

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

комиссии предварительного рассмотрения диссертаций
диссертационного совета Д 601.001.01 при Санкт-Петербургском
институте биорегуляции и геронтологии
(протокол № 6 от «12» июня 2015г.)

Комиссия в составе членов:

доктора медицинских наук, профессора Т.А. Рыжак
доктора биологических наук, профессора Т.В. Кветной,
доктора биологических наук, Т.Л. Сафаровой.

предварительно рассмотрев диссертацию аспиранта заочной аспирантуры
лаборатории профилактической медицины Санкт-Петербургского института
биорегуляции и геронтологии «Влияние регуляторных занятий финской ходьбой на темп
старения и качество жизни лиц пожилого и старческого возраста», представившую на
соискание ученой степени кандидата биологических наук по специальности 14.01.30 -
геронтология и гериатрия (научный руководитель: доктор медицинских наук, доцент
Баширева Анжелика Сергеевна), отметила актуальность темы, высокий научно-
методический уровень, научную и практическую значимость работы, достаточный объем
исследований, выполненных автором, и пришла к заключению:

1. Тема и содержание диссертации соответствует специальности 14.01.30 -
геронтология и гериатрия (биологические науки).

2. Основное содержание диссертационного исследования изложено в 52 печатных
работах, в том числе 9 статей в рецензируемых журналах, рекомендованных ВАК
Министерства образования и науки РФ, 42 тезисах докладов, реализованы в 1
методических рекомендациях.

3. Научная новизна работы заключается в том, что впервые получены данные о
влиянии регуляторных занятий финской ходьбой на интегральные и производные
показатели биологического возраста и темпы старения лиц старших возрастных групп.
Показано, что регуляторные занятия финской ходьбой достоверно повышают
субмаксимальную физическую работоспособность, способствуют регуляции и
восстановлению гемодинамических показателей и функциональных резервов
сердечнососудистой системы. Полученные результаты свидетельствовали о достоверном
снижении темпов старения у лиц 60-74 и 75-89 лет, регуляторно занимавшихся финской
ходьбой, что обусловлено значительным снижением интенсивности возрастного износа
сердечнососудистой системы и расширением диапазона приспособительных
возможностей организма при выполнении субмаксимальной физической нагрузки.

Впервые получены данные о влиянии финской ходьбы на качество жизни лиц
старших возрастных групп. Установлено, что регуляторные занятия финской ходьбой
способствуют повышению субъективной оценки качества жизни лиц пожилого и
старческого возраста. Было показано, что на фоне регуляторных занятий финской ходьбой в
группах пожилого и старческого возраста достоверно возросли показатели физического
функционального состояния, жизненной активности, а также социального функционирования.
Таким образом, физическое и эмоциональное состояние регуляторно
занимающихся финской ходьбой стало меньше ограничивать их повседневную
деятельность, общение и социальную активность, что в значительной мере
способствовало сохранению мобильности, самостоятельности и автономности.

4. Практическая ценность работы заключается в том, что с целью снижения темпов
старения и повышения качества жизни лиц пожилого и старческого возраста предложено

использовать регуляторные занятия финской ходьбой в системе мелико-социального

обслуживания лиц пожилого и старческого возраста.

5. В качестве ведущей организации для отъезда на диссертацию комиссия предлагает

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного

профессионального образования «Институт повышения квалификации Федерального

мелико-биологического агентства».

6. Комиссия считает целесообразным рекомендовать в качестве официальных

оппонентов:

доктора медицинских наук, профессора Шишкина А. Н.;

доктора медицинских наук, профессора Цалатаву Р. Б.

7. Защиту диссертации назначить на «19» октября 2015 года.

8. Комиссия предлагает разослать авторефераты диссертации Е.Ю. Качан по

прилагаемому списку.

ЧЛЕНЫ КОМИССИИ:

доктор медицинских наук, профессор Т.А. Рыжак

доктор биологических наук, профессор Т.В. Кветная

доктор биологических наук, Т.Л. Сафарова

