

Вспышка инфекции
Covid-19, получила
название новой
коронавирусной

пневмонии и затронула
практически все сферы
жизни и в отдельности
каждого человека

Какая категория
населения менее
подвержена
коронавирусной
инфекции Covid-19?

С каждым годом
количество людей,
взаимодействующих с
холодом,
увеличивается не
зависимо от возраста
и социального статуса

Фишер Т.А., Колыванова С.С., ТюмНЦ СО РАН, г. Тюмень, Россия

Чапарова Г.Н. ТюмГУ, г. Тюмень, Россия

ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ИММУННОГО СТАТУСА ЛЮДЕЙ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЗАКАЛИВАНИЕМ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19



Обливание



Окунание



Контраст



Зимнее
плавание

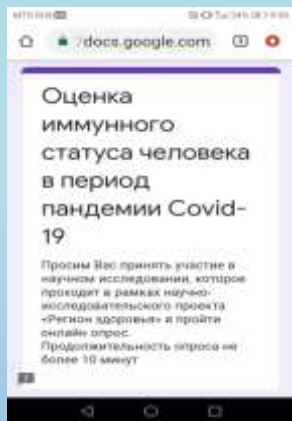


Спортивное
зимнее
плавание

Цель:
определить особенности иммунного реагирования
людей, занимающихся разными видами закаливания, в
период пандемии Covid-19.

Google-анкета

направлена на выявление частоты встречаемости заболеваний вирусной и бактериальной этиологии, а также выявление иммунной недостаточности у людей занимающихся закаливанием



БЛОК 1	Социальный статус
БЛОК 2	Особенности иммунного реагирования на ОРВИ И ОРЗ в 2019
БЛОК 2.1	Течение болезни
БЛОК 3	Особенности иммунного реагирования в период пандемии 2020
БЛОК 3.1	Диагностика болезни
БЛОК 3.2	Течение болезни
БЛОК 3.3	Период после болезни
БЛОК 4	Здоровый образ жизни
БЛОК 4.1	Общие сведения ЗОЖ
БЛОК 4.2	Закаливание и болезнь
БЛОК 4.3	Виды закаливания
БЛОК 4.4	Режим закаливания
БЛОК 4.5	Зимнее плавание
БЛОК 5	Окончание анкеты

Респондентов =149
г. Тюмень
Клубы и центры
закаливания и зимнего
плавания

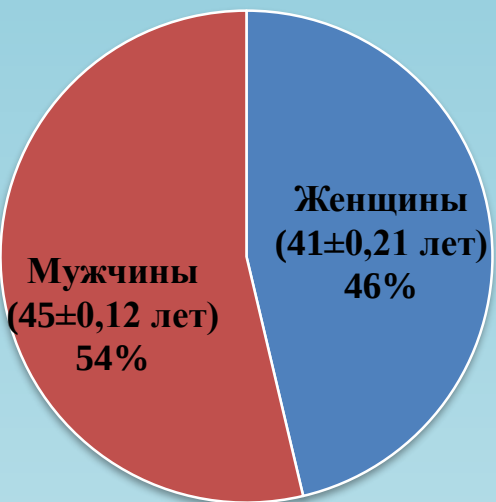
Статистическая обработка результатов проведена в
программе Python



ТЮМЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ
**РЕГИОН
ЗДОРОВЬЯ**

Работа выполнена
при поддержке

Характеристика респондентов



Второй зрелый возраст
(Возрастная периодизация, Никитюк, Чтецова, 1990)

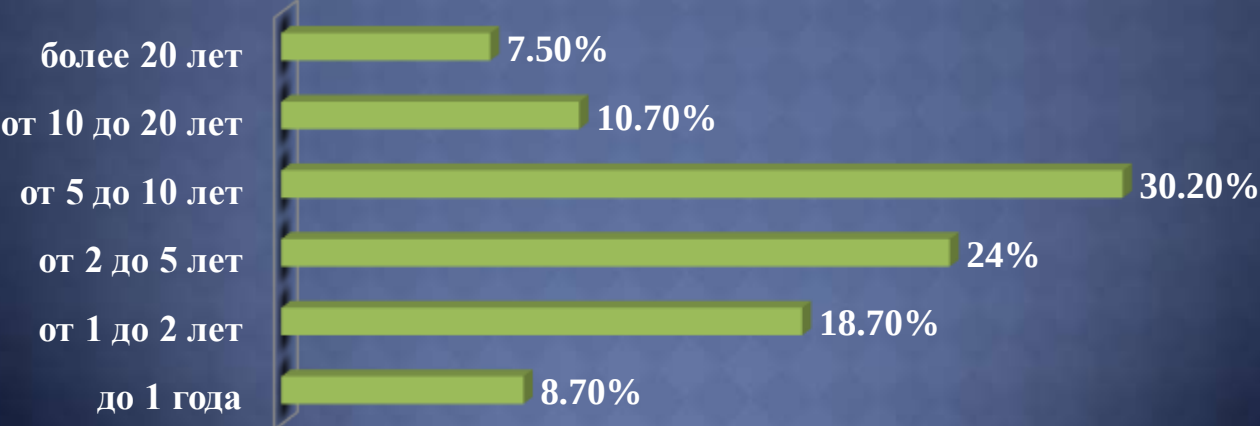
Режим закаливания	
1-2 раза в неделю	57,70%
3-4 раза в неделю	24,80%
5-6 раз в неделю	4,02%
в бессистемном режиме	4,78%



Малоактивный образ жизни

Регламентированный рабочий график

Распределение по стажу закаливания



2019

Уровень и степень заболеваемости

Высокая частота вирусных и бактериальных заболеваний может быть связана:

❖ **Сезонность** – в летний период, когда холодовой стресс в «дефиците» у людей регулярно занимающиеся закаливанием снижается активность клеточного звена иммунной системы.

❖ **Нагрузка** – после нескольких лет закаливания подбирается своя оптимальная холодовая нагрузка: снижается / увеличивается. Формируется индивидуальный режим закаливания, что приводит к адаптационным изменениям.

❖ **Адаптация** – превышение холодовых нагрузок приводит к «срыву» к адаптации с закономерным снижением иммунных защит.

Результаты Google-анкеты

средней тяжести 22%

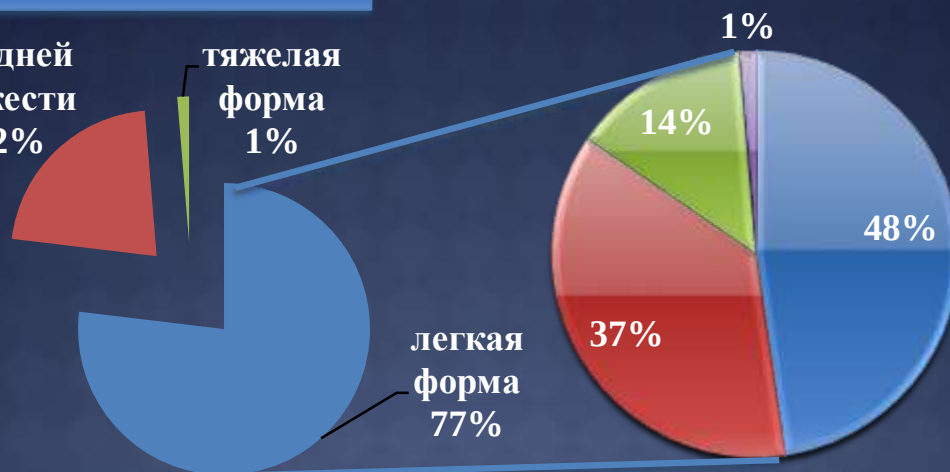
тяжелая форма 1%

■ не болели

■ 1 раз в год

■ 2 раза

■ 3-4 раза



Высокая частота ОРВИ и ОРЗ

■ не болели

■ болели



2020

Уровень и степень заболеваемости

Время постановки диагноза Covid-19

В течение 1-2 суток	19%
Через несколько дней	31%
После болезни	50%

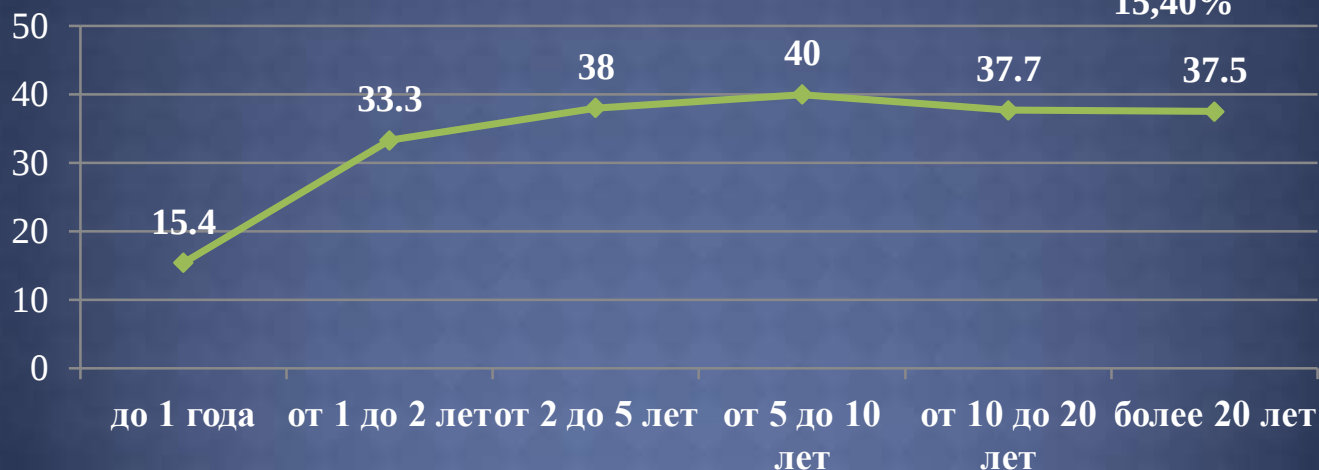
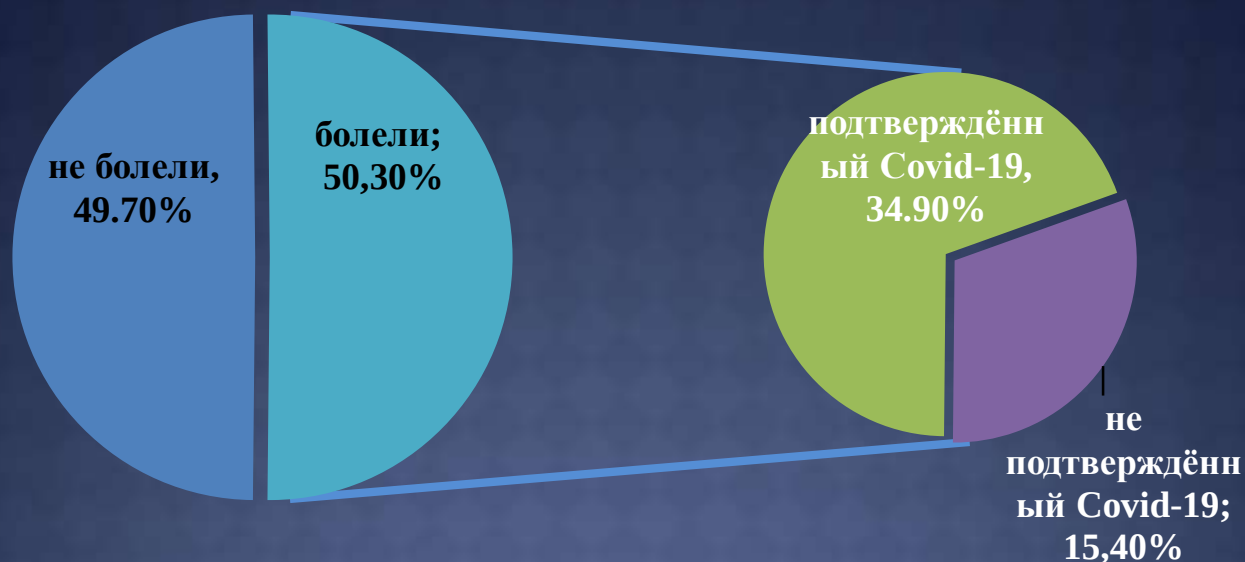
Половина людей, заболевших Covid-19, с болезнью справлялись самостоятельно

❖ Таким образом, заболеваемость в 2019 (ОРВИ и ОРЗ) и 2020 (ОРВИ, ОРЗ и Covid-19) среди людей занимающихся закаливанием не изменилась.

❖ Заболевшие Covid-19 в основном переболели им в легкой форме.

**Исследование необходимо
продолжить**

Результаты Google- анкеты



◆ частота встречаемости Covid-19 в группах по стажу

на большей выборке респондентов с дополнительным включением других групп населения, а также в других географических регионах РФ