

ДЕРМАТОЛОГИЯ В СПОРТЕ: КОЖНЫЕ БОЛЕЗНИ БОРЦОВ И ЭФФЕКТИВНЫЕ СТРАТЕГИИ ИХ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ

Алиева Мадина Носиралиевна

Сатторова Максуда Шодиевна

Самаркандский медицинский техникум общественного здоровья имени Абу Али ибн Сино

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10224126>

Аннотация: Дерматологические проблемы у спортсменов, особенно у борцов, представляют собой важный аспект общего здоровья и производительности. Этот обзор фокусируется на кожных заболеваниях, влияющих на борцов, и предлагает эффективные стратегии для их предотвращения. Рассматриваются распространенные кожные инфекции. Анализируется роль различных микроорганизмов, таких как *Trichophyton tonsurans* и *T. rubrum*, в развитии опоясывающего лишая. Предоставляются рекомендации по профилактике, включая регулярные медицинские осмотры, отказ от общего использования оборудования. Обсуждаются также аспекты аллергических реакций и анафилаксии у спортсменов, ассоциированных с физическими стимулами и аллергенами. Результаты подчеркивают важность внимания к дерматологическим аспектам ухода за борцами и предостерегают от потенциальных угроз здоровью и производительности, предлагая практические стратегии для поддержания кожного здоровья и предотвращения возможных проблем.

Ключевые слова: спортивная борьба, дерматология, MRSA, импетиго, фолликулит, рожистое воспаление

DERMATOLOGY IN SPORTS: SKIN DISEASES OF WRESTLERS AND EFFECTIVE STRATEGIES FOR THEIR PREVENTION

Abstract: Dermatological problems in athletes, especially wrestlers, represent an important aspect of overall health and performance. This review focuses on skin diseases affecting wrestlers and suggests effective strategies to prevent them. Common skin infections are covered. The role of various microorganisms, such as *Trichophyton tonsurans* and *T. rubrum*, in the development of herpes zoster is analyzed. Recommendations for prevention are provided, including regular medical examinations and avoidance of general use of equipment. Aspects of allergic reactions and anaphylaxis in athletes associated with physical stimuli and allergens are also discussed. The results highlight the importance of paying attention to the dermatological aspects of wrestler care and caution against potential threats to health and performance, offering practical strategies for maintaining skin health and preventing potential problems.

Keywords: wrestling, dermatology, MRSA, impetigo, folliculitis, erysipelas

ВВЕДЕНИЕ

Кожа является одним из важнейших органов для спортсменов, особенно для тех, кто занимается борьбой. Дерматологические проблемы могут не только существенно влиять на комфорт и самочувствие, но и оказывать негативное воздействие на тренировочный процесс и результаты соревнований.

Борьба (вольная борьба, греко-римская, дзюдо, спортивное самбо, грэпплинг, бразильское джиу-джитсу, сумо, кураш), будучи интенсивным видом спорта, представляет собой уникальную среду, где кожа подвергается различным воздействиям –

от трения и пота до контактов с определенной экипировкой. Эти факторы создают условия, в которых могут развиваться разнообразные кожные проблемы. Несмотря на неоспоримые положительные эффекты физической активности, существует риск распространения кожных заболеваний в контексте занятий спортом. В дисциплинах, требующих физического взаимодействия, кожные инфекции могут стать причиной значительных временных потерь в ходе тренировок и соревнований, оцениваемых вплоть до 20% [29]. Дерматологические аспекты в спорте, особенно в борьбе, часто остаются недооцененными. Отсутствие эффективных мер по профилактике и лечению может привести к серьезным последствиям, вплоть до прерывания тренировок и участия в соревнованиях. Спортивная борьба относится к дисциплинам, в которых предусмотрены определенные весовые категории. Перед каждым соревнованием борец сталкивается с трудной задачей - поддержанием веса в пределах требуемой весовой категории, что часто требует искусственного изменения массы тела. Применение утомительных диет за несколько недель до важных соревнований может иметь отрицательное воздействие на иммунную систему, вызывая её ослабление. Из-за интенсивных тренировок, которые ослабляют иммунитет, и близких контактов в процессе соревнований среди подростков-спортсменов, распространение кожных инфекционных заболеваний в этой группе становится распространенным явлением [8]. При участии в единоборствах у молодых спортсменов обнаруживаются кожные инфекции приблизительно в 3 раза чаще, чем в общей популяции [3].

В данной статье мы представим обзор типичных кожных проблем, с которыми сталкиваются борцы, рассмотрим факторы, способствующие развитию заболеваний, и предложим эффективные стратегии их предотвращения. Помимо этого, мы также обсудим перспективы для дальнейших исследований в области дерматологии в спорте.

Цель – предоставить комплексный обзор проблемы, выявить современные тенденции в профилактике и лечении кожных болезней у борцов, а также подчеркнуть важность уделения этому аспекту должного внимания в тренировочных программах и медицинском сопровождении спортсменов.

Борцы очень уязвимы к вирусным, бактериальным и грибковым инфекциям. Эпидемии простого герпеса (*herpes gladiatorum*) распространены в контактных видах спорта в старших классах и колледжах. Прямой контакт с кожей также способствует появлению контагиозного моллюска и бородавок, расположенных в основном на лице, шее, кистях рук. Кроме того, борцы могут заразиться чесоткой и головным педикулезом [24].

Борцы, соприкасающиеся в ходе борьбы, подвергаются повышенному риску заражения. Метициллин-резистентный *Staphylococcus aureus* представляет собой бактерию, устойчивую к метициллину и другим бета-лактамам антибиотикам, что делает его вызывающим заболевания микроорганизмом важным объектом изучения в сфере инфекционной патологии. MRSA может вызывать различные инфекционные проявления, от поверхностных поражений кожи до серьезных системных заболеваний. Его эпидемиология, механизмы резистентности и стратегии лечения представляют значительный интерес для научного сообщества и медицинской практики. В свете увеличенной распространенности MRSA в обществе, включая спортивные коллективы, исследования в этой области направлены на разработку эффективных мер по предотвращению инфекций и оптимизации терапевтических подходов [2]. Особенно важным является назальное носительство, которое может способствовать диссеминации

метициллин-устойчивого *Staphylococcus aureus* (MRSA-Methicillin-resistant *Staphylococcus aureus*). Этот процесс связан с общим использованием полотенец, проживанием в общежитиях и близостью соседних шкафов для одежды. Исследование кожи предплечий борцов выявило, что *S.aureus* чаще встречается до и после тренировок. Это указывает на активность данного микроорганизма после физической нагрузки. Также отмечена высокая частота гемолитических форм *Staphylococcus*, свидетельствующая о дисбактериозе кожи борцов. В контексте профилактики и лечения инфекций, вызванных *S.aureus*, стафилококковый бактериофаг оказывается более эффективным по сравнению с поливалентным пиобактериофагом [14]. *Staphylococcus* и *Streptococcus* способны вызывать разнообразные кожные заболевания, такие как импетиго, фолликулит, рожистое воспаление и фурункулез. Импетиго, как поверхностное острое воспалительное заболевание, проявляется появлением четко очерченных эритематозных бляшек, покрытых желтыми корками. Рожистое воспаление характеризуется четко очерченными возвышающимися эритематозными бляшками. Фолликулит представляет собой формирование мелких фолликулярных пустул, известных как гнойнички [1,31].

Микроспория, лишай, и грибковые инфекции являются типичными проявлениями, которые могут эффективно передаваться через контакт с кожей и общие поверхности. *Tinea gladiatorum*, грибковая инфекция, часто наблюдается среди борцов, в основном передается при прямом контакте кожа к коже, при этом роль борцовских ковров в передаче инфекции до сих пор неясна. Были предложены различные схемы лечения, но оптимальный терапевтический препарат и продолжительность остаются неопределенными [27].

До тех пор, пока не будет доступно больше информации о борцовских коврах как резервуарах дерматофитов, не поощряется длительная практика мытья ковров до и после тренировки. Регулярные осмотры кожи перед тренировками, недопущение совместного использования снаряжения и другие меры направлены на предотвращение сбоев в расписании тренировок и соревнований борцовской команды [21].

Кожное заболевание, известное как опоясывающий лишай, часто встречается у борцов и представляет собой грибковое поражение кожи. Основными вызывающими агентами являются *Trichophyton tonsurans* и *T. rubrum*, оба обнаруживаются с примерно одинаковой частотой. Ещё одним возбудителем является *Microsporum canis*, который встречается в менее чем половине случаев [26,28].

Проведенное лечение трихофитии у спортсменов-борцов включало применение различных противогрибковых препаратов. Процесс локализовался преимущественно на коже головы, туловища, верхних конечностей, и нижних конечностей. Заболевание чаще начиналось через 5-7 дней после контакта с больными во время соревнований. Лечение включало использование мазей и кремов с антимикотическими свойствами, таких как 2% кетоконазол, 1% тербинафин, и внутренних противогрибковых препаратов, включая итраконазол в различных дозировках. Наблюдались успешные результаты, такие как регресс зуда, уменьшение яркости очага и шелушения, а также клиническое и микологическое излечение. Примечательно, что прекращение тренировок на ковре было временным исключением только при применении противогрибковых препаратов, не требуя отмены общефизической подготовки спортсменов [16,23].

Эффективная профилактика кожных инфекций у борцов включает строгое следование гигиеническим мерам, регулярное проведение процедур мытья, а также обработку специализированного оборудования. Исследование, сравнивающее влажные

салфетки для тела с мылом и водой и салфетки с 70%-ным содержанием изопропилового спирта (IPA) с контрольной группой без лечения, выявило, что салфетки с мылом и водой демонстрируют большую эффективность в снижении риска кожных инфекций у борцов [22]. Основные симптомы, такие как зуд, покраснение и образование круглых высыпаний, требуют немедленного вмешательства для предотвращения распространения инфекции.

Эффективное лечение кожных инфекций также становится важным аспектом заботы о здоровье борцов. Комплексный подход, включающий антимикробные средства, средства противогрибкового действия и меры по предотвращению рецидивов, помогает ускорить процесс заживления и восстановления [13].

Травмы кожи являются неотъемлемой частью жизни борцов, подвергающих свою кожу постоянному физическому воздействию в ходе тренировок и соревнований. Царапины, порезы и ссадины могут возникнуть из-за контакта с соперниками, оборудованием или поверхностями спортивного ковра (татами, маты) [10].

Одной из ключевых проблем травм кожи является их способность служить входными воротами для различных инфекций. Открытые раны представляют угрозу, так как они могут легко заражаться бактериями или грибами в условиях тренировочной среды. Поэтому, помимо самих травм, важно также уделять внимание предотвращению последующих инфекций [4].

Профилактика травм кожи в борьбе включает в себя правильный выбор экипировки, которая обеспечивает не только безопасность, но и минимизирует факторы трения и травмирования. Регулярная проверка состояния кожи и своевременное лечение даже незначительных повреждений также играют ключевую роль в предотвращении серьезных осложнений [6].

Помимо физического аспекта, травмы кожи также могут влиять на психологическое состояние спортсменов, влияя на их уверенность и психологическую устойчивость. Таким образом, эффективные стратегии профилактики и лечения травм кожи имеют фундаментальное значение для обеспечения долгосрочного физического и психологического благополучия борцов [11].

Аллергические реакции представляют собой важный аспект заботы о коже у борцов, вносящий свой вклад в общее физическое состояние и способность участвовать в тренировках и соревнованиях. Борцы, подверженные физическим воздействиям в спортивной среде, могут развивать аллергии на различные вещества, такие как материалы экипировки, средства для ухода за телом, и даже растения в окружающей среде [25].

Одной из ключевых задач является выявление конкретных аллергенов, с которыми спортсмен может столкнуться. Это может потребовать консультации с аллергологом или дерматологом, а также проведение тестирования на аллергены. Тщательный анализ проявлений аллергии, таких как зуд, покраснение, отек и высыпания, помогает точно определить причину реакции [7]. Профилактика аллергических реакций у борцов включает в себя правильный выбор гипоаллергенной экипировки и средств для ухода за кожей [18].

В исследованиях проведено оценивание гипоаллергенности спортивной экипировки через клинические тесты на кожу у добровольцев-спортсменов. Результаты указывают на минимальные проявления аллергических реакций при использовании экипировки из гипоаллергенных материалов, однако обнаружены различия в реакциях на отдельные составляющие экипировки. Подчеркивается важность определения гипоаллергенности с

целью обеспечения спортсменам безопасных и комфортных условий для тренировок и соревнований [12].

Такие материалы, как хлопок, бамбук и специальные гипоаллергенные синтетические волокна, проявились как перспективные варианты для создания комфортной и безопасной экипировки [17].

Эффективное лечение аллергических реакций включает в себя применение антигистаминных средств и других медикаментов, направленных на снятие симптомов. При этом важно учитывать возможные влияния лекарств на спортивную активность и консультироваться с медицинскими специалистами для определения наилучших стратегий лечения, совместимых с тренировочным процессом и соревнованиями [20].

Тренировочный процесс в борьбе характеризуется высокой интенсивностью и физической активностью, что приводит к интенсивному выделению пота. Гипергидроз, характеризующийся чрезмерной потливостью, представляет собой распространенное состояние среди спортсменов. Гипергидроз у спортсменов может вызывать различные виды дерматитов, включая контактный, атопический и экссудативный. Эти состояния проявляются разнообразными симптомами, такими как покраснение, зуд, воспаление, влажные высыпания, болезненность и шелушение. Профилактика и лечение зависят от конкретного вида дерматита и индивидуальных особенностей пациента [30,32]. Мелькоточечный кератолитиз-это неинфекционное состояние кожи подошв, характеризующееся множеством мелких ямок и эрозий в ороговевшей коже. Заболевание вызывает неприятный запах и гипергидроз стоп, часто привлекая внимание из-за социальной неудобности. Распространен во всем мире, особенно среди спортсменов, кто чрезмерно потеет или носит закрытую обувь [9].

Влажная среда, образуемая из-за пота, становится идеальным местом для размножения бактерий и грибков. В особенности это касается областей тела, подвергающихся тренировочным воздействиям, таких как шея, грудь и пах. В таких условиях могут развиваться разнообразные кожные инфекции, включая грибковые поражения и бактериальные заболевания [19].

Эффективная профилактика касается не только средств по уходу за кожей, но и правильного управления потоотделением. Регулярные души после тренировок, использование антисептических мытых средств и сухие, чистые тренировочные одежды и экипировка играют важную роль в предотвращении развития инфекций [15].

Образ жизни борцов существенно влияет на состояние и здоровье их кожи. Регулярные гигиенические процедуры, использование подходящих средств для ухода за кожей, сбалансированное питание и достаточный сон играют ключевую роль в предотвращении раздражений, инфекций и поддержании общего здоровья кожного покрова. Эффективное управление образом жизни способствует оптимальному физическому благополучию борцов и улучшению их спортивной производительности [5].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение, дерматологические проблемы среди борцов представляют значительную проблему, требующую внимательного врачебного вмешательства и профилактических мер. На основе представленного обзора, можно выделить несколько ключевых стратегий по предотвращению кожных заболеваний в этой специфичной популяции спортсменов.

1. Гигиенические меры: регулярное и тщательное мытье, использование антисептических средств после тренировок и соревнований являются основополагающими элементами поддержания чистоты кожи, снижая тем самым риск развития инфекций.

2. Контроль за снаряжением: Использование чистой, сухой и хорошо вентилируемой экипировки снижает вероятность развития различных дерматологических проблем, таких как фолликулит и образование абсцессов.

3. Образ жизни и диета: поддержание здорового образа жизни, включая сбалансированное питание и достаточный отдых, способствует укреплению иммунитета, что важно для профилактики разнообразных кожных заболеваний.

4. Медицинские осмотры: регулярные медицинские осмотры специалистов дерматологов помогут выявлять проблемы на ранних стадиях и предпринимать необходимые меры.

Применение комплексного подхода, включающего в себя вышеупомянутые стратегии, способствует созданию условий для заботы о коже борцов, обеспечивая не только их физическое благосостояние, но и повышение уровня комфорта и уверенности в себе. Успешная профилактика дерматологических проблем среди борцов требует взаимодействия медицинского персонала, тренеров и спортсменов, создавая таким образом здоровую и безопасную среду в спортивной практике.

Литература

1. Аллаева М. Д., Ибрагимова Н. С. Кожная патология у спортсменов. – 2019.
2. Вахидова М. А., Саторов С. Этиологическая структура и антибиотикограмма метициллин-резистентных золотистых стафилококков (MRSA) и их клиническая значимость при сепсисе у детей //Здравоохранение Таджикистана. – 2016. – №. 1. – С. 12-18.
3. Волкова О. С. и др. Болезни кожи у спортсменов на современном этапе //Московская медицина. – 2019. – №. 6. – С. 33-34.
4. Давлетова Н. Х. и др. Гигиеническая оценка факторов риска развития инфекционных заболеваний кожи у спортсменов-борцов //Анализ риска здоровью. – 2016. – №. 3 (15). – С. 53-60.
5. Ефременко М. А. Гигиена как составная часть в подготовке спортсменов //Наука и практика. – 2015. – №. 2. – С. 144-146.
6. Заборова В. А. и др. Метод оценки микробиоценоза кожи у спортсменов //Кубанский научный медицинский вестник. – 2015. – №. 2. – С. 69-72.
7. Зайков С. В. и др. Спорт и бронхиальная астма //Новости медицины и фармации. – 2012. – №. 435. – С. 66-75.
8. Земленухин И. А., Хамидулин Э. Д. ФАКТОРЫ ПРЯМОГО И ОПОСРЕДОВАННОГО РИСКА РАЗВИТИЯ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ КОЖИ У БОРЦОВ //Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры. – 2018. – С. 46-49.
9. Королева С. В. и др. Способ диагностики риска развития стресс-индуцированного мелкоточечного кератолиза. – 2014.
10. Лепесевич А. Н. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ //ПРОГРАММА КОНФЕРЕНЦИИ. – С. 159.

11. Мазур А. И., Пирогова Л. А. Сочетанное использование криовоздействия и квантовой терапии в лечении травматических повреждений кожных покровов у спортсменов //Иновационные технологии в диагностике и лечении кожных заболеваний и инфекций урогенитального тракта. – 2012. – С. 92-99.
12. МАМЕДОВ Д. Т. и др. ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЕДПОЧТЕНИЙ МОЛОДЕЖИ ПРИ ВЫБОРЕ МАТЕРИАЛА СПОРТИВНЫХ ФУТБОЛОК //БУДУЩЕЕ НАУКИ-2022. – 2022. – С. 547-550.
13. Мартыканова Д. С. и др. РАЗВИТИЕ КОЖНЫХ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У БОРЦОВ В СВЕТЕ ЭПИДЕМИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА //Наука и спорт: современные тенденции. – 2022. – Т. 10. – №. 3. – С. 22-29.
14. Мартыканова Д. С. и др. Чувствительность к бактериофагам стафилококковой микрофлоры кожи борцов //Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 24. – №. 3. – С. 136-141.
15. Садиков А. А., Тохтаев Г. Ш. Профилактика и лечение дерматозов у спортсменов игровых видов спорта: дис. – Фергана, 2022.
16. Сергеева И. Г., Котюков А. А. РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ТРИХОФИТИИ У СПОРТСМЕНОВ-БОРЦОВ И МЕТОДЫ ТЕРАПИИ //Успехи медицинской микологии. – 2004. – Т. 4. – С. 20-21.
17. Соколов Л. Е. Иновационные текстильные материалы и технологии. – 2019.
18. Уйба В. В. и др. Аллергия и спорт //Российский аллергологический журнал. – 2011. – №. 3. – С. 3-13.
19. Фирсов С. А., Савушкин А. Н. Сравнительный анализ индивидуальной болевой чувствительности (на примере спортсменов-профессионалов) //Мир науки, культуры, образования. – 2011. – №. 6-2. – С. 338-340.
20. Холостяков И. В., Комар Е. Б. Частота встречаемости аллергии среди студентов-спортсменов //Альманах современной науки и образования. – 2010. – №. 9. – С. 91-92.
21. Adams B. B. Tinea corporis gladiatorum //Journal of the American Academy of Dermatology. – 2002. – Т. 47. – №. 2. – С. 286-290.
22. Anderson B. J. Effectiveness of body wipes as an adjunct to reducing skin infections in high school wrestlers //Clinical Journal of Sport Medicine. – 2012. – Т. 22. – №. 5. – С. 424-429.
23. Bassiri-Jahromi S., Khaksar A. A. Prevalence of cutaneous fungal infections among sports-active individuals //Annals of Tropical Medicine & Public Health. – 2010. – Т. 3. – №. 2.
24. Bechtel M., Bechtel A., Zirwas M. Skin infections in wrestlers and other athletes //Emergency Medicine. – 2009.
25. Brooks C. D., Kujawska A., Patel D. Cutaneous allergic reactions induced by sporting activities //Sports Medicine. – 2003. – Т. 33. – С. 699-708.
26. Kohl T. D. et al. Fluconazole for the prevention and treatment of tinea gladiatorum //The Pediatric infectious disease journal. – 2000. – Т. 19. – №. 8. – С. 717-722.
27. Kohl T. D., Lisney M. Tinea gladiatorum: wrestling's emerging foe //Sports Medicine. – 2000. – Т. 29. – С. 439-447.
28. Lavrushko S. I., Stepanenko V. I. Modern diagnosis and complex treatment of microsporia in athletes //Восточно-европейский научный журнал. – 2021. – №. 8-2 (72). – С. 9-15.
29. Nowicka D., Baglaj-Oleszczuk M., Maj J. Infectious diseases of the skin in contact sports //Advances in Clinical and Experimental Medicine. – 2020. – Т. 29. – №. 12. – С. 1491-1495.
30. Schleicher S. M. Skin Sense!: a dermatologist's guide to skin and facial care. – iUniverse, 2009.