**Спорт поможет справиться с гастритом и бронхитом**

 18 апреля 2016

**метки:**

[СМИ о Фонде и грантополучателях](http://xn--m1afn.xn--p1ai/ru/%D1%81%D0%BC%D0%B8)

**источник:**

[Вести.RU](http://www.vesti.ru/doc.html?id=2744207)

[](http://рнф.рф/sites/default/files/styles/banner/public/field/image/o_1242764.jpg?itok=ZXZykLLO)

**Физические нагрузки могут оказывать противовоспалительный эффект, считают учёные кафедры спортивно-оздоровительного туризма, спортивной физиологии и медицины Томского государственного университета. Такое предположение исследователи сделали, изучая миокины (myokine) — белки, которые вырабатывает организм при физических нагрузках.**

В пресс-релизе ТГУ отмечается, что в основе многих заболеваний – гастрита, бронхита, астмы и даже [сахарного диабета](http://www.vesti.ru/doc.html?id=1199406&cid=2161) – лежит воспаление. Как правило, воспалительные процессы лечат лекарствами, однако, по мнению российских специалистов, противовоспалительного эффекта можно добиться и с помощью обыкновенных занятий спортом.

Таким образом, физические нагрузки могут стать способом лечения некоторых заболеваний (отметим, что ранее учёные выяснили, что умеренные занятия спортом [замедляют даже развитие рака](http://www.vesti.ru/doc.html?id=2721575&cid=2161)).

Известно, что миокины могут положительно влиять на организм человека: на обмен веществ, иммунитет, работу мозга. Однако до сих пор остаётся непонятным, как именно физическая нагрузка провоцирует выработку миокинов. Что происходит в мышцах, когда они сокращаются?

"До недавних пор считалось, что воздействие на мышцы оказывают только ионы кальция, однако учёному [Сергею Орлову](http://www.recherche.umontreal.ca/la-recherche-a-ludem/la-vitrine-des-professeurs/informations/chercheur/992/) удалось доказать, что в регуляции гладких мышц большую роль играют также ионы натрия и калия. Мы планируем получить аналогичные результаты и для скелетных мышц", – говорит заведующий кафедрой[Леонид Капилевич](http://sport.tsu.ru/node/626).

Про его словам, эти данные помогут объяснить, каким образом "запускается" синтез миокинов при физических упражнениях. После этого станет понятно, как с помощью физических упражнений "заставлять" миокины воздействовать на иммунитет и укреплять его. Это позволит по-новому подойти к лечению целого ряда так называемых социально значимых заболеваний.

Добавим, что работу учёные ТГУ проводят совместно с коллегами из Московского государственного университета им. Ломоносова и Монреальского университета (Канада). Исследование, направленное на проверку гипотезы учёных, было поддержано грантом Российского научного фонда. **За три года исследований 18 миллионов рублей будут потрачены на то, чтобы получить положительные результаты.**