

## **СУТОЧНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ АДАПТАЦИОННЫХ РЕАКЦИЙ ОРГАНИЗМА У ЗДОРОВЫХ ЖЕНЩИН**

**И.В. Радыш, Д.В. Брюнин,  
С.С. Краюшкин**

ФГБОУ ВПО «Российский университет дружбы народов»,  
г. Москва  
*E-mail: iradysh@mail.ru*

Целью работы явилось изучение суточных изменений общих неспецифических адаптационных реакций у здоровых женщин репродуктивного возраста в разные фазы менструального цикла. Обследование 49 практически здоровых женщин в возрасте 20—35 лет проводилось утром 7—9 и вечером 18—20 часов в фолликулиновую фазу (ФФ) на 6—9 день и лютеиновую (ЛФ) на 19—22 день менструального цикла (МЦ). Установлено, что значения реакции тренировки и спокойной активации достоверно ( $p < 0,01$ ) выше у женщин в ФФ и вечером, а повышенной активации, реакции переактивации и хронического стресса в ЛФ и утром. Это свидетельствует о том, что реакция тренировки развивается в ответ на слабые воздействия, реакция активации — в ответ на воздействия средней силы, реакция стресса — в ответ на сильные воздействия. Каждая из реакций характеризуется своим комплексом изменений в ЦНС, эндокринной, тимико-лимфатической системах, что отличает эти реакции друг от друга и от стресс-реакции на сильные воздействия. Основное соотношение для характеристики реакции — между числом лимфоцитов и сегментоядерных нейтрофилов достоверно выше утром и в ЛФ, чем вечером и ФФ, что указывает на более высокий процент реакции переактивации во второй половине МЦ и утренние часы. Полученные результаты исследований свидетельствуют о том, что проявление общих неспецифических адаптационных реакций у здоровых женщин репродуктивного возраста зависит от времени суток и фаз менструального цикла.

## **DAILY CHANGES ADAPTIVE REACTIONS IN HEALTHY WOMEN**

**I.V. Radysh, D.V. Bryunin,  
S.S. Krayushkin**

Peoples' Friendship University of Russia, Moscow  
*E-mail: iradysh@mail.ru*

The aim was to study changes in the general allowance of adaptive responses in healthy women reproductive age in the different phases of the menstrual cycle. 49 healthy women aged 20—35 years was conducted in the morning 7—9 and 18—20 hours in

the evening in the follicular phase for 6—9 days and luteal at 19—22 days of the menstrual cycle. It is established that the value of exercise and calm reaction activation was significantly ( $p < 0.01$ ) was higher in women in follicular phase and evening, and increased activation, reactivation reactions and chronic stress in the luteal phase and in the morning. This indicates that the response of training develops in response to the impact of the weak, the reaction activation — in response to the impact of moderate strength, stress reaction — in response to strong impact. Each reaction is characterized by a set of changes in the central nervous system, endocrine, thymico-lymphatic systems that distinguishes these reactions from each other and from the stress reaction to strong impact. The basic relation to characterize the reaction — between the number of lymphocytes and segmented neutrophils was significantly higher in the morning and in the luteal phase than in the evening and follicular phase, which indicates that a higher percentage of reactivation reaction in the second half of the menstrual cycle and the morning hours. Results of the research suggest that the expression of the general non-specific adaptive response in healthy women of reproductive age depends on the time of day and the phase of the menstrual cycle.

---

---

**РАБОТА ПРОБЛЕМНОЙ КОМИССИИ  
«ХРОНОБИОЛОГИЯ И ХРОНОМЕДИЦИНА» РАМН  
В 2008—2012 ГГ.**

**С.И. Рапопорт**

ГБОУ ВПО «Первый московский государственный медицинский  
университет им. И.М. Сеченова», г. Москва  
*E-mail: sirap@list.ru*

В течение 2008—2012 гг. состав проблемной комиссии (ПК) оставался неизменным. Продолжали разрабатываться актуальные вопросы, касающиеся как фундаментальных, так и прикладных аспектов проблемы. Они обсуждались на заседаниях бюро ПК, конференциях, было проведено две школы, первом съезде «Хронобиология и хрономедицина», конгрессе «Человек и космос». Защищены докторские и кандидатские диссертации. Опубликованы 9 монографий, одно руководство, четыре учебных пособия, 343 статьи, 417 тезисов. Получено 5 патентов, подана заявка на открытие. Ряд работ выполнен совместно с зарубежными учеными. Многие вопросы, связанные с временной организацией жизни человека, в том числе лечение, неоднократно освещались в средствах массовой информации, на радио и телевидении, общественной печати. В задачах ПК — расширение исследований теоретических и прикладных аспектов хронобиологии и хрономедицины, активное внедрение достижений в практику, вовлечение в работу новых ученых.