

УДК 613.62

**ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЕ РЕАБИЛИТАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ РАБОТНИКОВ АТОМНЫХ ЭЛЕКТРОСТАНЦИЙ С НИЗКИМ УРОВНЕМ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ****Торубаров Ф.С., Зверева З.Ф., Денисова Е.А.**

ФГБУ ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России, ул. Маршала Новикова, 23, Москва, Россия, 123098

DIFFERENTIATED REHABILITATION MEDICAL MEASURES FOR NUCLEAR POWER PLANTS WORKERS WITH LOW LEVEL OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL ADAPTATION. **Torubarov F.S., Zvereva Z.F., Denisova E.A.** Federal Medical Biophysical Center of FMBA, 23, Marshal Novikov str., Moscow, Russia, 123098**Ключевые слова:** атомные электростанции; работники; психофизиологическая адаптация; низкий уровень; реабилитационно-оздоровительные мероприятия**Key words:** nuclear power plants; workers; psychophysiological adaptation; low level; rehabilitation medical measures

Необходимым условием для надежной профессиональной деятельности работников атомных электростанций (АЭС) является высокий уровень здоровья, что подразумевает не только отсутствие болезней, но и достаточные резервы центральной нервной системы (ЦНС) на различных уровнях ее функционирования, составляющих психофизиологическую адаптацию (ПФА). Снижение этих резервов у лиц, работающих на потенциально опасных производствах и предприятиях, может приводить к нарушению профессиональной деятельности и тем самым повышать риск возникновения аварийных ситуаций (человеческий фактор). Для поддержания высокого уровня функционального состояния (ФС) ЦНС важно своевременное выявление работников с признаками его нарушения и проведение адекватных реабилитационно-оздоровительных мероприятий (РОМ). Психофизиологическое обследование (ПО) 720 работников 10 АЭС России выявило у одной трети из них низкий уровень ПФА. Низкий уровень ПФА формировался за счет низких показателей ФС ЦНС на всех изученных уровнях (корковом, корково-подкорковых взаимодействиях, центральной регуляции сердечно-сосудистой системы). Вклад ФС на различных уровнях ЦНС в интегральные показатели ПФА неравнозначен. Основной вклад в низкий уровень ПФА вносили низкие показатели ФС ЦНС на уровне центральной регуляции сердечно-сосудистой системы (ССС) — 64,7% обследованных; сочетание низких показателей ФС ЦНС на уровне центральной регуляции ССС и на уровне корково-подкоркового взаимодействия — 24,8% обследованных. Низкие показатели ФС ЦНС на корковом уровне выявлены у 1,4% обследованных. При назначении РОМ необходимо учитывать особенности формирования низкого уровня ПФА. Для лиц с низким уровнем ПФА за счет низких показателей на корковом уровне применяют психокоррекционные методы: прогрессивная мышечная релаксация, антистрессовая дыхательная гимнастика, десенсибилизация и переработка информации движениями глаз, имаго и музыкотерапия. Для лиц с низким ФС ЦНС корково-подкоркового взаимоотношений рекомендовано многофункциональная полирецепторная реабилитационная установка Альфа-СПА (программы «Медитация»), транскраниальную электростимуляцию, иглорефлексотерапию, БОС-тренинг (биологическая обратная связь) по ЭЭГ. РОМ для лиц с низким ФС ЦНС на уровне центральной регуляции ССС включали: многофункциональную полирецепторную реабилитационную установку Альфа-СПА капсулу (программа «Релаксация»), инфитотерапию, электросон, лекарственный электрофорез, гальванотерапию, магнитотерапию, гидро- и бальнеотерапию, магнитолазеротерапию, БОС-тренинг по кардиоинтервалографии. Курс РОМ составлял 10–15 процедур. Эффективность РОМ оценивали по динамике показателей психофизиологических тестов до и после РОМ.

УДК 615.8:621.039:159.913

**ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫХ РЕАБИЛИТАЦИОННО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ РАБОТНИКОВ АЭС С НИЗКИМ УРОВНЕМ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ****Торубаров Ф.С., Зверева З.Ф., Денисова Е.А.**

ФГБУ ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России, ул. Маршала Новикова, 23, Москва, Россия, 123098

EXPERIENCE OF DIFFERENTIATED REHABILITATION MEDICAL MEASURES FOR NUCLEAR POWER PLANTS WORKERS WITH LOW LEVEL OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL ADAPTATION. **Torubarov F.S., Zvereva Z.F., Denisova E.A.** Federal Medical Biophysical Center of FMBA, 23, Marshal Novikov str., Moscow, Russia, 123098**Ключевые слова:** атомные электростанции; работники; низкий уровень психофизиологической адаптации; дифференцированные реабилитационно-оздоровительные мероприятия; опыт применения**Key words:** nuclear power plants; workers; low level of psychophysiological adaptation; differentiated rehabilitation medical measures; experience of application

Работники потенциально опасных предприятий и производств имеющие низкий уровень психофизиологической адаптации (ПФА) относятся к группе риска. Все они нуждаются в проведении реабилитационно-оздоровительных мероприятий (РОМ). Разработаны РОМ для лиц с низким уровнем ПФА с учетом вклада показателей функционального состояния (ФС) центральной нервной системы (ЦНС), характеризующих различные уровни ее функционирования (корковый, уровень корково-подкорково взаимодействия, центральной регуляции сердечно-сосудистой системы). Эффективность