

Когда со спортом надо повременить.

Кокурочникова Галина Николаевна - врач кардиоревматолог

Сегодня в моде здоровый образ жизни и это не может не радовать. Все хотят быть крепкими, сильными, привлекательными, поэтому посещают бассейн, тренажерные залы, занимаются аэробикой, записывают своих детей в различные спортивные секции, одни - просто для поддержания физической формы, укрепления здоровья, другие рассматривают спорт как возможную будущую профессию для ребенка.

Но прежде чем начинать занятия спортом нужно обязательно посетить с ребенком участкового врача. Возникает вопрос: каким должно быть сердце у ребенка для занятий спортом? И, что важнее, каким оно не должно быть? На эти вопросы ответит лишь специалист.

Врач выслушает ребенка, направит на электрокардиограмму (ЭКГ), а при необходимости назначит другие виды обследования. Надо заметить, что далеко не все дети рождаются для большого спорта. Занятия спортом и вообще большие физические нагрузки противопоказаны детям с хроническими заболеваниями, такими как болезни суставов и сердца.

Очень часто, видя изменения на ЭКГ, врач говорит родителям учащихся школ, что ребенок спортсменом не будет или что занятия профессиональным спортом противопоказаны. Почему? Да потому, что ЭКГ этих детей имеют некоторые особенности. Это синдром ранней реполяризации желудочков, синдром предвозбуждения желудочков, синдром интервала Q-T. Все эти синдромы часто осложняются аритмиями, а наследственный синдром удлиненного интервала Q-T может быть причиной внезапной смерти, поэтому детям с такими особенностями противопоказаны занятия в спортивной секции и физические перегрузки.

Вот почему так важно посетить поликлинику и убедиться, что у Вашего ребенка подобных проблем нет.

Если Ваш ребенок собирается серьезно заниматься спортом, то желательно сделать не только ЭКГ, но и эхокардиографию сердца. Ведь только при этом исследовании можно выявить так называемые малые аномалии развития сердца, которые также могут являться противопоказаниями для большого спорта.