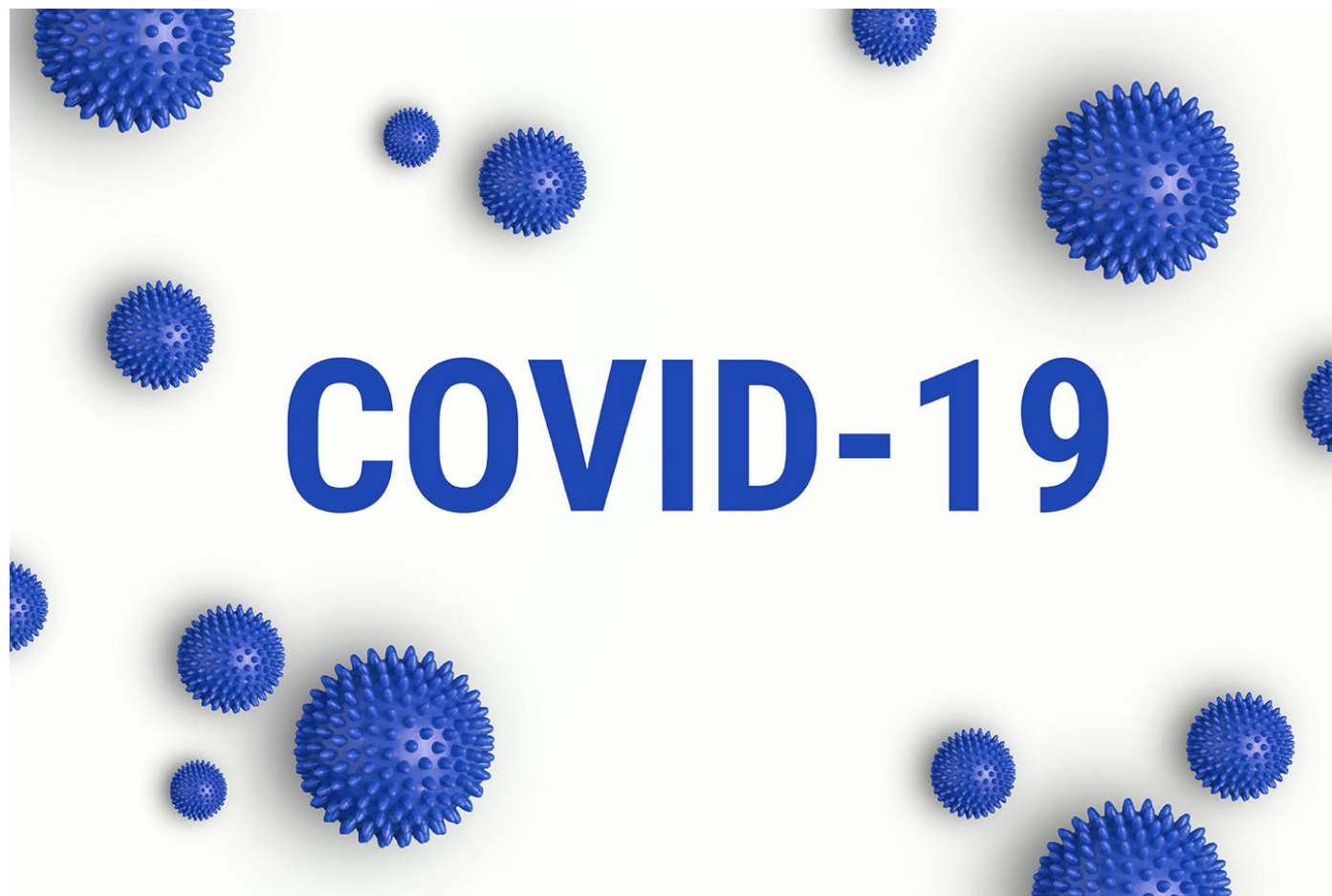
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации Рязань,
Российская Федерация

Факторы, влияющие на уровень развития и проявления выносливости у студентов

Выносливость – это способность мышц совершать продолжительную работу, требующую повышенных энергозатрат, но без заметного снижения работоспособности.

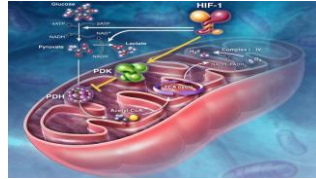


Причиной ухудшения показателей выносливости
может быть новое опасное заболевание COVID-19



Факторы, играющие роль в развитии выносливости:

- Энергетический обмен



- Дыхательная система



- Сердечно-сосудистая система



- Нервная система



На данный момент известно о существовании среди населения четырех коронавирусов (HCoV-229E, -OC43, -NL63 и -HKU1), которые каждый год присутствуют в структуре ОРВИ, и, как правило, вызывают поражение верхних дыхательных путей лёгкой и средней степени тяжести.



Еще одна немаловажная проблема - загрязнение воздуха



Влияет на многие системы в организме человека, приводя к серьезным заболеваниям

Мы провели сравнительные исследования жизненной емкости легких у двадцати четырех студенток и выявили:

- у переболевших новой коронавирусной инфекцией жел в 2019 году составила 2800мл в 2021 - 2600 мл
- у остальных девушек из экспериментальной группы средний показатель жизненной емкости легких в 2019 году составил 2800 мл, в 2021 году - 2700 мл

Одним из последствий коронавируса, стало снижение показателей ежегодных (ежесеместровых) спортивных нормативов у студенток РязГМУ, таких как бег на 2000 метров.

- ▶ у переболевших COVID-19, увеличилось на 4.5 секунды относительно показателей до начала пандемии, у остальных девушек из экспериментальной группы увеличилось на 2,5 секунды.

После выздоровления от COVID-19 необходимо пройти полную диагностику в медицинском учреждении, в том числе и сердечно-сосудистой системы, и в случае необходимости подобрать подходящее лечение для налаживания работы сердца и сосудов.



Восстановить здоровье и справиться с депрессией после COVID-19 помогут физические нагрузки



Спасибо за внимание