

О.С. КУЛИНЕНКОВ

# ФАРМАКОЛОГИЯ

В ПРАКТИКЕ

# СПОРТА

45.0

к 30



**О. С. КУЛИНЕНКОВ**

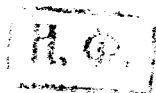
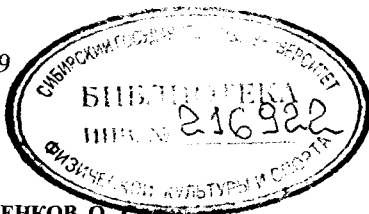
**ФАРМАКОЛОГИЯ  
В ПРАКТИКЕ  
СПОРТА**

3-е издание,  
переработанное и дополненное

**ВНЕСЕНО  
В КОМПЬЮТЕР**

**МОСКВА 2022**

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
Макроэррги .....	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