

**ПРОБЛЕМА УРОВНЯ МЕДИЦИНСКОЙ ОСВЕДОМЛЁННОСТИ
МОЛОДЫХ СПОРТСМЕНОВ**

УДК 61

Ермахаматов Улугбек Даулетович

студент 3 курса бакалавриата

Ташкентская медицинская академия

Аннотация: *В настоящее время спорт очень бурно развивается во всём мире. Вместе со спортом также развиваются спортивная медицина и спортивная фармакология. Именно поэтому становится актуальным вопрос об осведомлённости спортсменов о медицинских показаниях. Молодые спортсмены должны хорошо знать, чего им можно делать, а чего нельзя. Также необходимо давать знания о спортивной фармакологии во избежании различных допинговых скандалов .*

Ключевые слова: *Спорт, медицина, спортивная медицина, спортивная фармакология, молодые спортсмены.*

Annotation: *Currently, sports are developing very rapidly all over the world. Sports medicine and sports pharmacology are also developing along with sports. That is why the issue of athletes' awareness of medical indications becomes relevant. Young athletes should know well what they can and cannot do. It is also necessary to provide knowledge about sports pharmacology in order to avoid various doping scandals.*

Keywords: *Sports, medicine, sports medicine, sports pharmacology, young athletes.*

В 2023 году молодёжная сборная Узбекистана добилась исторического успеха, одержав победу на Кубке Азии. Но, к сожалению, у этой истории есть и печальная часть. Футболист молодёжной сборной Узбекистана Шахриёр Жабборов был пойман на употреблении допинга. Как выяснилось позднее

Шахриёр неправильно выбрал БАД, в составе которого были запрещённые в спорте химические вещества. Сам же спортсмен не имел необходимых знаний о спортивной медицине и фармакологии. Это и является показательным примером.

Для выяснения уровня медицинской осведомлённости был проведён опрос в интернете среди молодых спортсменов, большинство которых были футболистами. 65% опрошенных утверждали, что вообще никаких разъяснительных работ по медицине тренерский штаб не ведёт. 25% выбрали, что знают частично о фармакологии и медицине в спорте. 10% утверждают, что имеют довольно хорошие сведения в данных отраслях.

Какие же есть варианты решения данного вопроса?

1. Учителя-тренеры.

В спортивных вузах страны выпуск тренеров-преподавателей поставлен на конвейер. Есть популярное мнение, что чем больше специалистов высшее учебное заведение подготовит, тем оно лучше. Но за количеством не всегда стоит качество. По-настоящему грамотных и дальновидных педагогов днём с огнём не сыщешь.

Тренер должен быть не только компетентен в вопросах конкретного вида спорта, будь то футбол, гольф или шахматы. Он должен уметь адаптироваться к быстро меняющимся условиям, в которых развивается современный спорт. Он должен быть подкован в спортивной экономике, юриспруденции, спортивной медицине, биомеханике, реабилитации. Помимо этого, тренер должен обладать задатками управленца, чтобы грамотно организовать учебно-тренировочный процесс.

2. Медицинское оборудование.

Перед тем как начать заниматься в городской, областной, районной спортшколе, ваш ребёнок должен принести справку о том, что у него нет противопоказаний к занятиям спортом. Чтобы получить справку, нужно пройти обследование во врачебно-физкультурном диспансере. Уже неплохо, если в диспансере юному спортсмену сделают кардиограмму в обычном

состоянии и после физической нагрузки. На деле же поход в подобное учреждение равносителен визиту в обычную поликлинику к участковому педиатру.

Не в каждой спортивной школе существует кабинет медицинской сестры, как и ставка медицинского работника. Который, кстати, должен присутствовать на занятиях.

3. Спортивные врачи.

Современный спорт — это в первую очередь гонка технологий, и эту гонку на сегодняшний день мы проиграли. Но это не значит, что мы будем проигрывать всегда. Если сделать из произошедшего правильные выводы и вовремя начать работу над ошибками, будут шансы всё наверстать. И, возможно, стоит начать с переподготовки медицинских кадров. Сейчас нам нужны специалисты, которые с первых занятий будут объяснять спортсменам и их родителям, как правильно питаться, как восстанавливаться. Какими препаратами лечить простуду, а каких лекарств стоит избегать. То есть уже с самых ранних лет прививать культуру и ценности честной и чистой игры, здорового образа жизни и правильного питания.

В рамках этого направления важно готовить специалистов по спортивной реабилитации. Они предупреждали бы травмы у занимающихся ребят и помогали как можно быстрее восстановиться в случае повреждения. Нельзя в современном спорте обойтись и без спортивных психологов. Как много талантливых и одарённых подростков в возрасте 12-14 лет бросали занятия спортом. А если бы с ними рядом в переломный момент оказался специалист, который помог советом, возможно, в историю мирового спорта были бы вписаны совсем другие имена.

Список литературы

1. Макарова Г. А. Спортивная медицина: Учебник. — М.: Советский спорт, 2002.
2. Спортивная медицина: Учебник для институтов физической культуры под ред. Карпмана В. Л. — М.: Физкультура и спорт, 1987.

3. Еремеев С. И., Куртев С. Г. Патологические состояния при занятиях спортом и первая помощь. — Омск: СибГУФК, 2003

4. Статья сайта mel.fm : https://mel.fm/zhizn/povestka/2086379-children_sport

© Ермахаматов У.Д. 2023