

Тамахина Ирина Анатольевна, студентка,
Кубанский государственный технологический университет,
г. Краснодар

Лучинина Инна Геннадьевна, старший преподаватель,
Кубанский технологический университет,
г. Краснодар

ВЛИЯНИЕ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ НА ЗДОРОВЬЕ СПОРТСМЕНА THE EFFECT OF PSYCHOACTIVE SUBSTANCES ON THE HEALTH OF AN ATHLETE

Аннотация. Использование психоактивных веществ в спорте является серьезной проблемой, которая может существенно повлиять на здоровье и результаты спортсмена. В свете этих факторов, многие спортивные организации и правительства всего мира принимают меры для борьбы с злоупотреблением психоактивными веществами в спорте. Это включает в себя проведение антидопинговых тестов, наложение штрафов и дисквалификаций за нарушения.

Annotation. The use of psychoactive substances in sports is a serious problem that can significantly affect the health and results of an athlete. In light of these factors, many sports organizations and governments around the world are taking measures to combat substance abuse in sports. This includes conducting anti-doping tests, imposing fines and disqualifications for violations.

Ключевые слова: здоровье, психоактивные вещества, спортивная деятельность, допинг-контроль, выносливость, утомление.

Keywords: health, psychoactive substances, sports activity, doping control, endurance, fatigue.

Как известно, психоактивные вещества оказывают разнообразное воздействие на организм человека. В спорте использование психоактивных веществ запрещено, однако, несмотря на это, некоторые спортсмены все же рискуют своим здоровьем, употребляя запрещенные вещества.

Психоактивные вещества могут оказывать на организм спортсмена как физическое, так и психологическое воздействие. Физическое воздействие может проявляться в потере концентрации и координации движений, ухудшении физической формы, повреждении мышц и тканей. Например, употребление алкоголя может снизить реакцию и время реакции спортсмена, что может привести к травмам и неудачам в соревнованиях. А употребление стероидов может привести к повреждению мышц и тканей, что может оказать негативное влияние на спортивную карьеру.

Психологическое воздействие проявляется в нарушениях психического здоровья, таких как депрессия или тревожность, что может привести к снижению мотивации и ухудшению спортивных результатов.

Злоупотребление психоактивными веществами может привести к различным физическим последствиям и повреждениям, которые могут негативно сказаться на здоровье спортсмена и его спортивной деятельности. Некоторые из наиболее распространенных физических последствий злоупотребления психоактивными веществами включают:

1. Потеря концентрации и памяти - злоупотребление некоторыми психоактивными веществами, такими как алкоголь, марихуана или бензодиазепины, может привести к снижению концентрации и памяти у спортсмена, что может негативно сказаться на его спортивных результатах и общей эффективности.



2. Снижение физической формы - злоупотребление психоактивными веществами может привести к снижению уровня физической активности и выносливости спортсмена, а также к ухудшению общего состояния здоровья, что может существенно ухудшить его спортивные результаты.

3. Повреждения мышц и тканей - злоупотребление анаболическими стероидами или другими психоактивными веществами может привести к повреждению мышц и тканей, а также к другим серьезным проблемам со здоровьем, которые могут привести к снижению уровня спортивной деятельности.

4. Сердечно-сосудистые заболевания - злоупотребление стимуляторами, такими как амфетамин или кокаин, может привести к сердечным проблемам и заболеваниям, которые могут нанести серьезный ущерб здоровью спортсмена и привести к снижению его спортивных результатов.

Злоупотребление психоактивными веществами может нанести непоправимый вред здоровью и спортивной деятельности спортсмена. Поэтому, спортсмены должны избегать злоупотребления любыми психоактивными веществами, соблюдать правила и механизмы контроля за использованием запрещенных веществ в спорте, и следить за своим здоровьем и общей физической формой.

Злоупотребление психоактивными веществами может привести к серьезным психологическим последствиям и нарушениям психического здоровья, которые могут существенно ухудшить качество жизни и спортивную деятельность спортсмена. Некоторые из наиболее распространенных психологических последствий злоупотребления психоактивными веществами включают:

1. Зависимость - злоупотребление некоторыми психоактивными веществами, такими как наркотики или алкоголь, может привести к развитию зависимости, которая может стать серьезной проблемой для здоровья спортсмена и его спортивной деятельности.

2. Нарушения психического здоровья - злоупотребление психоактивными веществами может привести к нарушениям психического здоровья, таким как депрессия, тревожность, панические атаки, психозы и другие психические расстройства, которые могут существенно ухудшить качество жизни спортсмена и его спортивную деятельность.

3. Ухудшение мотивации - злоупотребление психоактивными веществами может привести к ухудшению мотивации спортсмена, что может снизить его эффективность и способность достигать спортивных целей.

4. Проблемы социальной адаптации - злоупотребление психоактивными веществами может привести к проблемам социальной адаптации, таким как нарушение отношений с близкими, друзьями и коллегами, что может негативно сказаться на психологическом состоянии спортсмена и его спортивной деятельности.

Злоупотребление психоактивными веществами может нанести серьезный вред психическому и физическому здоровью спортсмена, а также негативно сказаться на его спортивной деятельности и качестве жизни. Поэтому, спортсмены должны избегать злоупотребления любыми психоактивными веществами, соблюдать правила и механизмы контроля за использованием запрещенных веществ в спорте, и обращаться за помощью к специалистам в случае возникновения психологических проблем.

Анализ статистических данных о производительности спортсменов при употреблении психоактивных веществ может быть сложной задачей, так как употребление запрещенных веществ в спорте является незаконной и неприемлемой практикой, которая может привести к дисквалификации спортсмена и искажению результатов соревнований.

Однако, существуют некоторые исследования, которые пытаются изучить влияние злоупотребления психоактивными веществами на производительность спортсменов.



Например, исследование, опубликованное в журнале "Addiction" в 2017 году, показало, что употребление кокаина может привести к ухудшению выносливости и ускоренному утомлению спортсменов во время физических нагрузок.

Также, некоторые исследования показывают, что использование некоторых стимуляторов, таких как амфетамин, может улучшить результаты в спортивных дисциплинах, которые требуют быстрой реакции и выносливости. Однако, эти результаты могут быть искажены и недостоверны, так как использование запрещенных веществ в спорте подлежит строгому контролю и допинг-контролю.

Употребление психоактивных веществ в спорте может привести к серьезным последствиям для здоровья и спортивной деятельности спортсмена, а также к дисквалификации и искажению результатов соревнований. Ниже представлены некоторые практические случаи с употреблением психоактивных веществ и их влиянием на результаты спортивного состязания. Например, Дисквалификация Марии Шараповой - в 2016 году Мария Шарапова была дисквалифицирована на два года за употребление запрещенного препарата мельдония. Употребление мельдония может улучшать выносливость и ускорять восстановительные процессы после физических нагрузок, что может дать спортсмену преимущество в соревнованиях.

Список литературы:

1. Белов Н. В. Наркотики для спортсменов [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://info.wikireading.ru/30328>
2. Что такое допинг и как он работает? [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://meduza.io/cards/chto-takoe-doping-i-kak-on-rabotaet>
3. Гавриленко С. Наркотики в спорте [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://revansh-lvc.ru/stati/146-narkotiki-v-sporte-2>

