



**ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
при метаболических заболеваниях
и патологии желудочно-
кишечного тракта**

*Под редакцией В. А. Маргазина, В. Н. Левина,
А. В. Коромыслова*

Санкт-Петербург
СпецЛит

**Лечебная физическая культура
при метаболических заболеваниях
и патологии желудочно-кишечного тракта**

2-е издание, исправленное и дополненное

Под редакцией В. А. Маргазина, В. Н. Левина,
А. В. Коромыслова

Санкт-Петербург
СпецЛит
2024

УДК 613.71
Л53

Авторы:

Коромыслов Александр Владимирович — канд. мед. наук, доцент кафедры медико-биологических основ спорта и теории физической культуры ЯГПУ им. К. Д. Ушинского; *Левин Вячеслав Наумович* — д-р мед. наук, профессор, заведующий кафедрой медико-биологических основ спорта и теории физической культуры ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, заслуженный деятель науки; *Маргазин Владимир Алексеевич* — д-р мед. наук, профессор кафедры медико-биологических основ спорта и теории физической культуры ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, заслуженный врач РФ; *Ганбургский Андрей Николаевич* — д-р мед. наук, профессор; *Мельников Андрей Александрович* — д-р биол. наук, профессор, заведующий кафедрой физиологии ГЦОЛИФК, Москва; *Шведов Денис Михайлович* — директор ФОО «Прогресс»

Рецензенты:

Поляков С. Д. — д-р мед. наук, профессор, заведующий отделением лечебной физкультуры и спортивной медицины ФГУ «Научный центр здоровья детей» РАМН; *Лобов А. Н.* — д-р мед. наук, профессор кафедры реабилитации и спортивной медицины РНИМУ им. Н. И. Пирогова

Л53 Лечебная физическая культура при метаболических заболеваниях и патологии желудочно-кишечного тракта /
А. В. Коромыслов, В. Н. Левин, В. А. Маргазин [и др.] ; под ред. В. А. Маргазина, В. Н. Левина, А. В. Коромысова. — 2-е изд., испр. и доп. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2024. — 150 с.
ISBN 978-5-299-01216-3

В учебно-методическом пособии изложены принципы использования лечебной физкультуры при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена веществ. Книга предназначена для специалистов по лечебной физкультуре, гастроэнтерологов, преподавателей и студентов медицинских и педагогических вузов.

УДК 613.71

ОГЛАВЛЕНИЕ

Условные сокращения	4
Введение	5
Глава 1. Метаболические заболевания и физическая тренировка ...	6
1.1. Инсулиновая резистентность и глюкозная толерантность ...	7
1.2. Нарушения состава тела и физическая тренировка	15
Глава 2. Лечебная физическая культура при нарушениях обмена веществ	38
2.1. Лечебная физическая культура при сахарном диабете ...	38
2.1.1. Лечебная физическая культура при сахарном диабете в стационаре	42
2.1.2. Лечебная физическая культура при сахарном диабете в условиях поликлинического наблюдения	60
2.2. Комплексная профилактика и лечебная физкультура для больных с ожирением	74
Глава 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта	98
3.1. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия физических упражнений при заболеваниях желудочно-кишечного тракта	98
3.2. Лечебная физкультура и массаж при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки	101
3.2.1. Лечебная физкультура в фазе затухающего обострения язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки в стационаре	104
3.2.2. Лечебная физкультура в фазе неполной ремиссии язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки в стационаре	107
3.2.3. Лечебная физкультура при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки в фазе полной ремиссии в стационаре и на этапе поликлинического наблюдения ...	110
3.3. Лечебная физкультура и массаж при заболеваниях печени и желчных путей	115
3.4. Лечебная физкультура и массаж при дисфункциях кишечника и хронических колитах	126
Литература	144