

УДК 796/799
ББК 75.0
К 90

КУЛИНЕНКОВ О.С.

К 90 Фармакология спорта в таблицах и схемах. – 2-е изд. –
М.: Спорт, 2015. – 176 с.

ISBN 978-5-9906734-7-2

2-е издание в таблицах и схемах представляет базовое обеспечение спортсменов различных видов спорта фармакологическими средствами на всех этапах подготовки в достижении высокого спортивного результата. Таблицы и схемы могут использоваться как основа для индивидуального планирования фармакологической поддержки деятельности спортсмена.

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

ББК 75.0

ISBN 978-5-9906734-7-2

© КУЛИНЕНКОВ О. С., текст, 2015
© Издательство «Спорт», издание,
оформление, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
-------------------	---

I. Фармакологические препараты в практике спорта

Витамины	7
Биоэлементы – минералы.....	15
Аминокислоты, белки	21
Адаптогены.....	25
Антиоксиданты	31
Антигипоксанты	34
Анаболические средства	38
Гепатопротекторы	41
Макроэррги	43
Ноотропы	45
Иммунокорректоры	49
Препараты кроветворения	51
Регуляторы нервно-психического статуса	56
Регуляторы микроциркуляции и реологии крови.....	58
Регуляторы липидного обмена	60
Энзимы, ферменты	62
Средства спортивного массажа.....	64

II. Посиндромная фармакотерапия в спорте

Перетренированность	66
Фармакологическая защита сердца спортсмена.....	70
Коррекция лактатного метаболизма.....	73
Коррекция иммунного статуса спортсмена	75
Профилактика и лечение печёчно-болевого синдрома	76
Профилактика заболеваний почек	79
Профилактика дисбактериоза спортсмена.....	83
Анемия спортсмена	86
Коррекция дефицита магния.....	90
Углеводное насыщение и сохранение водного и минерально-электролитного баланса	96
Создание мышечного объёма и силы	102

Коррекция массы тела	104
Лечение травм.....	105
Актуальные проблемы женщин в спорте	115
III. Фармакология тренировочных этапов, соревнований, восстановления	122
IV. Фармобеспечение по видам спорта	131
V. Фармобеспечение тренировок и соревнований в особых условиях	136
Временная и климатическая адаптация	136
Тренировка в среднегорье.....	142
VI. Факторы ограничивающие работоспособность спортсмена	146
Приложение	151
Натуральные средства в спорте	152
Продукты пчеловодства	152
Мумиё	155
Ароматические масла в спортивной практике	157
Некоторые особенности приёма лекарств	160
Вещества и препараты снижающие работоспособность спортсмена.....	166
Заключение	167
Библиографический список	168