

СОСТОЯНИЕ АНТИОКСИДАНТНОЙ ОБЕСПЕЧЕННОСТИ, ПЕРЕКИСНОГО
ОКИСЛЕНИЯ ЛИПИДОВ И СВЕРТЫВАЕМОСТИ КРОВИ У ЛЮДЕЙ С
РАЗЛИЧНЫМИ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ
ПРИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ БЕГЕ

✓ Мищенко В.П., Еремина Е.Л., Моргун Э.К.

Эмоциональное перенапряжение нервной системы вызывает активацию процессов перекисного окисления липидов, снижение антиоксидантной обеспеченности и повышение свертываемости крови. Это способствует развитию многих заболеваний.

В настоящей работе мы попытались изучить антиоксидантную обеспеченность, перекисное окисление липидов и свертываемость крови у людей в зависимости от их индивидуально-психологических особенностей, занимающихся оздоровительным бегом. Уровень эмоциональной стабильности и экстраверсии оценивали по методу Айзенка.

В результате проведенных исследований нами установлено, что у эмоционально-устойчивых экстравертов отмечается повышение супероксиддисмутазы и перекисной резистентности эритроцитов по сравнению с эмоционально-устойчивыми интровертами. Показатели перекисного окисления липидов у эмоционально-неустойчивых интровертов были более высокие, чем у эмоционально-неустойчивых экстравертов. Причем, у последних отмечается также замедление времени рекальцификации, повышение уровня продуктов деградации фибриногена и активация фибринолиза.

При выполнении этими лицами физической нагрузки наблюдается стабилизация показателей свободно-радикального окисления и свертываемости крови.

Таким образом, занятия оздоровительным бегом оказывают стабилизирующее воздействие на процессы перекисного окисления липидов и свертываемости крови у людей с различными индивидуально-психологическими особенностями.