

СОДЕРЖАНИЕ

	Ст р.
СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ	4
ВВЕДЕНИЕ	6
I. ВИДЫ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ	7
II. ВЫЯВЛЕНИЕ СЕРДЕЧНО - СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И СТРАТИФИКАЦИЯ РИСКА У ЛИЦ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗКУЛЬ- ТУРОЙ И СПОРТОМ	12
III. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ФИЗИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ ДЛЯ ЛИЦ С ФАКТОРАМИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОГО РИСКА	15
3.1. Ожирение	18
3.2. Гипертоническая болезнь	18
3.3. Дислипидемия	20
3.4. Сахарный диабет	21
3.5. Лица пожилого возраста	23
IV. ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЦА	27
4.1. Лица с риском ИБС и бессимптомные лица, у которых при скрининге обнаружена ишемическая болезнь сердца	27
4.2. Хроническая ишемическая болезнь сердца	29
4.3. Острый коронарный синдром	32
4.4. Хроническая сердечная недостаточность	33
4.5. Пороки клапанов сердца	37
4.6. Патология аорты	47
4.7. Кардиомиопатии, миокардит и перикардит	49
4.8. Нарушения ритма и проводимости	58
Рекомендуемая литература	70
Тестовые задания	72
Приложения	77