

УДК 796/799
ББК 75.0
К 90

КУЛИНЕНКОВ О. С.

К 90 Фармакология в практике спорта. – 3-е издание, перераб. и доп. – М.: Спорт, 2022. – 216 с.

ISBN 978-5-907225-81-7

В книге известного спортивного врача, многие годы проработавшего в спорте высших достижений, представлены возможные варианты увеличения работоспособности и сохранения здоровья спортсмена фармакологическими средствами.

Предназначается тренерам, спортсменам, спортивным врачам, преподавателям физической культуры, студентам спортивных вузов.

ISBN 978-5-907225-81-7

© Кулиненко О.С., 2022
© Издательство «Спорт», 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
Предисловие.....	6
I. Фармакология спорта.....	7
Витамины	7
Минералы (макро, – микроэлементы)	14
Аминокислоты, белки	20
Адаптогены	25
Антиоксиданты.....	32
Антигипоксанты	34
Анаболические препараты.....	39
Гепатопротекторы	44
Макроэрги	47
Ноотропы	50
Иммунокорректоры.....	54
Препараты кроветворения	57
Регуляторы нервно-психического статуса	61
Регуляторы микроциркуляции и реологии крови.....	66
Регуляторы липидного обмена.....	69
Энзимы, ферменты	72

Средства спортивного массажа.....	75
II. Натуральные средства в спорте.....	79
Продукты пчеловодства.....	79
Мумие.....	85
Ароматические масла в спортивной практике.....	87
III. Фармакология тренировочных этапов.....	91
IV. Фармакология соревнования и восстановления.....	98
V. Фармообеспечение по видам спорта.....	102
VI. Факторы ограничивающие работоспособность спортсмена.....	111
VII. Посиндромная фармакотерапия в спорте.....	117
Перетренированность.....	118
Фармакологическая защита сердца спортсмена.....	122
Коррекция лактатного метаболизма.....	124
Коррекция иммунного статуса спортсмена.....	128
Профилактика и лечение печеночно-болевого синдрома.....	130
Профилактика дисбактериоза спортсмена.....	134
Анемия спортсмена.....	139
Углеводное насыщение и сохранение водно-солевого баланса.....	142
Создание мышечного объема.....	147

Коррекция массы тела	150
Лечение травм.....	152
Биоритмы женского организма и проблемы женщин в спорте.....	166
VIII. Тренировка и соревнование в особых условиях	177
Нарушение суточного динамического стереотипа	177
Тренировка в горах	187
Приложение	193
Некоторые особенности приема лекарств.....	193
Вещества и препараты, снижающие работоспособность	202
Заключение	204
Литература	206