

Лекция 3. 2.ТИПЫ КОНСТИТУЦИЙ И ЗДОРОВЬЕ

Конституция является фундаментальной биологической характеристикой целостного организма. Конституционные признаки рассматриваются как результат сложного взаимодействия наследственных и средовых факторов в ходе реализации генетической программы развития.

Биологическая сущность человека характеризуется тремя составляющими: строением тела, активностью физиологических процессов и метаболизма и, наконец, психологическими особенностями личности. Все они взаимосвязаны и в комплексе составляют конституцию человека – наиболее фундаментальную характеристику целостного организма.

Типы конституции являются вариантами адаптивной нормы, отражающими резистивность (сопротивляемость) и реактивность (способность реагировать) организма к факторам среды.

Старейший традиционный подход в типологизации основывается на наиболее консервативном признаке - строении тела.

Начиная с античности, было предложено около 60-ти схем выделения конституционных типов. Чаще всего используется деление на 3-4 типа. Так, Э. Кречмер выделяет:

лептосомный, атлетический и пикнический типы.

Согласно выраженности развития тех или иных тканей из зародышевых листков (эктодермы, мезодермы и энтодермы) выделяют костный тип - эктоморфный, мышечный - мезоморфный и жировой - эндоморфный. Эктоморфный иначе называют астеническим, мезоморфный - атлетическим, а эндоморфный - пикническим или дигестивным.



Большинство людей относится к смешанному типу и имеют двойное название (например: мышечно-астенический и т.д.)

ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ ТИПОВ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ

БИОХИМИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ И ТЕМПЫ РАЗВИТИЯ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

ЗАБОЛЕВАНИЯ




Астенический тип имеет плоскую грудную клетку, острый реберный угол, относительно широкий таз, худое жилистое тело со скудным слоем подкожного жира. Длинные тонкие конечности с длинными и тонкими кистями и стопами. Относительно маленькую голову и длинную тонкую шею. Бледное узкое лицо яйцевидной формы, острый тонкий нос, иногда угловатый профиль. Жесткие волосы на голове, иногда в виде шапочки и слабое вторичное оволоснение.

Так, у подростков астенического телосложения отмечается повышенный уровень эстрадиола (женского полового гормона, который тормозит анаболическое действие андрогенов, т. е. тормозит рост мышечной массы).

Эктоморф скованный в движениях, необщителен, заторможен, скрытен, сдержан, интравертирован., Устойчив к алкоголю, стремится к одиночеству в трудную минуту, тяготеет к позднему периоду жизни.



У представителей астенического типа отмечается повышенная возбудимость и реактивность, увеличение частоты невротических заболеваний, гастрита, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, вегетативной дистонии и гипотонии. Отмечается тенденция к повышенной заболеваемости туберкулезом.

ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ ТИПОВ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ	БИОХИМИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ И ТЕМПЫ РАЗВИТИЯ	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ	ЗАБОЛЕВАНИЯ
<p>Атлетический тип имеет широкие сильные плечи, трапецевидное туловище с относительно узким тазом. Мощный выпуклый рельеф мышц на крепком костяке. Сильные крепкие руки и ноги, крупные кисти и стопы. Крепкую удлинненную голову, свободную крепкую шею с резко выраженной трапецевидной мышцей. Лицо с резкими чертами, продолговатой формы. Густые волосы на голове, вторичное оволоснение без особенностей.</p>	<p>У атлетического типа - повышено содержание тестостерона (гормон, отвечающий за развитие вторичных половых органов, агрессивность и либидо) и соматотропина (гормон, активизирующий синтез белка, а отсюда и рост мышц).</p>	<p>Мезоморф. Уверенный в движениях, любитель приключений, эмоционально черствый, эстравертированный в поступках и скрытый в чувствах, агрессивный в опьянении, в трудную минуту склонный к действиям, дорожит воспоминаниями юности.</p>	<p>Мышечный вариант телосложения обнаруживает тенденцию к развитию заболеваний печени, желчевыносящих путей, ишемической болезни сердца, ревматизм сердца и суставов, болезни мышечной системы.</p>
			

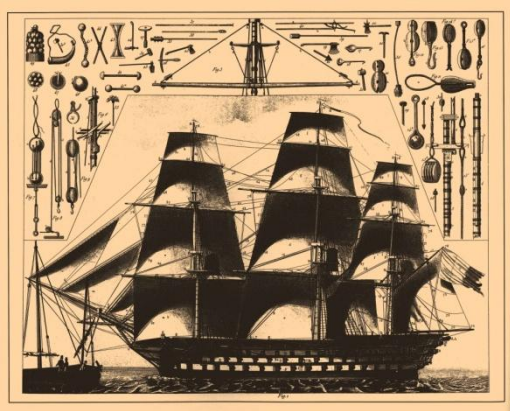
ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ ТИПОВ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ	БИОХИМИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ И ТЕМПЫ РАЗВИТИЯ	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ	ЗАБОЛЕВАНИЯ
<p>Пикнический тип имеет короткую, широкую, выпуклую грудную клетку, тупой реберный угол. Округлые, мягкие формы из-за хорошо развитого жирового слоя. Мягкие, относительно короткие конечности. Короткие и широкие кисти и стопы. Относительно крупная округлая голова, плоский контур темени, короткая массивная шея. Широкое красное лицо с мягкими чертами, слабый изгиб профиля. Мягкие волосы на голове, склонность к облысению и вторичное оволоснение от слабого до сильно выраженного.</p>	<p>У юношей дигестивников - высокий уровень прогестерона при некотором снижении уровня соматотропного гормона, что приводит к усилению липолиза (отложению жира). Половое созревание юношей мышечного типа и дигестивников происходит в среднем на 1,5-2 года раньше, чем у астеников.</p>	<p>Эндоморф. Расслабленный в осанке. Любитель комфорта, жаждущий похвалы и одобрения, экстравертирован, общительный и мягкий в опьянении, в трудную минуту тяготеющий к людям и воспоминаниям детства;</p>	<p>Предрасположенность эндоморфов к ожирению является фактором риска к развитию таких заболеваний как сахарный диабет, атеросклероз, гипертония</p>



АДАПТИВНЫЕ ТИПЫ ЛЮДЕЙ



Адаптивный тип представляет собой норму генетической реакции (внутриутробно) на условия обитания, которая выражается в развитии комплекса признаков, обуславливающих лучшую биологическую приспособленность человека к определенным условиям среды



- ▶ Адаптивные типы людей формировались независимо от расы в связи с конкретными экологическими задачами.
- ▶ Особенности определенного типа формируются в эмбриогенезе.
- ▶ Наличие различных адаптивных типов свидетельствует о значительной экологической изменчивости человека, что способствует его широкому расселению.

АДАПТИВНЫЙ ТИП	ФАКТОРЫ СРЕДЫ	МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
АРКТИЧЕСКИЙ	Низкие температуры; продолжительные зимы; стерильный воздух и вода. В питании мало свежих овощей и фруктов.	Развитые костно-мышечная система, увеличена окружность грудной клетки, повышено содержание гемоглобина, костного мозга, минеральных веществ в костях, белков в крови, холестерина. Усилен обмен жиров и общий обмен веществ.
ТРОПИЧЕСКИЙ	Высокие температуры, продолжительное лето, высокая бактериальная заражённость воды и воздуха. В питании мало животных жиров.	Или высокий или низкий рост (радиация). Удлинённая форма тела, низкая мышечная масса, низкая окружность грудной клетки, увеличенное количество потовых желёз, низкий обмен жиров, низкая концентрация холестерина.
ГОРНЫЙ	Низкое парциальное давление кислорода (гипоксические условия). однообразие пищи.	Повышенный уровень основного обмена веществ. Длинные трубчатые кости, расширенная грудная клетка, увеличено содержание гемоглобина.
УМЕРЕННЫЙ ТИП	Разнообразие условий	Промежуточный характер признаков.