

ОРГАНІЗАЦІЯ ВІДНОВЛЮВАЛЬНОГО КОМПЛЕКСУ У СКЛАДІ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ БАЗ ФУТБОЛЬНИХ КЛУБІВ

Анотація: до Євро-2012 в складі загальної інфраструктури необхідно побудувати та реконструювати навчально-тренувальні бази футбольних клубів України. Проектування навчально-тренувальних баз не регламентоване Державними Будівельними Нормами. Реалізовується ряд програм по вдосконаленню та поліпшенню медично-оздоровчих умов футбольних клубів України.

Ключові слова: навчально-тренувальна база, відновлювальний комплекс, Державні Будівельні Норми (ДБН), еферентологія, озонотерапія, ультрафіолетове опромінення крові (УФОК), футбольний клуб (ФК), Професійна Футбольна Ліга (ПФЛ).

Вступ. Для підтримання оптимальної фізичної форми, відновлювання організму спортсменів після високих навантажень та спортивних травм необхідні сучасні методи медичного контролю, проведення лікування, забезпечення відновлювальними та релаксаційними процедурами, оптимізація фізичного та психологічного стану спортсменів. На сучасному рівні розвитку спортивної медицини існують необхідні методики, що дозволяють комплексно та індивідуально коригувати фізичний стан окремих футболістів та виводити команду в цілому на оптимальний рівень підготовки для вирішення стратегічних та тактичних завдань. Використання цих методик забезпечує в основному відновлювальний комплекс в складі навчально-тренувальної бази. Проблема українського футболу полягає в тому, що рівень навчально-тренувальних баз лише деяких клубів Прем'єр-ліги відповідає сучасним світовим та європейським стандартам. Медичне обслуговування переважної більшості професійних футбольних команд та науково-методичне забезпечення не дозволяє, внаслідок низької матеріальної

оснащеності навчально-тренувальних баз та невисокого професійного рівня медичного персоналу, проводити ефективну цілеспрямовану роботу по досягненню та підтриманню оптимальної фізичної форми спортсменів.

Аналіз відомих досліджень у даній області. Дослідження щодо впровадження нових методів у медицині, а саме еферентної медицини та озонотерапії проводились провідними фахівцями медицини. Серед них В.І. Карандашов, Є.В. Петухов «Ультрафіолетове опромінення крові», М.: Медицина, 1997 р., «Клиническое применение экстракорпоральных методов лечения» под ред. Н.И. Калинина, Москва, 2006 г, «Озон и методы эфферентной терапии в медицине» материалы III всероссийской научно-практической конференции, Нижний Новгород, 1998 г., «Применение озона в общей медицинской практике» Зауральский Р.В., Прокопчук Я.Д., материалы I всеукраинского конгресса озонотерапевтов, 2004г., ст.101-103. Досліджень архітектурно-планувальної організації навчально-тренувальних баз футбольних клубів в Україні та СНД не проводилося. Однак питання розвитку фізкультурно-спортивних комплексів та їх медичної складової розкрито у дисертаційній роботі Зобової М.Г. «Принципы архитектурно-градостроительного проектирования и модернизации физкультурно-спортивных комплексов (на примере городского округа Самара)».

Постановка задачі. Дослідження архітектурно-планувальної організації відновлювального комплексу у складі навчально-тренувальних баз футбольних клубів з рекомендаціями щодо їх складу та проектування.

Навчально-тренувальна база (НТБ) – це відокремлена територія, на якій розташовано спортивні й допоміжні споруди та будівлі, необхідні для проживання, тренування, відновлювання та відпочинку спортсменів, тренерів та обслуговуючого персоналу. Навчально-тренувальна база є складовою інфраструктури футбольного клубу. Основними компонентами структури навчально-тренувальної бази є такі функціональні блоки: адміністративний, медичний, спортивно-тренувальний, житловий та допоміжний. До складу медичного блоку можуть входити кабінети лікарів, відновлювальний комплекс, рентген-кабінет, медична бібліотека і

лабораторії: клінічна, бактеріологічна, хімічна, лабораторія допінг-контролю. Блок може бути устаткований комп'ютерним томографом, обладнанням для фіксації переломів кісток. Окрім надання медичної допомоги, в медичному блоці проводиться постійне обстеження спортсменів та їхнього фізичного стану.

Найважливішим фактором для спортсменів є гарна фізична форма. Для цього рекомендується впровадження сучасних медичних та оздоровчих технологій, які можна поєднати в єдиний відновлювальний комплекс. До його складу рекомендується включити фізіотерапевтичний комплекс і SPA-блок та відділення трансфузіології та еферентної медицини (рис.1).

До фізіотерапевтичного комплексу відносяться такі приміщення: кабінети функціональної діагностики, процедурні кабінети, кабінети загального оздоровчого масажу та аромамасажу, парова і суха бані, інфрачервона сауна, приміщення для водо- та грязьолікування, плавальний басейн. Рекомендовано також встановлення барокамери, в якій створюється атмосфера гірського курорту з повітрям необхідної якості та тиску. Як стверджують спеціалісти і підтверджує практика, сеанси такої фізіотерапії чудово відновлюють і адаптують організм спортсмена до важких фізичних навантажень.

Сучасним кроком є впровадження відділення трансфузіології та еферентної медицини. Відділення трансфузіології має у своєму розпорядженні необхідну клінічну та матеріальну базу для надання всіх видів еферентної допомоги, використовуючи світовий досвід і сучасні технології. Еферентологія – це екстракорпоральні методи очищення крові за допомогою таких процедур, як УФОК, плазмаферез, та озонотерапія. Плазмаферез - це обмежене видалення з організму плазми, а разом з нею надлишкової кількості патологічних продуктів. Плазмаферез є одним з найефективніших методів видалення надлишкової кількості холестерину й відновлення нормальних показників аналізу крові, сприяє підвищенню імунітету до інфекційних захворювань.

Відновлювальний комплекс				
Фізіотерапевтичний комплекс + SPA-блок			Відділення трансфузіології та еферентної медицини	
№ п/п	Назва приміщення	Приклад	Назва приміщення	Приклад
1.	Кабінети функціональної діагностики. Процедурні кабінети.		Кабінет озонотерапії	
2.	Барокамера - можливість створити атмо- сферу гірського повітря необхідної якості та тиску.		Кабінет ультрафіолетового опромінення крові (УФОК).	
3.	Кабінет загального оздоровчого масажу		Кабінет плазмаферезу	
4.	Кабінет аромамасажу		Кабінет фотомодифіка- ційної терапії (лазер, УФО, світлотерапія)	
5.	Парова і суха бані, інфрачервона сауна		Кабінет спелеотерапії (соляна терапія)	
6.	Гідромасажні та лікувальні ванни		Лабораторії: біоімічна, клінічна, бактеріологічна, імунологічна	
7.	Критий плавальний басейн		Палати для пацієнтів	

Рис.1. Функціонально-планувальна структура відновлювального комплексу.

Плазмаферез практично не має протипоказань. Він діє як антидопінг, виводячи залишки ліків та препаратів, покращує обмін речовин, збагачує тканини організму киснем, що у свою чергу сприяє прискорення реабілітаційних процесів та підвищенню витривалості спортсменів [2, ст.12].
Озонотерапія - метод лікування, у якому використовується медичний озон,

що володіє потужною лікувальною дією завдяки сильним окисним властивостям озону. Озонотерапія має антибактеріальну, антивірусну, антиоксидантну, протизапальну та імуномодулюючу дію, підсилює мікроциркуляцію і обмін речовин. Сполучення озонотерапії з іншими фізичними факторами або лікарськими препаратами підвищує ефективність проведеного лікування. Озон по лікувальній дії подібний до антибіотиків, але не має побічних ефектів, є природним імуномодулятором [4, ст.7].

Ультрафіолетове опромінення крові (УФОК) також є ефективним методом імуномодуляції, методом, що посилює дію медичних препаратів. Даний вид процедур використовується в монолікуванні для підвищення витривалості спортсменів, зняття фізичної втоми та психоемоційного навантаження [1, ст.25]. Особливої ефективності еферентні методи набувають при використанні їх у комплексі.

До відділення трансфузіології та еферентної медицини також належить кабінет фотомодифікаційної терапії (лазер, УФО, світлотерапія), кабінет спелеотерапії (соляна терапія), кріотерапія, палати для пацієнтів.

Процедури еферентної терапії можуть проводитися в спеціалізованих підрозділах (клініках, центрах, відділеннях, кабінетах), а наявність відновлювального комплексу у складі навчально-тренувальної бази є необхідністю для досягнення футболістами найвищого рівня спортивної форми.

Медичний блок навчально-тренувальної бази та відновлювальний комплекс в його складі за способом розміщення може бути: окрема будівля, прибудований (зблокований), вбудований. Блочна система планувальної організації може бути представлена блокуванням за допомогою переходів та без переходів (рис.2). Місткість медичного блоку може варіюватись від мінімального набору обов'язкових послуг та процедур до науково-дослідницьких лабораторій [5, ст.18].

При наявності процедур озонотерапії, ультрафіолетового опромінення крові та плазмаферезу відділення має у своєму складі приміщення для медичного й технічного персоналу, кімнати очікування для пацієнтів,

складські приміщення. Оскільки дані методи лікування нові, то площі приміщень приймаються відповідно до вимог паспортних даних медичного обладнання. Опорядження приміщень необхідно проектувати з урахуванням вимог ДБН В.2.2-9. Внутрішнє опорядження приміщень має бути виконано згідно з їх функціональним призначенням. Поверхня стін, перегородок і стелі приміщень, пов'язаних з медико-технологічним процесом, повинна бути гладкою, що дозволить їх вологе прибирання і дезінфекцію.

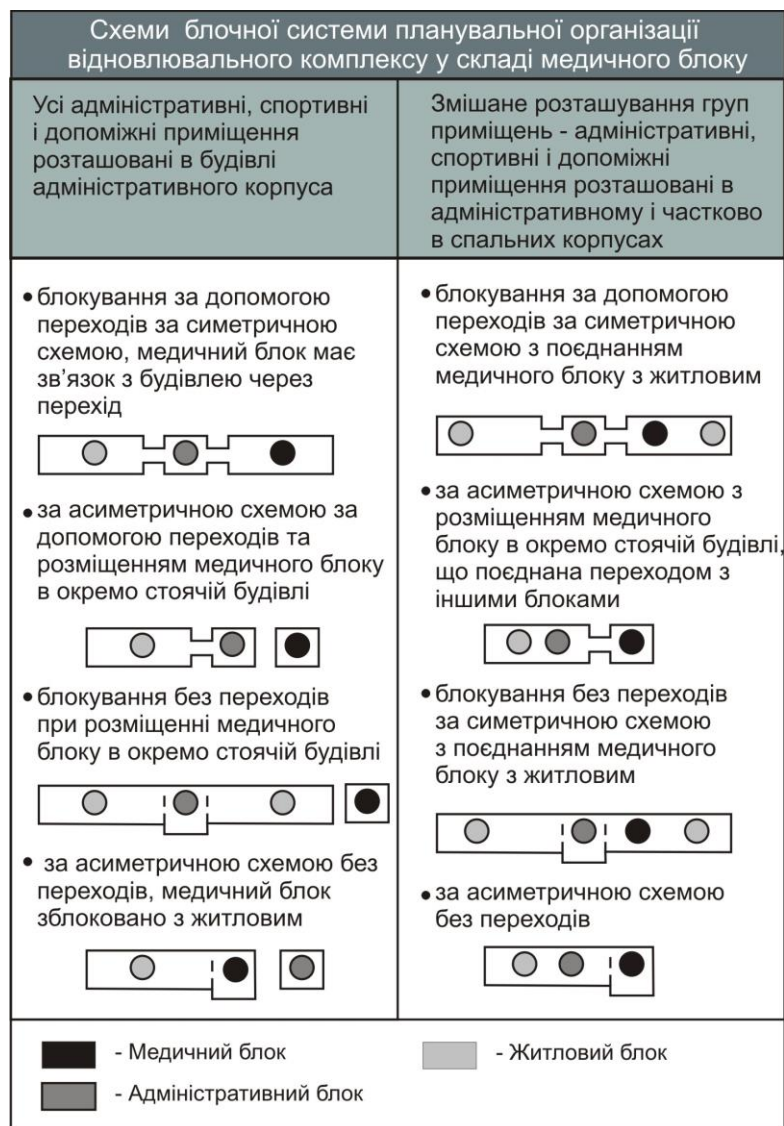


Рис.2. Схеми блочної системи планувальної організації відновлювального комплексу у складі медичного блоку навчально-тренувальної бази.

Висновок. Проведений аналіз існуючого стану медичного обслуговування та забезпечення відновлювальних процесів на навчально-тренувальних базах українських футбольних клубів показав недостатній рівень розвитку медицини переважної більшості футбольних клубів. Аналіз

структури медичного блоку навчально-тренувальних баз, архітектурно-планувальної організації відновлювальних комплексів у складі навчально-тренувальних баз футбольних клубів та рекомендації по складу медичного блоку можуть бути запропоновані до впровадження при будівництві нових та реконструкції існуючих навчально-тренувальних баз футбольних клубів як Прем'єр-ліги, так і нижчих за рангом футбольних клубів.

Література

- 1. Карандашов В.І., Пєтухов Є.В. Ультрафіолетове опромінення крові. - М. : Медицина, 1997 р.*
- 2. Клиническое применение экстракорпоральных методов лечения под ред. Калинина Н.И. – М., 2006 г.*
- 3. Озон и методы эфферентной терапии в медицине. Материалы III всероссийской научно-практической конференции, Нижний Новгород, 1998 г.*
- 4. Применение озона в общей медицинской практике. Зауральский Р.В., Прокопчук Я.Д. Материалы I всеукраинского конгресса озонотерапевтов, 2004 г., ст. 101-103.*
- 5.Зобова М.Г. Принципы архитектурно-градостроительного проектирования и модернизации физкультурно-спортивных комплексов: автореф. дис. канд. арх.: спец.18.00.02. – Архитектура зданий и сооружений/ М.Г. Зобова. – Нижний Новгород, 2009. – 21 с.*

Аннотация

К Евро-2012 в составе общей инфраструктуры необходимо построить и реконструировать учебно-тренировочные базы футбольных клубов Украины. Проектирование учебно-тренировочных баз не регламентировано Государственными Строительными Нормами. Реализовывается ряд программ по усовершенствованию и улучшению медико-оздоровительных условий футбольных клубов Украины.

Ключевые слова: учебно-тренировочная база, восстановительный комплекс, Государственные Строительные нормы и правила (СНиП),

эфферентология, озонотерапия, ультрафиолетовое облучение крови (УФОК), футбольный клуб (ФК), Профессиональная Футбольная Лига (ПФЛ).

Annotation

It is necessary to build and reconstruct the study and training bases of Ukrainian football clubs in structure of general infrastructure before EURO 2012 championship. Projection of study and training bases is not regulated by the State building legislation in Ukraine. Realized a lot of programs on improvement of health and sanitary conditions of football clubs in Ukraine.

Keywords: study and training bases (STB), recovery complex, the State building legislation (SBL), efferentology, ozonotherapy, ultraviolet irradiation of blood (UVIB), football club (FC), Professional Football League (PFL).