

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. проректора по научной работе

Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего
образования «Санкт-Петербургский
государственный университет»

С.В. Микушев

«14» Июня 2019 г.

ОТЗЫВ ВЕДУЩЕГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет» о научно-практической ценности диссертации Ивко Ксении Олеговны на тему: «Биосоциальные эффекты сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в профилактике основных гериатрических синдромов», представленной на соискание учёной степени кандидата биологических наук по специальности 14.01.30 – геронтология и гериатрия (биологические науки)

Актуальность темы

Регулярные тренировки у людей старших возрастных групп способствуют увеличению мышечной массы. Это было подтверждено исследованиями, которые заключались в изучении изменения площади сечения мышц у пациентов, занимающихся физическими тренировками на протяжении нескольких недель, при помощи компьютерной томографии. Несмотря на возрастные изменения мышц у людей пожилого и старческого возраста, мышечные ткани сохраняют способность к механическому растяжению и к противодействию увеличению сопротивления. Поэтому для лиц старших возрастных групп большое значение имеет целенаправленная динамическая тренировка, при которой хорошо стимулируется

межмышечная и внутримышечная координация, а также оказывается благоприятное воздействие на сердечно-сосудистую систему.

Значимой проблемой людей пожилого и старческого возраста является нарушение постурального баланса. Это подтверждает тот факт, что у 30% людей старше 65 лет встречаются падения не реже одного раза в год. В профилактике развития синдрома падений среди людей старших возрастных групп важное значение имеют тренировки со смешанными программами, воздействующие на различные компоненты физической подготовки, такие как баланс, сила, выносливость и гибкость. В настоящее время существует большое количество разнообразных тренировок, которые различаются по интенсивности, количеству повторений, частоте тренировок. Однако сегодня нет единого мнения по поводу интенсивности физических упражнений у людей пожилого возраста.

Физические упражнения, направленные на модифицируемые факторы риска и нейропротекторные механизмы, могут снизить степень развития дефицита когнитивных функций, связанных с нормальным процессом старения, и защитить от изменений, связанных с нейродегенеративными заболеваниями, такими как болезнь Альцгеймера и другие виды деменции.

Все вышесказанное подчеркивает актуальность данного диссертационного исследования и, в частности, изучения биосоциальных эффектов сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в профилактике основных гериатрических синдромов.

Диссертационная работа является научной темой, выполняемой по основному плану АННО ВО НИЦ «Санкт-Петербургский институт биорегуляции и геронтологии».

Научная новизна исследования, полученных результатов и выводов

Проведен анализ роли сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в профилактике синдрома гипомобильности. Показано, что сочетанные тренировки на основе скандинавской ходьбы (аэробные

нагрузки) и анаэробных силовых нагрузок приводят к достоверному повышению двигательной активности лиц пожилого возраста в 1,4 раза через полгода от начала занятий. Дана научная оценка применения сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в пожилом возрасте на состояние когнитивных функций. Показано, что достоверные позитивные изменения согласно данным шкалы «Краткая оценка психического статуса» отмечаются уже через три месяца от начала тренировок, чего не наблюдается при изолированном применении аэробных тренировок.

Полученные выводы диссертационного исследования логичны и соответствуют результатам научной работы. Разработанные практические рекомендации основаны на изученных особенностях изменений показателей двигательной активности у людей пожилого возраста.

Достоверность полученных результатов, выводов и практических рекомендаций

Степень достоверности результатов проведенного исследования определяется дизайном работы, необходимой для решения цели и задач исследования, применением высокоинформативных и современных методов исследования и статистики. Способы статистической обработки полученных данных соответствует поставленным задачам. Выводы и практические рекомендации целиком вытекают из полученных в работе результатов.

Автор проанализировал 173 литературных источника, из них 93 на иностранных языках. Основные положения работы представлялись на достаточном количестве научных конференций отечественного и международного уровней. По теме диссертации опубликовано 17 печатных работ, из них 4 статьи в журналах, включенном ВАК при Министерстве образования и науки Российской Федерации в Перечень ведущих рецензируемых научных журналов и изданий.

Значимость полученных результатов для науки и практики

Результаты исследования используются в практической деятельности Городской поликлиники № 48 г. Санкт-Петербурга, Агентства социальной помощи «ЮСИ» (г. Санкт-Петербург), в учебно-педагогическом процессе кафедры терапии, гериатрии и антивозрастной медицины ФГБОУ ДПО «Институт повышения квалификации ФМБА» (Москва), в научной деятельности АННО ВО НИЦ «Санкт-Петербургский институт биорегуляции и геронтологии», что подтверждает научный и практический интерес к результатам диссертационного исследования.

Важное значение для практической деятельности врачей и специалистов социальной сферы имеют разработанные диссертантом практические рекомендации по возрастным особенностям применения сочетанных тренировок для людей пожилого возраста.

Структура и содержание работы

Диссертация работа построена по классической схеме: состоит из введения, обзора литературы, описания материалов и методов исследования, результатов собственных исследований и их обсуждения, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы. Диссертация изложена на 104 страницах, содержит 9 таблиц, 3 рисунка, 2 блок-схемы. Список литературы содержит 173 источника, в том числе 93 на иностранных языках.

Во введении автор раскрывает и обосновывает актуальность темы диссертационного исследования, формулирует цель и ставит задачи, представляет научные положения, выносимые на защиту, приводит сведения о научной новизне, теоретической и практической значимости

работы, кратко описывает методологию и методы исследования, обосновывает достоверность полученных результатов.

Обзор литературы проведен достаточно глубоко и полно, с использованием современных отечественных и зарубежных источников. В главе 2 представлены материалы и методы исследования. Глава 3 посвящена анализу двигательной активности лиц пожилого возраста до и после применения программ анаэробных и аэробных тренировок.

В 4 главе проводились стандартные программы двигательной реабилитации и было показано, что показатели когнитивных функций не имели достоверной разницы в начале эксперимента, через три месяца и через полгода. Выявлено, что для профилактики развития когнитивных нарушений у лиц пожилого возраста целесообразным и достоверно эффективным является применение программ расширенных двигательных нагрузок и сочетание аэробных и анаэробных тренировок.

В 5 главе работы проводилась оценка состояния мышечной системы у людей пожилого возраста путем определения силы кистей с помощью динамометра «Мегеон 34090». Измерения проводились на разных руках с учетом гендерной разницы. Автором выявлено, что для профилактики саркопенических возрастных изменений можно рекомендовать достоверно результативную систему сочетанных двигательных тренировок в виде скандинавской ходьбы с режимом занятия два раза в неделю по 60 минут и анаэробными силовыми нагрузками с гантелями и на тренажерах в щадящем режиме с частотой занятий два раза в неделю по 30 минут. В шестой главе была проведена оценка качества жизни пожилых людей, связанного со здоровьем, под влиянием аэробных и анаэробных тренировок.

Выводы и практические рекомендации логично вытекают из результатов, полученных в диссертационной работе.

Диссертация представляет собой завершенное научное исследование, оформлена с действующими требованиями ВАК РФ.

Личный вклад автора. Автором лично определены цель и задачи исследования, проанализирована отечественная и зарубежная литература по изучаемой проблеме, разработаны методические подходы к проведению исследования. Автор непосредственно производил сбор данных, обработку и обобщение полученных материалов, подготовку основных публикаций по выполненной работе, написание и оформление рукописи, внедрение результатов диссертационного исследования в клиническую, научную и педагогическую деятельность. Личный вклад автора составляет 85%.

Рекомендации по использованию результатов и выводов

Научные результаты, полученные в ходе диссертационного исследования Ивко К.О., могут быть использованы в учебном процессе медицинских ВУЗ-ов России, при проведении практических занятий для подготовки врачей, а также в деятельности научно-исследовательских учреждений Российской Федерации.

Замечания к работе

Принципиальных замечаний по диссертации и автореферату не имеется. Вместе с тем, встречаются единичные орфографические ошибки и стилистические неточности, имеется недостаточное количество работ последних пяти лет. Работа продумана, логично выстроена, цели достигнуты. В порядке дискуссии хотелось бы задать следующие вопросы:

1. Какие, по Вашему мнению, варианты физической активности у больных пожилого возраста наиболее эффективны?
2. Какие показатели качества жизни улучшались у пациентов при физических нагрузках наиболее быстро.

Данный вопрос носит дискуссионный характер и никоим образом не снижают высокой положительной оценки диссертационной работы.

Соответствие научной квалификации соискателя учёной степени, на которую он претендует

Анализ диссертации свидетельствует о высокой научной квалификации диссертанта, определившего актуальное направление исследования, грамотно сформулировавшего цели и задачи работы, выполнившего глубокое изучение современной научной литературы по изучаемой проблеме, выбравшего адекватные методы изучения проблемы. Описанные результаты позволяют обосновать вынесенные на защиту положения, приведенные выводы и практические рекомендации. Научная квалификация Ивко Ксении Олеговны соответствует учёной степени, на которую она претендует.

Заключение

Диссертационная работа Ивко Ксении Олеговны на тему «Биосоциальные эффекты сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в профилактике основных гериатрических синдромов», представленная на соискание учёной степени кандидата биологических наук, является самостоятельным законченным научно-квалификационным исследованием по актуальной теме, результаты которой имеют существенное значение для современной геронтологии и гериатрии. В исследовании Ивко Ксении Олеговны решена важная современная научная задача – биологическое обоснование локомоторных программ профилактики гериатрических синдромов у людей пожилого возраста.

По актуальности, научной новизне, теоретической и практической значимости и достоверности полученных результатов и обоснованности выводов диссертационная работа Ивко Ксении Олеговны соответствует требованиям п. 9 Положения о присуждении учёных степеней, утверждённого постановлением Правительства Российской Федерации №

842 от 24.09.2013 г. (с изменениями в редакции постановлений Правительства Российской Федерации № 335 от 21.04.2016 г., № 748 от 02.08.2016 г.), предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата наук, а ее автор заслуживает присуждения ученой степени кандидата биологических наук по специальности 14.01.30 – геронтология и гериатрия (биологические науки).

Отзыв на диссертацию и автореферат составил д.м.н., профессор А. Н. Шишкин.

Отзыв обсуждён и одобрен на заседании кафедры факультетской терапии медицинского факультета ФГБОУ ВО Санкт-Петербургского государственного университета

« 28 » _____ марта _____ 2019 года, протокол № 5

Согласен на сбор, обработку, хранение и размещение в сети «Интернет» моих персональных данных (в соответствии с требованиями Приказа Минобрнауки России № 662 от 01.06.2015 г.), необходимых для работы диссертационного совета Д 521.103.01.

Заведующий кафедрой факультетской терапии
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский
государственный университет»
доктор медицинских наук, профессор

Подпись руки *Шишкин*
Александр Николаевич
УДОСТОВЕРЯЮ
А.Н. Шишкин
20__ г.



А.Н. Шишкин

Шишкин Александр Николаевич - заведующий кафедрой факультетской терапии ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», доктор медицинских наук, профессор. Шифр и наименование научной специальности, по которой защищена диссертация 14.01.04 – внутренние болезни. Адрес: Россия, 199034, Санкт-Петербург, Университетская набережная, д. 7-9. Тел: +7 (812) 328-20-00, эл. почта: spbu@spbu.ru, Сайт: spbu.ru

28 марта 2019 г.



ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(СПбГУ)

Университетская наб., 7/9, Санкт-Петербург, 199034

тел./факс 328-97-88

<http://www.spbu.ru>

ОКПО 02068516 ОГРН 1037800006089

ИНН/КПП 7801002274/780101001

Председателю диссертационного
совета Д 521.103.01 на базе АННО
ВО НИЦ «Санкт-Петербургский
институт биорегуляции и
геронтологии»
В.Х. Хавинсону

27.02.2019 № 01-115-4722

на № _____ от _____

О согласии

Уважаемый Владимир Хацкелевич!

В ответ на Ваше обращение (исх. ИБГ от 15.02.2019 № 13) подтверждаю согласие Санкт-Петербургского государственного университета выступить ведущей организацией по диссертации Ивко Ксении Олеговны на тему: «Биосоциальные эффекты сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в профилактике основных гериатрических синдромов», представленной к защите на соискание ученой степени кандидата биологических наук по специальности 14.01.30 – геронтология и гериатрия (биологические науки), и направляю сведения о Санкт-Петербургском государственном университете как ведущей организации, а также сведения о лице, утверждающем отзыв ведущей организации на данную диссертацию.

- Приложение: 1. Сведения о ведущей организации — на 2 л. в 1 экз.
2. Сведения о лице, утвердившем отзыв ведущей организации — на 1 л. в 1 экз.

Директор Центра экспертиз

В.А.Семенов

Исполнитель:
Климова Наталья Юрьевна,
Тел.: (812) 327-46-15

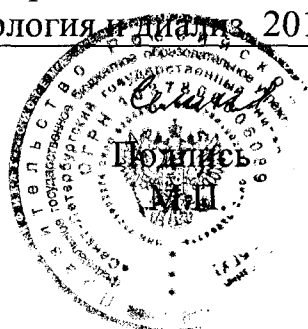
Сведения о ведущей организации

по кандидатской диссертации Ивко К.О. «Биосоциальные эффекты сочетанных аэробных и анаэробных тренировок в профилактике основных гериатрических синдромов», по специальности 14.01.30 – геронтология и гериатрия (биологические науки)

Полное наименование организации в соответствии с уставом	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет»
Сокращенное наименование организации в соответствии с уставом	Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербургский университет или СПбГУ
Ведомственная принадлежность	Правительство Российской Федерации
Почтовый индекс, адрес организации	199034, Санкт-Петербург, Университетская наб. д.7/9
Адрес официального сайта в сети «Интернет»	www.spbu.ru
Телефон	+7 (812) 328-97-01
Адрес электронной почты	spbu@spbu.ru
Список основных публикаций работников ведущей организации по теме диссертации в рецензируемых научных изданиях за последние 5 лет	<p>1.Лындина М.Л., Шишкин А.Н. Клинические особенности эндотелиальной дисфункции при ожирении и роль фактора курения// Регионарное кровообращение и микроциркуляция. 2018. Т. 17. № 2 (66). С. 18-25.</p> <p>2.Pchelin I., Shishkin A., Hudiakova N. Clinical correlates of serum triglycerides level in patients with abdominal obesity from different age groups // Atherosclerosis Supplements. 2018. Vol. 32. P. 44-45.</p> <p>3.А.Н. Шишкин Актуальные проблемы терапевтической патологии у женщин пожилого возраста // Всероссийский конгресс БОТКИНСКИЕ ЧТЕНИЯ. Сборник тезисов: / Под ред.: акад. РАН Мазурова В.И., доц. Трофимова Е.А. СПб.: Изд-во «Человек и здоровье», 2018. – с. 433-434.</p> <p>4.Басанцова Н.Ю., Тибекина Л.М., Шишкин</p>

- А.Н. Роль вегетативной нервной системы в развитии церебродикардальных нарушений// Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2017. Т. 117. № 11. С. 153-160.
- 5.Худякова Н.В., Пчелин И.Ю., Шишкин А.Н., Смирнов В.В., Иванов Н.В., Макаренко М.В., Байрашева В.К., Старосельский К.Г. Гипергомоцистеинемия у мужчин с метаболическим синдромом и ранними стадиями хронической болезни почек// Артериальная гипертензия. 2017. Т. 23. № 2. С. 141-149.
- 6.Markelov D.A., Shishkin A.N., Matveev V.V., Penkova A.V., Chizhik V.I., Lähderanta E. Orientational mobility in dendrimer melts: molecular dynamics simulations// Macromolecules. 2016. Т. 49. № 23. С. 9247-9257.
- 7.Худякова Н.В., Шишкин А.Н., Пчелин И.Ю., Иванов Н.В. Механизмы влияния эстрогенов на сердечно-сосудистую систему // Вестн. С.-Петербург. ун-та. Сер. 11. 2015. Выпуск 1. С. 13-24.
- 8.Шишкин А. Н., Воловникова В.А., Кулибаба Т. Г., Слепых Л.А. Бессимптомная гиперурикемия у пациентов пожилого возраста с артериальной гипертензией // «ЗДОРОВЬЕ – ОСНОВА ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ. Труды десятой Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Санкт-Петербург. Изд.-во Политех. ун-та, 2015. - Т. 10.2,560-562.
- 9.Когнитивные расстройства и комплаенс у больных с хронической болезнью почек, получающих заместительную терапию методами гемодиализа и гемодиализации. /Е.Е. Корсева, А.Н. Шишкин, Н.Н. Петрова // Нефрология и диализ. 2013; №15(4) С.345-346

Верно
Директор Центра экспертиз



В.А.Семенов

Приложение №2
к письму от 27.02.2019 № 01-115-4722

Сведения о лице, утверждающем отзыв ведущей организации

Фамилия, имя, отчество	Микушев Сергей Владимирович
Ученая степень и отрасль науки, научные специальности, по которым им защищена диссертация	Кандидат физико-математических наук 01.04.07 – физика конденсированного состояния Физико-математические науки
Наименование организации, являющееся основным местом работы, должность	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет» Правительства Российской Федерации. И.о. проректора по научной работе.

Верно

Директор Центра экспертиз



В.А.Семенов