

<https://doi.org/10.47529/2223-2524.2025.3.1>

УДК: 612.135.796/799

Тип статьи: Оригинальная статья / Original research



(cc) BY 4.0

## Особенности функционирования микроциркуляторного русла в симметричных областях верхних конечностей у шорт-трековиков разного уровня мастерства

**Ф.Б. Литвин<sup>1\*</sup>, Д.Б. Никитюк<sup>2</sup>, Ю.И. Локтионова<sup>3</sup>, В.Е. Паршаков<sup>3</sup>, Т.М. Брук<sup>1</sup>, Е.В. Жарких<sup>3</sup>,  
А.В. Дунаев<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта», Смоленск, Россия

<sup>2</sup> ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи», Москва, Россия

<sup>3</sup> ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет имени И.С. Тургенева», Орел, Россия

### РЕЗЮМЕ

**Цель исследования:** изучение реакции системы микроциркуляции крови в верхних конечностях при физической нагрузке (ФН) у шорт-трековиков разного уровня мастерства.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие шорт-трековики мужского пола: 5 спортсменов в возрасте 14–16 лет, уровень спортивной квалификации — 2–3-й разряды, 6 спортсменов в возрасте 14–16 лет, уровень спортивной квалификации — 1-й разряд и 6 спортсменов в возрасте 16–18 лет, уровень спортивной квалификации — мастер спорта (КМС). Юные спортсмены выполняли дозированную анаэробную физическую нагрузку на велоэргометре продолжительностью 3 мин с частотой вращения педалей 60 оборотов в минуту. Величина нагрузки задавалась из расчета 3 % от массы тела. Для спортсменов 2–3-го разряда нагрузка составила  $1,3 \pm 0,2$  кг, для испытуемых с 1-м разрядом —  $1,6 \pm 0,4$  кг и для кандидатов в мастера спорта —  $1,8 \pm 0,2$  кг.

Микроциркуляцию крови оценивали методом лазерной допплеровской флюоуметрии. Анализировали показатели перфузии (ПМ), нутритивного кровотока ( $M_{\text{нутр}}$ ) и спектральные компоненты ЛДФ-сигнала. Оценивались изменения коэффициента асимметрии параметров до и после ФН.

**Результаты.** Как до, так и после физической нагрузки показатели ПМ и  $M_{\text{нутр}}$  были выше на правом предплечье. Коэффициент асимметрии ПМ и  $M_{\text{нутр}}$  снизился после ФН для всех групп испытуемых, тогда как асимметрия амплитуд колебаний регуляторных механизмов возрастила тем больше, чем выше разряд спортсменов, что свидетельствует о развитии механизмов локальной поддержки гемодинамического постоянства организма с увеличением уровня мастерства. Максимальные изменения отмечены в ПМ,  $M_{\text{нутр}}$  и амплитудах миогенных колебаний, что указывает на высокую реактивность сосудов и эффективное перераспределение кровотока в нутритивное русло для обеспечения клеток биоткань кислородом и питательными веществами, особенно у КМС, что свидетельствует об их лучшей адаптации к нагрузке.

**Заключение.** Полученные данные подтверждают существование функциональной асимметрии микроциркуляции, которая уменьшается под влиянием ФН. Спортсмены более высокого разряда демонстрируют лучшие адаптационные способности. Результаты могут быть использованы для оптимизации тренировочного процесса с учетом функциональной асимметрии.

**Ключевые слова:** микроциркуляция крови, физическая нагрузка, функциональная асимметрия, шорт-трек, лазерная допплеровская флюоуметрия, адаптация, спортивная физиология

**Конфликт интересов:** автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

**Финансирование:** Ю.И. Локтионова и Е.В. Жарких благодарят РНФ за финансовую поддержку (грант № 25-25-00546).

**Для цитирования:** Литвин Ф.Б., Никитюк Д.Б., Локтионова Ю.И., Паршаков В.Е., Брук Т.М., Жарких Е.В., Дунаев А.В. Особенности функционирования микроциркуляторного русла в симметричных областях верхних конечностей у шорт-трековиков разного уровня мастерства. Спортивная медицина: наука и практика. 2025;15(3):22–33. <https://doi.org/10.47529/2223-2524.2025.3.1>

**Поступила в редакцию:** 07.04.2025

**Принята к публикации:** 15.08.2025

**Online first:** 09.12.2025

**Опубликована:** 29.12.2025

\*Автор, ответственный за переписку

# Features of the functioning of the microcirculatory bed in symmetrical areas of upper extremities in short-track athletes at different skill levels

Fedor B. Litvin<sup>1\*</sup>, Dmitry B. Nikityuk<sup>2</sup>, Yulia I. Laktionova<sup>3</sup>, Victoria E. Parshakova<sup>3</sup>,  
Tatyana M. Brook<sup>1</sup>, Elena V. Zharkikh<sup>3</sup>, Andrey V. Dunaev<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Smolensk State University of Sports, Smolensk, Russia

<sup>2</sup> Federal State Budgetary Educational Institution of Nutrition, Biotechnology and Food Safety, Moscow, Russia

<sup>3</sup> Orel State University named after I.S. Turgenev, Orel, Russia

## ABSTRACT

**Purpose of the study:** The study of the reaction of the blood microcirculation system in the upper extremities during physical activity (PA) in short-track athletes of different skill levels.

**Materials and methods:** The study involved male short-track skaters: 5 athletes aged 14–16 years, with a sports qualification level of 3–2 ranks, 6 athletes aged 14–16 years, with a sports qualification level of 1 rank, and 6 athletes aged 16–18 years, with a sports qualification level Candidate Master of Sports (CMS). The young athletes performed a controlled anaerobic physical load on a cycle ergometer for 3 minutes at a pedal rotation rate of 60 revolutions per minute. The load was set at 3 % of body weight. For athletes with 3<sup>rd</sup> and 2<sup>nd</sup> ranks, the load was  $1.3 \pm 0.2$  kg, for those with 1<sup>st</sup> rank, it was  $1.6 \pm 0.4$  kg, and for Candidate Master of Sports, it was  $1.8 \pm 0.2$  kg.

Blood microcirculation was assessed by laser Doppler flowmetry. The index of microcirculation ( $I_m$ ), nutritive blood flow ( $M_{nutr}$ ), and spectral components of the LDF signal were analyzed. Changes in the asymmetry coefficient of the parameters before and after PA were evaluated.

**Results:** Both before and after physical activity,  $I_m$  and  $M_{nutr}$  were higher in the right forearm. The coefficient of asymmetry for  $I_m$  and  $M_{nutr}$  decreased for all groups after physical activity, while the asymmetry in the amplitude of fluctuations in regulatory mechanisms increased as the rank of athletes increased, indicating the development of local mechanisms to support hemodynamic stability in the body as skill level increased. Maximum changes were noted for  $I_m$ ,  $M_{nutr}$ , and myogenic oscillations amplitudes, indicating high vascular reactivity and effective redistribution of blood flow to nutritive channels to provide cells with oxygen and nutrients, particularly for Candidates Master of Sports, indicating better adaptation to physical activity.

**Conclusion:** Obtained data confirm the existence of functional asymmetry in microcirculation, which decreases under the influence of physical activity. Athletes with a higher level of training demonstrate better adaptive abilities. These results can be used to optimize training processes by taking into account functional asymmetries.

**Keywords:** blood microcirculation, physical activity, functional asymmetry, short track, laser Doppler flowmetry, adaptation, sports physiology

**Conflict of interests:** the author declares no conflict of interest.

**Funding:** Y.I. Laktionova and E.V. Zharkikh thank the Russian Science Foundation for financial support (grant No. 25-25-00546).

**For citation:** Litvin F.B., Nikityuk D.B., Laktionova Y.I., Parshakova V.E., Brook T.M., Zharkikh E.V., Dunaev A.V. Features of the functioning of the microcirculatory bed in symmetrical areas of upper extremities in short-track athletes at different skill levels. *Sportivnaya meditsina: nauka i praktika (Sports medicine: research and practice)*. 2025;15(3):22–33. (In Russ.). <https://doi.org/10.47529/2223-2524.2025.3.1>

**Received:** 07 April 2025

**Accepted:** 15 August 2025

**Online first:** 09 December 2025

**Published:** 29 December 2025

\*Corresponding author

## 1. Введение

Выполнение интенсивных физических упражнений запускает каскад физиологических реакций в организме человека, в который вовлекаются все системы, в том числе и сердечно-сосудистая, обеспечивающая сохранность функционального резерва и улучшение приспособления организма к активным нагрузкам. Основополагающую роль в данных процессах играет микроциркуляторное звено системы кровообращения, которое обеспечивает непосредственный транспорт кислорода и питательных веществ к клеткам тканей и утилизацию продуктов их жизнедеятельности, что обуславливает её вовлеченность в адаптационные и патологические процессы. Отчасти изменения микроциркуляции крови (МЦК) при физической нагрузке (ФН) изучены у спортсменов в зависимости от вида спорта [1, 2, 3], уровня мастерства

[4, 5], пола и возраста [6]. В последнее время на повестку дня вынесены вопросы лево-правосторонней функциональной асимметрии в органах и системах организма [7–13]. С появлением портативных устройств, объединяющихся в распределенную систему и обеспечивающих беспроводную передачу данных [14–16], появилась возможность одновременной регистрации параметров микроциркуляции крови в нескольких (до 8) топографических участках тела человека. В единичных работах изучена парность в системе микроциркуляции крови у животных [17, 18], взрослых людей [8, 12] и детей [9]. Непосредственно у спортсменов проблема синхронного изучения МЦК парных органов, в том числе при воздействии ФН, остается недостаточно проработанной [9, 19, 20]. Изучение особенностей лево-правосторонней функциональной асимметрии в спортивной практике

имеет прикладное значение для научно обоснованного построения тренировочного процесса, повышения спортивного мастерства и достижения профессионального успеха. Особенно это актуально для индивидуальных видов спорта, таких как шорт-трек, фехтование, бокс, борьба и другие виды спорта. Однако данное направление может найти свое широкое практическое применение не только в спорте высоких достижений, но и в других сферах, сопряженных с экстремальными условиями для организма человека.

**Целью данной работы** явилось изучение реакции системы микроциркуляции крови в верхних конечностях при физической нагрузке у шорт-трековиков разного уровня мастерства.

## 2. Материалы и методы

Исследование выполнено с участием спортсменов мужского пола, разделенных по уровню мастерства на 3 группы: в первую группу были включены 5 спортсменов в возрасте 14–16 лет со 2-м и 3-м спортивными разрядами, во вторую — 6 спортсменов в возрасте 14–16 лет, имеющие 1-й спортивный разряд, третья группа состояла из 6 кандидатов в мастера спорта (КМС) в возрасте 16–18 лет. Все исследования проведены в соответствии с принципами биомедицинской этики и одобрены этическим комитетом при ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет имени И. С. Тургенева» (протокол заседания № 31 от 27.07.2024 г.).

Состояние МЦК изучали методом лазерной допплеровской флюметрии (ЛДФ), который позволяет исследовать кровоток в микроциркуляторном русле *in vivo*. Метод основан на зондировании биоткани лазерным излучением и анализе вышедшего из ткани обратно отраженного света, частично рассеянного от движущихся эритроцитов [21, 22, 23, 24]. Отличительной особенностью метода ЛДФ является то, что с его помощью можно оценить работу механизмов регуляции кровотока, формирующих поперечные и продольные колебания микрососудистого русла в определенных частотных диапазонах. Выделяют пять основных механизмов, а именно эндотелиальный (0,005–0,02 Гц), отражающий активность клеток эндотелия, в том числе по выделению вазодилатирующего вещества — оксида азота, нейрогенный (0,02–0,046 Гц), который показывает активность осцилляторного компонента симпатической адренергической регуляции артериол и артериоло-венуллярных анастомозов, миогенный (0,047–0,18 Гц), связанный с мышечным тонусом прекапилляров, регулирующих нутритивную составляющую кровотока, а также дыхательный (0,2–0,4 Гц) и сердечный (0,08–1,6 Гц), которые продуцируются дыханием и сердцебиением соответственно.

Для оценки состояния микроциркуляторного русла верхних конечностей спортсменов применяли 2 носимых лазерных допплеровских анализатора «ЛАЗМА ПФ» (ООО НПП «ЛАЗМА», Россия), позволяющих одновременно проводить запись сигнала ЛДФ на предплечье дорсально на 5 см выше лучезапястного сустава.

Несмотря на достоинства и перспективность, а также опыт применения данного метода в практической медицине, в спортивной физиологии технологии биомедицинской фотоники не интегрированы в методологию построения современной концепции по подготовке будущего чемпиона.

В работе выполнен анализ следующих параметров ЛДФ-граммы: среднее значение показателя микроциркуляции крови ПМ в перфузионных единицах (пф. ед.), нутритивный кровоток  $M_{\text{нутр}}$  (пф. ед.). Также был осуществлен вейвлет-анализ регистрируемых ЛДФ-сигналов с использованием математического аппарата, заложенного в программное обеспечение носимых мониторов ЛДФ. Оценивались амплитуды колебаний кровотока нейрогенного ( $A_{\text{н}}$ , пф. ед.), миогенного ( $A_{\text{м}}$ , пф. ед.), дыхательного ( $A_{\text{д}}$ , пф. ед.) и пульсового ( $A_{\text{п}}$ , пф. ед.) происхождения [24, 25] на каждом из этапов проведения исследования. Для количественной оценки влияния физических нагрузок на регистрируемые параметры рассчитывали их относительные изменения по формуле:

$$\Delta X_i = (X_{i(2)} - X_{i(1)})/X_{i(1)} \cdot 100\%, \quad (1)$$

где  $X_{i(1)}$  — исходные значения каждого из исследуемых параметров (состояние 1), а  $X_{i(2)}$  — их значения сразу после нагрузки (состояние 2). Степень выраженности функциональной асимметрии оценивали по величине коэффициента асимметрии [6]:

$$KA = X_{\text{imp}}/X_{\text{лев}}, \quad (2)$$

где KA — коэффициент асимметрии,  $X_{\text{imp}}$  — значение параметра, измеренное на правой конечности,  $X_{\text{лев}}$  — значение параметра, измеренное на левой конечности.

Для спортивной практики важное значение имеет анализ и оценка обменных процессов в верхних и нижних конечностях спортсмена, которые являются определяющими при мышечной работе в подавляющем большинстве видов спорта. Адаптационные возможности МЦК широко раскрываются с использованием функциональных нагрузочных проб [24], одной из которых является дозированная ФН [2, 20, 24]. Проба позволяет выявить потенциальные возможности обменного звена, определить границы физиологических сдвигов, выход за которые сопряжен с возникновением скрытых или явных нарушений микроциркуляции. Для изучения влияния мышечной работы на микроциркуляторное русло юные спортсмены выполняли дозированную ФН на велоэргометре продолжительностью 3 мин с частотой вращения педалей 60 оборотов в минуту. Величина нагрузки задавалась из расчета 3% от массы тела. Для спортсменов 2–3-го разряда нагрузка составила  $1,3 \pm 0,2$  кг, для испытуемых с 1-м разрядом —  $1,6 \pm 0,4$  кг и для кандидатов в мастера спорта —  $1,8 \pm 0,2$  кг.

Запись ЛДФ-граммы проводили дважды: в течение 5 мин в состоянии покоя до ФН и в течение 5 мин после окончания ФН, начиная со 2-й минуты восстановления.

Статистическая обработка параметров микроциркуляции крови проводилась в программной среде «OriginPro 2021» (OriginLab Corporation, США). Для оценки достоверности наблюдаемых различий параметров использовался парный тест Уилкоксона. Достоверно значимыми различия параметров считались при  $p < 0,05$ . Данные представлены в следующих форматах, если не указано иного: среднее  $\pm$  среднеквадратическое отклонение, медиана [квартиль 1; квартиль 3].

### 3. Результаты

Для каждого участника исследования выполнялась оценка основных антропометрических параметров, таких как рост, вес и возраст испытуемых. Результаты представлены в таблице 1.

Анализ параметров микроциркуляции крови шорттрековиков до и после дозированной ФН выявил существование асимметрии между правым и левым предплечьями спортсменов. Как показано на рис. 1 а, перфузия

(ПМ) в правой конечности имеет более высокие значения по сравнению с левой как до, так и после ФН.

Несмотря на общий рост показателя микроциркуляции крови после ФН, статистически значимые изменения обнаружены только у спортсменов 1-го разряда в правом предплечье, что может быть связано с малым количеством испытуемых в каждой группе. У КМС по сравнению с спортсменами 1-го разряда отмечается тенденция снижения показателей ПМ и  $M_{\text{нутр}}$ , что отражает закономерности повышения экономичности проявления физиологических функций по мере роста мастерства спортсменов [26]. Анализ изменений ПМ и  $M_{\text{нутр}}$  без разделения спортсменов по уровню подготовки показал статистически значимый рост как общей интенсивности кровотока, так и ее нутритивной составляющей после ФН. Такая динамика указывает на активацию доставки кислорода и удаление метаболитов из тканей рабочих органов.

Сравнительный анализ изменений микроциркуляции крови в зависимости от уровня мастерства

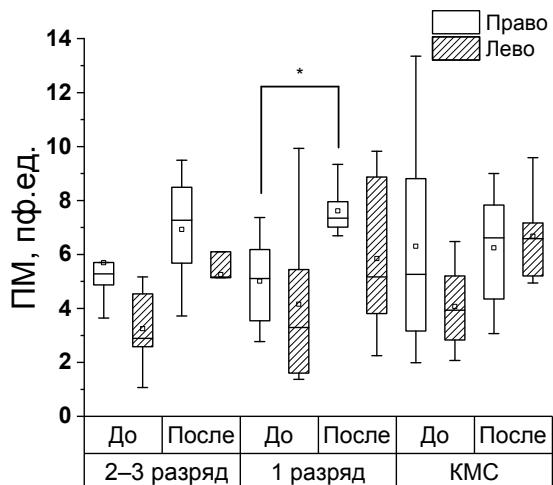
Таблица 1

Общие характеристики выборки испытуемых

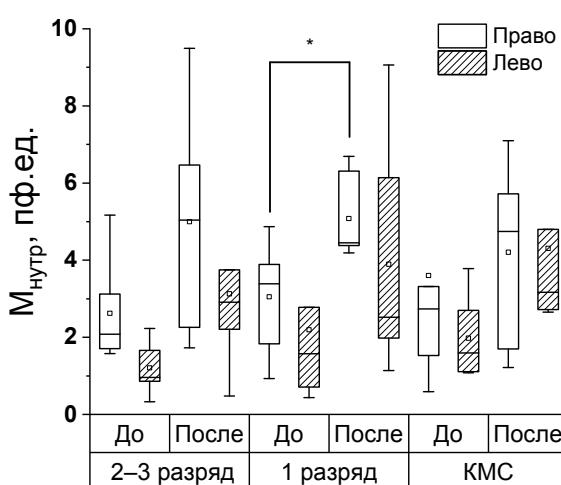
Table 1

General characteristics of the subjects sample

	2–3-й разряд	1-й разряд	КМС	Все испытуемые
Рост, м	165,5 $\pm$ 2,86	168,9 $\pm$ 2,91	174,4 $\pm$ 1,55	171,3 $\pm$ 3,03
Вес, кг	51,7 $\pm$ 1,43	55,3 $\pm$ 1,81	67,2 $\pm$ 2,34	57,0 $\pm$ 2,55
Возраст, лет	15,3 $\pm$ 1,22	15,6 $\pm$ 1,70	17,6 $\pm$ 1,47	16,8 $\pm$ 1,96
Тренировочный стаж, лет	5,7 $\pm$ 0,18	6,4 $\pm$ 0,32	8,8 $\pm$ 0,49	7,2 $\pm$ 0,53



а)



б)

Рис. 1. Значения показателя микроциркуляции крови (а) и нутритивного кровотока (б) до и после физической нагрузки для шорттрековиков разного уровня подготовки

Примечание: \* — статистически значимые различия подтверждены парным тестом Уилкоксона ( $p < 0,05$ ).

Fig. 1. Values of blood microcirculation (a) and nutritional blood flow (b) before and after physical activity for short-track athletes of different training levels

Note: \* — statistically significant differences were confirmed by the paired Wilcoxon signed-rank test ( $p < 0,05$ ).

спортсменов (табл. 2) показал, что у спортсменов 2–3-го разрядов прирост ПМ после ФН составил 19 % на левом, недоминантном предплечье, тогда как у спортсменов 1-го разряда относительное изменение тканевой перфузии

достигло 63 %, а у КМС — 119 %. На правом предплечье увеличение общей интенсивности кровотока не зависело от разряда и составило 44–56 %. Наибольший прирост нутритивного кровотока наблюдался у спортсменов 1-го

Таблица 2

**Исходные значения и относительные изменения параметров микроциркуляции крови шорт-трековиков различного уровня мастерства при выполнении физической нагрузки**

Table 2

**Baseline values and relative changes in microcirculation parameters in young short-track athletes of different skill levels immediately after physical activity on the upper extremities**

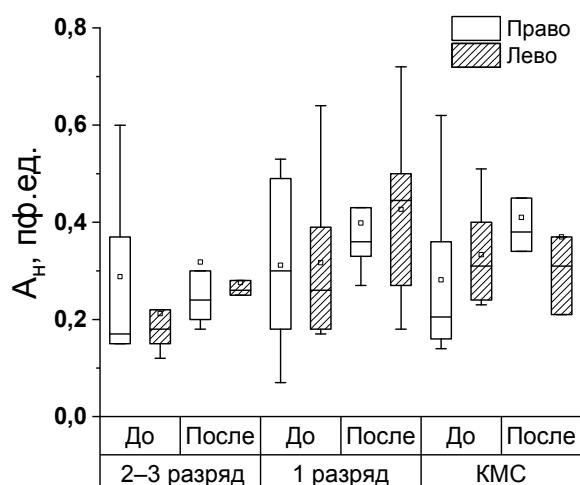
Параметры микроциркуляции	Правое предплечье			Левое предплечье		
	До ФН	После ФН	$\Delta X_i, \%$	До ФН	После ФН	$\Delta X_i, \%$
<b>3–2-й спортивный разряд</b>						
ПМ, пф. ед.	5,69 ± 1,99	6,93 ± 2,29	49 [-5; 56]	3,25 ± 1,63	5,25 ± 2,63	19 [18; 99]
$M_{\text{нутр}}$ , пф. ед.	2,70 ± 1,51	5,00 ± 3,18	43 [-3; 204]	1,21 ± 0,74	3,13 ± 2,13	126 [45; 238]
$A_n$ , пф. ед.	0,29 ± 0,20	0,32 ± 0,20	33 [-35; 76]	0,21 ± 0,11	0,28 ± 0,08	67 [-18; 117]
$A_m$ , пф. ед.	0,29 ± 0,20	0,37 ± 0,11	40 [-15; 124]	0,20 ± 0,09	0,32 ± 0,06	100 [65; 113]
$A_r$ , пф. ед.	0,26 ± 0,14	0,25 ± 0,03	15 [-25; 35]	0,27 ± 0,09	0,27 ± 0,06	5 [4; 7]
$A_c$ , пф. ед.	0,31 ± 0,11	0,26 ± 0,06	8 [3; 16]	0,32 ± 0,02	0,32 ± 0,04	-3 [-6; 10]
<b>1-й спортивный разряд</b>						
ПМ, пф. ед.	5,01 ± 1,69	7,62 ± 0,96	56 [31; 94]	4,16 ± 3,24	5,85 ± 2,99	63 [44; 163]
$M_{\text{нутр}}$ , пф. ед.	3,05 ± 1,43	5,08 ± 1,11	66 [23; 128]	2,20 ± 2,09	3,98 ± 3,02	121 [50; 263]
$A_n$ , пф. ед.	0,31 ± 0,18	0,40 ± 0,13	29 [12; 112]	0,32 ± 0,18	0,43 ± 0,19	28 [-31; 85]
$A_m$ , пф. ед.	0,37 ± 0,15	0,50 ± 0,14	48 [15; 74]	0,31 ± 0,12	0,50 ± 0,27	50 [37; 55]
$A_r$ , пф. ед.	0,28 ± 0,16	0,33 ± 0,09	39 [-3; 68]	0,24 ± 0,03	0,32 ± 0,08	29 [11; 37]
$A_c$ , пф. ед.	0,29 ± 0,09	0,34 ± 0,09	13 [-4; 54]	0,33 ± 0,04	0,33 ± 0,03	0 [-11; 0]
<b>КМС</b>						
ПМ, пф. ед.	6,31 ± 4,17	6,25 ± 2,23	44 [1; 53]	4,08 ± 1,71	6,68 ± 1,71	119 [-6; 241]
$M_{\text{нутр}}$ , пф. ед.	2,58 ± 0,85	4,21 ± 2,30	57 [19; 98]	1,98 ± 1,06	4,31 ± 2,60	105 [35; 207]
$A_n$ , пф. ед.	0,28 ± 0,18	0,41 ± 0,19	41 [21; 99]	0,33 ± 0,11	0,37 ± 0,22	-16 [-22; 43]
$A_m$ , пф. ед.	0,32 ± 0,31	0,50 ± 0,33	102 [33; 121]	0,30 ± 0,11	0,43 ± 0,13	42 [22; 106]
$A_r$ , пф. ед.	0,25 ± 0,09	0,38 ± 0,26	20 [14; 26]	0,24 ± 0,05	0,32 ± 0,07	22 [7; 71]
$A_c$ , пф. ед.	0,30 ± 0,14	0,33 ± 0,12	12 [1; 22]	0,29 ± 0,07	0,36 ± 0,05	16 [7; 47]

*Примечание: ПМ — показатель микроциркуляции;  $M_{\text{нутр}}$  — нутритивный кровоток;  $A_n$  — амплитуда нейрогенных колебаний;  $A_m$  — амплитуда миогенных колебаний;  $A_d$  — амплитуда дыхательных колебаний;  $A_c$  — амплитуда пульсовых колебаний; ФН — физическая нагрузка;  $\Delta X_i$  — различия показателя до и после ФН*

*Note: ПМ — microcirculation index;  $M_{\text{нутр}}$  — nutritive blood flow;  $A_n$  — amplitude of neurogenic oscillations;  $A_m$  — amplitude of myogenic oscillations;  $A_d$  — amplitude of respiratory oscillations;  $A_c$  — amplitude of pulse oscillations; ФН — physical exercise;  $\Delta X_i$  — differences in the indicator before and after physical exercise.*

разряда в левом предплечье — 126%, а наименьший в левом предплечье спортсменов данной группы — 43%.

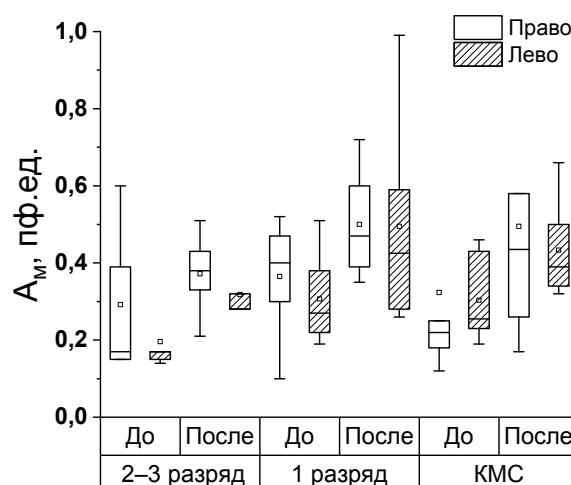
После мышечной работы снижается тонус микросудов, о чем свидетельствует повышение амплитуды нейрогенных и миогенных колебаний. В частности, увеличение амплитуды миогенных колебаний синхронизовано с ростом потребления кислорода тканями и обусловлено выбросом вазодилататора оксида азота. Физиологически это проявляется в экспрессии гена eNOS и способностью выполнять тяжелую физическую работу [27]. Наиболее выраженный прирост регистрируется в миогенном диапазоне, что отражает переход большего числа капилляров в активное состояние и способствует интенсификации снабжения клеток биоткани кислородом и питательными веществами [28, 29].



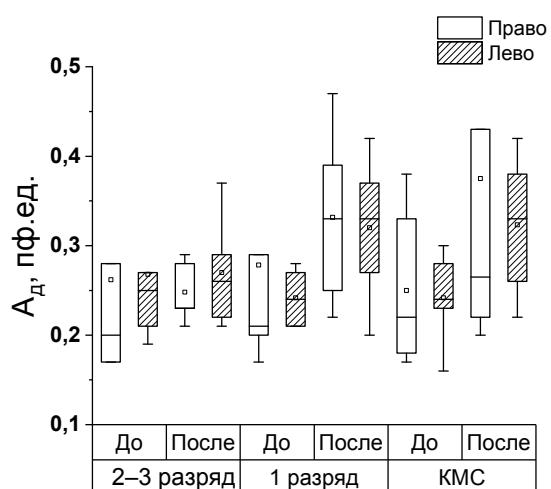
а)

Изменения дыхательных осцилляций после работы на велоэргометре наиболее выражены в группе с 1-м спортивным разрядом (20–22%) и менее выражены у спортсменов, имеющих 2–3-й разряды (15 и 5% для левой и правой области измерения), что является свидетельством повышения эффективности дыхания в ответ на физическую нагрузку у более опытных спортсменов, что также может оказывать влияние на увеличение ПМ после нагрузки [8, 10]. Несмотря на увеличение тканевой перфузии, динамика амплитуд колебаний пульсового механизма регуляции кровотока слабо выражена (-3...-16%), что может говорить об увеличении ПМ в большей степени за счет скоростной составляющей перфузии.

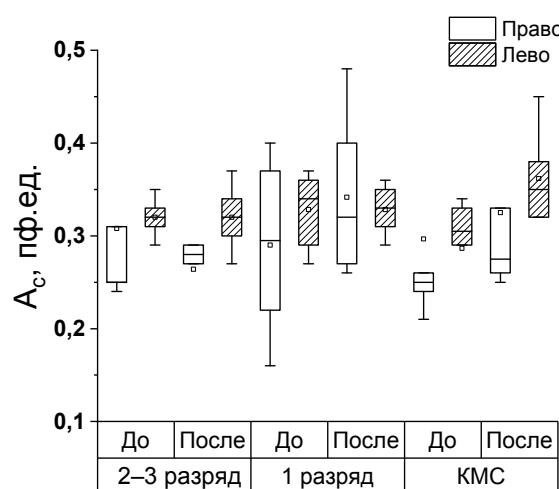
Особый интерес представляет сравнение 1-й и 2-й групп испытуемых, то есть спортсменов 2–3-го и 1-го



б)



в)



г)

Рис. 2. Значения амплитуд нейрогенных (а), миогенных (б), дыхательных (в) и сердечных (г) колебаний до и после физической нагрузки для шорт-трековиков разного уровня подготовки  
Fig. 2. The values of the amplitudes of neurogenic (a), myogenic (б), respiratory (в), and cardiac (г) oscillations before and after physical activity for short-track athletes of different skill levels

разрядов соответственно, поскольку группы сопоставимы по возрасту, тогда как кандидаты в мастера спорта старше, что, в свою очередь, приводит к возникновению возрастных изменений в системе микроциркуляции крови и оказывает влияние на результаты исследований.

Таким образом, у испытуемых с более высоким уровнем мастерства после физической нагрузки в большей степени происходит активация периферического кровотока и его нутритивной составляющей за счет увеличения числа функционирующих капилляров, что наиболее ярко выражено в коже предплечья недоминантной руки и может стать критерием готовности спортсменов к соревнованиям.

Результаты оценки функциональной асимметрии (табл. 3) показали, что после ФН коэффициент асимметрии перфузии и нутритивного кровотока снижается во всех трех группах испытуемых. При этом наблюдается повышение КА по величинам амплитуд колебаний регуляции кровотока. Данные изменения могут отражать работу адаптивного механизма регуляции, цель которого заключается в повышении обеспечения клеток биоткани кислородом и питательными веществами после ФН, а его средства — региональные изменения тонусов сосудов и их колебательной активности с учетом имеющихся локальных потребностей биоткани, то есть данный механизм адаптации лучше развит у спортсменов более высокого спортивного разряда.

Таким образом, физическая нагрузка приводит к изменениям параметров микроциркуляции крови, однако характер этих изменений зависит от уровня спортивного мастерства. У спортсменов уровня КМС наблюдается

снижение коэффициента асимметрии ПМ, что в сочетании с увеличением КА амплитуд активных колебаний свидетельствует о более сбалансированном перераспределении кровотока и высокой эффективности локальных регуляторных механизмов. В то же время у спортсменов более низкой квалификации изменения коэффициента асимметрии менее выражены, что может указывать на недостаточную сформированность компенсаторных механизмов. Полученные результаты показывают высокий потенциал изменений периферического кровотока после физической нагрузки как индикатора адаптированности организма к нагрузкам данного уровня и демонстрируют важность учета функциональной асимметрии при индивидуализации тренировочных программ.

Полученные результаты также могут лежать в основу формирования персонализированного подхода к подготовке не только спортсменов, но также людей других профессий, сопряженных с регуляторными физическими нагрузками, например в области военного, спасательного дела и космонавтики.

#### 4. Обсуждение

Изучение функциональной асимметрии является одним из направлений фундаментальной физиологии [8]. Ранее наличие функциональной асимметрии микроциркуляторного русла выявлено в лицевой области [18], верхних и нижних конечностях [9, 10, 12, 13, 19]. Так, известна работа [8], где на мужчинах 50–55 лет показано, что в результате физической нагрузки изменения параметров кровотока более выражены в кожных покровах левой руки по сравнению с правой. Несмотря

Таблица 3

#### Значения коэффициентов функциональной асимметрии параметров микроциркуляции крови до и после дозированной физической нагрузки в зависимости от уровня мастерства

Table 3

**The values of the coefficients of functional asymmetry of microcirculation parameters before and after dosed physical activity for short-track athletes of different training levels**

Этап	Коэффициент асимметрии, отн. ед.					
	ПМ	М <sub>нутр</sub>	А <sub>н</sub>	А <sub>м</sub>	А <sub>д</sub>	А <sub>с</sub>
<b>2–3-й спортивный разряд</b>						
До ФН	2,04 ± 0,85	2,60 ± 1,24	1,38 ± 0,77	1,55 ± 1,11	0,95 ± 0,21	0,96 ± 0,31
После ФН	1,85 ± 1,52	2,23 ± 1,61	1,09 ± 0,34	1,18 ± 0,33	0,96 ± 0,26	0,82 ± 0,13
<b>1-й спортивный разряд</b>						
До ФН	1,72 ± 0,95	1,96 ± 0,93	1,10 ± 0,66	1,22 ± 0,52	1,12 ± 0,53	0,88 ± 0,26
После ФН	1,66 ± 0,94	1,84 ± 1,16	1,17 ± 0,78	1,19 ± 0,56	1,08 ± 0,40	1,05 ± 0,30
<b>КМС</b>						
До ФН	1,64 ± 0,90	1,68 ± 0,88	0,93 ± 0,74	1,00 ± 0,63	1,11 ± 0,57	1,08 ± 0,46
После ФН	0,98 ± 0,42	1,07 ± 0,64	1,52 ± 1,11	1,16 ± 0,68	1,20 ± 0,74	0,92 ± 0,40

Примечание: ПМ — показатель микроциркуляции; Мнутр — нутритивный кровоток; Ан — амплитуда нейрогенных колебаний; Ам — амплитуда миогенных колебаний; Ад — амплитуда дыхательных колебаний; Ас — амплитуда пульсовых колебаний; ФН — физическая нагрузка.

Note: ПМ — microcirculation index; Мнутр — nutritive blood flow; Ан — amplitude of neurogenic oscillations; Ам — amplitude of myogenic oscillations; Ад — amplitude of respiratory oscillations; Ас — amplitude of pulse oscillations; ФН — physical exercise.

на большое количество работ по оценке микроциркуляции крови у спортсменов, особенно взрослого возраста [1, 5, 20], оценка функциональной асимметрии периферического кровотока и реакции микроциркуляторного русла на физическую нагрузку в зависимости от уровня мастерства спортсменов младше 18 лет проводится достаточно редко. Функционирование системы микроциркуляции направлено на обеспечение метаболических запросов скелетной мускулатуры. Поскольку у спортсменов разного уровня мастерства физиологические потребности различаются, то очевидно, что как характеристики микроциркуляторного русла парных органов, так и их реакции на физические нагрузки будут различаться [8, 11, 12]. При сравнительном анализе параметров микроциркуляции крови шорт-трековиков выявлена асимметрия между правым и левым предплечьями. Величина перфузии в правой конечности имеет более высокие значения по сравнению с левой как до, так и после ФН. Нутритивный кровоток демонстрирует аналогичную зависимость, что означает преимущественное движение крови по капиллярному пути в коже правого запястья у всех спортсменов независимо от уровня подготовки. В целом высокий уровень нутритивной составляющей перфузии является характерным для данной области измерения ввиду особенностей анатомии, а именно малого количества артериоло-венуллярных анастомозов. Причиной описанной асимметрии может являться и то, что среди испытуемых преобладали правши. В работах [9, 17] показана возможная зависимость параметров микрораковотока от ведущей стороны тела человека, а именно более высокие значения периферического кровотока в правом запястье, в том числе у детей разного возраста. Анализ изменений ПМ и  $M_{\text{нутр}}$  без разделения спортсменов по уровню подготовки показал статистически значимый рост как общей интенсивности кровотока, так и ее нутритивной составляющей после ФН. Такая динамика может указывать на активацию доставки кислорода и удаление метаболитов из биотканей. Полученные результаты позволяют предположить, что с повышением уровня спортивного мастерства у шорт-трековиков наблюдается более выраженный адаптационный потенциал периферического кровообращения к ФН, а именно рост кожной перфузии, который можно оценить при контроле периферического кровотока на не доминантной руке. Обнаруженные различия в микроциркуляции парных конечностей у спортсменов разного уровня мастерства являются дополнительным подтверждением формирования структурно-функциональных особенностей микроциркуляторного русла в парных органах, обеспечивающих адаптационную устойчивость организма к систематическим физическим нагрузкам. Показано, что именно перераспределение баланса между регуляторными влияниями различных компонент сосудистого тонуса в сторону роста амплитуд колебаний кровотока,

наиболее выраженного в миогенном диапазоне, играет определяющую роль в поддержании устойчивого функционирования системы МЦР. Усиление вазомоторной активности прекапиллярных сфинктеров способствует переходу большего числа капилляров в активное состояние и может быть отражением интенсификации снабжения клеток биоткани кислородом и питательными веществами [5, 20, 24]. После ФН в результате усиления общей перфузии и нутритивного кровотока на обеих конечностях величина КА снижается на фоне повышения КА в параметрах амплитуд колебаний механизмов регуляции кровотока. При этом показатель КА тем больше, чем выше уровень подготовки спортсменов. В частности, у спортсменов уровня КМС наблюдается снижение коэффициента асимметрии по ПМ, что в сочетании с увеличением КА амплитуд активных колебаний свидетельствует о более сбалансированном перераспределении кровотока и высокой эффективности локальных регуляторных механизмов. Полученные данные иллюстрируют специфичность регуляции микроциркуляции парных органов, обусловленную наличием функциональной асимметрии. Результаты исследования могут быть использованы в спортивной практике для разработки методов персонализированных оценок достаточности метаболических потребностей с участием системы микроциркуляции и дифференцированных подходов к прогнозированию результативности в спорте.

### 5. Заключение

1. Проведенный анализ показал, что у шорт-трековиков до и после дозированной физической нагрузки наблюдаются синхронные изменения параметров микроциркуляции крови в симметричных областях верхних конечностей.

2. Исходно параметры микроциркуляции крови в правом предплечье превышают аналогичные параметры на левой конечности, что также сохраняется после физической нагрузки.

3. В ответ на физическую нагрузку функциональная асимметрия тканевой перфузии и её нутритивной составляющей снижается, что свидетельствует о перераспределении кровотока и активации компенсаторных механизмов.

4. Наиболее выраженные изменения после ФН зафиксированы для нутритивного кровотока и миогенного компонента регуляции, что подчеркивает значимость данных механизмов в адаптации микроциркуляторного русла к физической нагрузке.

5. У спортсменов более высокого уровня мастерства отмечается более выраженная адаптационная реакция микроциркуляции крови, что проявляется в большей стабилизации параметров после ФН путём адаптации микрогемодинамического гомеостаза к локальным потребностям биотканей организма.

6. Полученные результаты могут быть использованы в спортивной физиологии для оптимизации тренировочного процесса и учета функциональной асимметрии

**Вклад авторов:**

**Литвин Федор Борисович** — концепция и дизайн публикации, написание первой версии текста, редактирование текста, окончательное одобрение варианта статьи для опубликования, общая организация и координация работы.

**Никитюк Дмитрий Борисович** — заключительное одобрение варианта статьи для публикации.

**Локтионова Юлия Игоревна** — анализ и интерпретация данных, написание и редактирование текста публикации.

**Паршакова Виктория Евгеньевна** — анализ и интерпретация данных, написание текста публикации.

**Брук Татьяна Михайловна** — общая организация и координация работы, администрирование проекта.

**Жарких Елена Валерьевна** — анализ и интерпретация данных, написание и редактирование текста публикации.

**Дунаев Андрей Валерьевич** — редактирование текста, окончательное одобрение варианта статьи для опубликования.

**Литература**

1. Брук Т.М., Литвин Ф.Б. Оценка реактивности системы микроциркуляции на физическую нагрузку при сочетанном применении природных биодобавок и НИЛИ у спортсменов с разными типами регуляции сердечного ритма. Наука и спорт: современные тенденции. 2023;11(2):6–14. <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2023-11-2-6-14>

2. Кротова К.А., Литвин Ф.Б. Перспективы использования апипродукта «Билар» для повышения функциональных возможностей системы микрогоемоциркуляции спортсменов. Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Биология. Химия. 2024;10(3):79–91. <https://doi.org/10.29039/2413-1725-2024-10-3-79-91>

3. Lenasi H. Physical exercise and skin microcirculation. Periodicum biologorum. 2014;116(1):21–28.

4. Быков А.Т., Литвин Ф.Б., Баранов В.В., Жигало В.Я., Зезюля В.С. Оценка влияния молочной ферментированной сыворотки на морфофункциональный статус и работоспособность спортсменов при интенсивных физических нагрузках. Вопросы питания. 2016;85(3):111–119.

5. Литвин Ф.Б., Кротова К.А., Жигало В.Я., Калоша А.И. Сравнительный анализ микроциркуляторных реакций на физическую нагрузку у баскетболистов. Современные вопросы биомедицины. 2024;8(1):94–100. [https://doi.org/10.24412/2588-0500-2024\\_08\\_01\\_9](https://doi.org/10.24412/2588-0500-2024_08_01_9)

6. Бабошина Н.В. Оценка микроциркуляции у младших школьников при проведении пробы с дозированной мышечной нагрузкой. Медицинский академический журнал. 2016;16(4):12–17. <https://doi.org/10.17816/MAJ16412-12>.

7. Frolov A., Loktionova Y., Zharkikh E., Sidorov V., Tankanag A., Dunaev A. Effects of Voluntary Changes in Minute Ventilation on Microvascular Skin Blood Flow. Journal of Science in Sport and Exercise. 2024;7(2):215–229. <https://doi.org/10.1007/s42978-023-00268-3>

8. Mezentseva L.V., Pertsov S.S. Synchronous changes in microcirculation parameters of the upper limbs in asymmetric physical loads. Human Physiology. 2020;46(6):671–676. <https://doi.org/10.1134/s036211972004009x>

при построении индивидуальных тренировочных программ, а также лесть в основу методик контроля функционального состояния человека в экстремальных условиях.

**Authors contribution:**

**Fedor B. Litvin** — concept and design of the publication, writing the first draft of the text, editing the text, final approval of the article, overall organisation and coordination of the work.

**Dmitry B. Nikityuk** — final approval of the draft article for publication.

**Yulia I. Loktionova** — analysing and interpreting data, writing and editing the text of the publication.

**Victoria E. Parshakova** — analysing and interpreting data, writing the text of the publication.

**Tatyana M. Bruk** — general organization and coordination of work, project administration.

**Elena V. Zharkikh** — analysing and interpreting data, writing and editing the text of the publication.

**Andrey V. Dunaev** — text editing, final approval of the article.

**References**

1. Bruk T.M., Litvin F.B. Assessment of the microcirculation system reactivity to physical load with the combined use of natural bio supplements and low-intensity laser radiation in athletes with different types of heart rate regulation. Science and Sports: Current Trends. 2023;11(2):6–14. (In Russ.). <https://doi.org/10.36028/2308-8826-2023-11-2-6-14>
2. Krotova K.A., Litvin F.B. Prospects of using the Bilar apiproduct to enhance the functionality of the athletes' microhemocirculation system. Scientific notes of the V. I. Vernadsky Crimean Federal University Biology. Chemistry. 2024;10(3):79–91. (In Russ.). <https://doi.org/10.29039/2413-1725-2024-10-3-79-91>
3. Lenasi H. Physical exercise and skin microcirculation. Journal of Applied Physiology. 2003;94(5):2007–2014.
4. Bykov A.T., Litvin F.B., Baranov V.V., Zhigalo V.Ya., Zezyulya V.S. The influence of fermented dairy wheyon morphofunctional indices and physical training of sportsmen. Voprosy pitaniia [Problems of Nutrition]. 2016;85(3):111–119. (In Russ.).
5. Litvin F.B., Krotova K.A., Zhigalo V.Ya., Kalosha A.I. Comparative analysis of microcirculatory reactions to physical activity of basketball players. Modern Issues of Biomedicine. 2024;8(1):94–100. (In Russ.). [https://doi.org/10.24412/2588-0500-2024\\_08\\_01\\_9](https://doi.org/10.24412/2588-0500-2024_08_01_9)
6. Baboshina N.V. Assessment of microcirculation in primary school students during a test with a dosed muscle load. Medical Academic Journal. 2016;16(4):12–17. (In Russ.). <https://doi.org/10.17816/MAJ16412-12>
7. Frolov A., Loktionova Y., Zharkikh E., Sidorov V., Tankanag A., Dunaev A. Effects of Voluntary Changes in Minute Ventilation on Microvascular Skin Blood Flow. Journal of Science in Sport and Exercise. 2024;7(2):215–229. <https://doi.org/10.1007/s42978-023-00268-3>
8. Mezentseva L.V., Pertsov S.S. Synchronous changes in microcirculation parameters of the upper limbs in asymmetric physical loads. Human Physiology. 2020;46(6):671–676. <https://doi.org/10.1134/s036211972004009x>

9. Козлов В.И., Сахаров В.Н., Гурова О.А., Сидоров В.В. Оценка состояния микроциркуляции у детей 6-7 лет по данным лазерной допплеровской флюметрии. Регионарное кровообращение и микроциркуляция. 2021;20(3):46–53. <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2021-20-3-46-53>
10. Фролов А.В., Локтионова Ю.И., Жарких Е.В., Сидоров В.В., Крупакин А.И., Дунаев А.В. Исследование изменений кожной микроциркуляции крови при выполнении дыхательной техники хатха-йоги. Регионарное кровообращение и микроциркуляция. 2021;20(4):33–44. <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2021-20-4-33-44>
11. Ермолаева С.А., Локтионова Ю.И., Дубасова Е.Г., Дунаев А.В., Фролов А.В. Исследование изменений кожной микроциркуляции крови при выполнении инверсионной позы йоги с помощью распределенной системы портативных анализаторов. Регионарное кровообращение и микроциркуляция. 2024;23(4):67–77. <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2024-23-4-67-77>
12. Фролов А.В., Локтионова Ю.И., Жарких Е.В., Сидоров В.В., Танканаг А.В., Дунаев А.В. Реакция микроциркуляции крови в коже различных участков тела при выполнении дыхательных упражнений йоги. Регионарное кровообращение и микроциркуляция. 2023;22(1):72–84. <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2023-22-1-72-84>
13. Паршакова В.Е., Жарких Е.В., Локтионова Ю.И., Косыкин А.В., Дунаев А.В. Исследование физиологического разброса параметров микроциркуляторно-тканевых систем организма человека с помощью мультимодальных портативных анализаторов. Фундаментальные и прикладные проблемы техники и технологии. 2024;2(364):165–176.
14. Loktionova Yu.I., Zharkikh E.V., Parshakova V.E., Sidorov V.V., Dunaev A.V. Multimodal Optical Analyzers: Physiological Variability and Reproducibility of Measurements. *J. Biophotonics*. 2025;18(4):e202400527. <https://doi.org/10.1002/jbio.202400527>
15. Zherebtsov E.A., Zharkikh E.V., Loktionova Y.I., Zherebtsova A.A., Sidorov V.V., Rafailov E.U., Dunaev A.V. Wireless Dynamic Light Scattering Sensors Detect Microvascular Changes Associated With Ageing and Diabetes. *IEEE Trans. Biomed. Eng.* 2023;70(11):3073–3081. <https://doi.org/10.1109/tbme.2023.3275654>
16. Dunaev A. Wearable Devices for Multimodal Optical Diagnostics of Microcirculatory-Tissue Systems: Application Experience in the Clinic and Space. *Journal of Biomedical Photonics & Engineering*. 2023;9(2):1–10. <https://doi.org/10.18287/jbpe23.09.020201>
17. Mikhailichenko L.A., Mezentseva L.V. Correlation and spectral analysis of vascular tone regulator mechanisms in paired formations during postnatal ontogenesis in rats. *Bull. Exp. Biol. Med.* 2015;158(3):308–312. <https://doi.org/10.1007/s10517-015-2748-5>
18. Benedicic M., Bernjak A., Stefanovska A., Bosnjak R. Continuous wavelet transform of laser-Doppler signals from facial microcirculation reveals vasomotion asymmetry. *Microvasc. Res.* 2007;74(1):45–50. <https://doi.org/10.1016/j.mvr.2007.02.007>
19. Мезенцева Л.В., Дудник Е.Н., Никенина Е.В. Сравнительный анализ микроциркуляторных реакций на гипоксические воздействия у испытуемых мужского и женского пола. *Физиология человека*. 2022;48(2):71–78. <https://doi.org/10.31857/S0131164622020114>
20. Литвин Ф.Б., Становов В.В., Бойко Г.М., Пурыгина М.Г. Метаболические возможности микроциркуляторного русла у спортсменов в условиях применения биопродукта. *Физическое воспитание и спортивная тренировка*. 2021;4(38):104–111.
9. Козлов В.И., Сахаров В.Н., Гурова О.А., Сидоров В.В. Laser doppler flowmetry assessment of microcirculation in children of 6–7 years old. *Regional blood circulation and microcirculation*. 2021;20(3):46–53. (In Russ.). <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2021-20-3-46-53>
10. Фролов А.В., Локтионова Ю.И., Жарких Е.В., Сидоров В.В., Крупакин А.И., Дунаев А.В. Investigation of changes in the skin blood microcirculation when performing the hatha yoga breathing technique. *Regional blood circulation and microcirculation*. 2021;20(4):33–44. (In Russ.). <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2021-20-4-33-44>
11. Ермолаева С.А., Локтионова Ю.И., Дубасова Е.Г., Дунаев А.В., Фролов А.В. Assessment of cutaneous blood microcirculation changes while performing hatha yoga inverted pose using a distributed system of wearable analyzers. *Regional blood circulation and microcirculation*. 2024;23(4):67–77. (In Russ.). <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2024-23-4-67-77>
12. Фролов А.В., Локтионова Ю.И., Жарких Е.В., Сидоров В.В., Танканаг А.В., Дунаев А.В. The reaction of blood microcirculation in the skin of various parts of the body after performing yoga breathing exercises. 2023;22(1):72–84. (In Russ.). <https://doi.org/10.24884/1682-6655-2023-22-1-72-84>
13. Паршакова В.Е., Жарких Е.В., Локтионова Ю.И., Коскин А.В., Дунаев А.В. Study of physiologic variability of microcirculatory-tissue systems parameters of human organism using multimodal portable analyzers. *Fundamental and Applied Problems of Technics and technology*. 2024;2(364):165–176. (In Russ.).
14. Loktionova Yu.I., Zharkikh E.V., Parshakova V.E., Sidorov V.V., Dunaev A.V. Multimodal Optical Analyzers: Physiological Variability and Reproducibility of Measurements. *J. Biophotonics*. 2025;18(4):e202400527. <https://doi.org/10.1002/jbio.202400527>
15. Zherebtsov E.A., Zharkikh E.V., Loktionova Y.I., Zherebtsova A.A., Sidorov V.V., Rafailov E.U., Dunaev A.V. Wireless Dynamic Light Scattering Sensors Detect Microvascular Changes Associated With Ageing and Diabetes. *IEEE Trans. Biomed. Eng.* 2023;70(11):3073–3081. <https://doi.org/10.1109/tbme.2023.3275654>
16. Dunaev A. Wearable Devices for Multimodal Optical Diagnostics of Microcirculatory-Tissue Systems: Application Experience in the Clinic and Space. *Journal of Biomedical Photonics & Engineering*. 2023;9(2):1–10. <https://doi.org/10.18287/jbpe23.09.020201>
17. Mikhailichenko L.A., Mezentseva L.V. Correlation and spectral analysis of vascular tone regulator mechanisms in paired formations during postnatal ontogenesis in rats. *Bull. Exp. Biol. Med.* 2015;158(3):308–312. <https://doi.org/10.1007/s10517-015-2748-5>
18. Benedicic M., Bernjak A., Stefanovska A., Bosnjak R. Continuous wavelet transform of laser-Doppler signals from facial microcirculation reveals vasomotion asymmetry. *Microvasc. Res.* 2007;74(1):45–50. <https://doi.org/10.1016/j.mvr.2007.02.007>
19. Мезенцева Л.В., Дудник Е.Н., Никенина Е.В. Comparative analysis of microcirculatory reactions to hypoxic effects in male and female subjects. *Human Physiology*. 2022;48(2):71–78. (In Russ.). <https://doi.org/10.31857/S0131164622020114>
20. Litvin F.B., Stanovov V.V., Boyko G.M., Purygina M.G. Metabolic possibilities of microcirculator flow in athletes through the application of a bioprotectant. *Physical education and sports training*. 2021;4(38):104–111. (In Russ.).

21. **Kralj L., Lenasi H.** Wavelet analysis of laser Doppler microcirculatory signals: Current applications and limitations. *Front Physiol.* 2023;13:1076445. doi:10.3389/fphys.2022.1076445
22. **Zafrani L., Payen D., Azoulay E., Ince C.** The microcirculation of the septic kidney. *Semin. Nephrol.* 2015;35(1):75–84. <https://doi.org/10.1016/j.semephrol.2015.01.008>
23. **Penzel T., Porta A., Stefanovska A., Wessel N.** Recent advances in physiological oscillations. *Physiol. Meas.* 2017;38(5):E1–E7. <https://doi.org/10.1088/1361-6579/aa6780>
24. **Дунаев А.В.** Мультимодальная оптическая диагностика микроциркуляторно-тканевых систем организма человека. Стартый Оскол: ТНТ; 2022.
25. **Kvandal P., Stefanovska A., Veber M.** Regulation of human cutaneous circulation evaluated by laser Doppler flowmetry, iontophoresis, and spectral analysis: importance of nitric oxide and prostangladines. *Microvasc. Res.* 2003;65(3):160–171. [https://doi.org/10.1016/s0026-2862\(03\)00006-2](https://doi.org/10.1016/s0026-2862(03)00006-2)
26. **Wilmore J.H., Costill D.L.** Physiology of sport and exercise. Champaign, Illinois: Human Kinetics; 2004.
27. **Tsukada T., Yokoyama K., Arai T., Takemoto F., Hara S., Yamada A., Kawaguchi Y., Hosoya T., Igari J.** Evidence of association of the eNOS gene polymorphism with plasma NO metabolite levels in humans. *Biochem. Biophys. Res. Commun.* 1998;245(1):190–193. <https://doi.org/10.1006/bbrc.1998.8267>
28. **Prior B.M., Yang H.T., Terjung R.L.** What makes vessels grow with exercise training? *J. Appl. Physiol.* (1985). 2004;7(3):1119–1128. <https://doi.org/10.1152/japplphysiol.00035.2004>
29. **Zhu H., Binghong G.A.O.** The Study of Relationship Between Maximum Reserve Capacity of Microcirculatory Blood Perfusion and Functional Status of Man Rower During Six Weeks of Altitude Training. *J. Henan Normal Univ. Sci. Ed.* 2016;44(02):176–182. (In Chinese). <https://doi.org/10.16366/j.cnki.1000-2367.2016.02.031>
21. **Kralj L., Lenasi H.** Wavelet analysis of laser Doppler microcirculatory signals: Current applications and limitations. *Front Physiol.* 2023;13:1076445. doi:10.3389/fphys.2022.1076445
22. **Zafrani L., Payen D., Azoulay E., Ince C.** The microcirculation of the septic kidney. *Semin. Nephrol.* 2015;35(1):75–84. <https://doi.org/10.1016/j.semephrol.2015.01.008>
23. **Penzel T., Porta A., Stefanovska A., Wessel N.** Recent advances in physiological oscillations. *Physiol. Meas.* 2017;38(5):E1–E7. <https://doi.org/10.1088/1361-6579/aa6780>
24. **Dunaev A.V.** Multimodal Optical Diagnostics of Microcirculatory and Tissue Systems in the Human Body. Stary Oskol: TNT; 2022. (In Russ.).
25. **Kvandal P., Stefanovska A., Veber M.** Regulation of human cutaneous circulation evaluated by laser Doppler flowmetry, iontophoresis, and spectral analysis: importance of nitric oxide and prostangladines. *Microvasc. Res.* 2003;65(3):160–171. [https://doi.org/10.1016/s0026-2862\(03\)00006-2](https://doi.org/10.1016/s0026-2862(03)00006-2)
26. **Wilmore J.H., Costill D.L.** Physiology of sport and exercise. Champaign, Illinois: Human Kinetics; 2004.
27. **Tsukada T., Yokoyama K., Arai T., Takemoto F., Hara S., Yamada A., Kawaguchi Y., Hosoya T., Igari J.** Evidence of association of the eNOS gene polymorphism with plasma NO metabolite levels in humans. *Biochem. Biophys. Res. Commun.* 1998;245(1):190–193. <https://doi.org/10.1006/bbrc.1998.8267>
28. **Prior B.M., Yang H.T., Terjung R.L.** What makes vessels grow with exercise training? *J. Appl. Physiol.* (1985). 2004;7(3):1119–1128. <https://doi.org/10.1152/japplphysiol.00035.2004>
29. **Zhu H., Binghong G.A.O.** The Study of Relationship Between Maximum Reserve Capacity of Microcirculatory Blood Perfusion and Functional Status of Man Rower During Six Weeks of Altitude Training. *J. Henan Normal Univ. Sci. Ed.* 2016;44(02):176–182. (In Chinese). <https://doi.org/10.16366/j.cnki.1000-2367.2016.02.031>

**Информация об авторах:**

**Литвин Федор Борисович**, д.б.н., профессор кафедры спортивных дисциплин ФГБОУ ВПО «Смоленский государственный университет спорта» Минспорта России, Россия, 214018, г. Смоленск, пр. Гагарина, д. 23. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2281-8757> (bf-litvin@yandex.ru)

**Никитюк Дмитрий Борисович**, академик РАН, д.м.н., профессор, директор ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи», Россия, 109240, г. Москва, Устьинский проезд, д. 2/14. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2259-1222> (nikitjuk@ion.ru)

**Локтионова Юлия Игоревна**, аспирант кафедры «Приборостроение, метрология и сертификация», стажёр-исследователь научно-технологического центра биомедицинской фотоники ОГУ им. И.С. Тургенева, Россия, 302026, г. Орел, ул. Комсомольская, д. 95. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6628-1285> (julya-loktonova@mail.ru)

**Паршакова Виктория Евгеньевна**, студент кафедры «Приборостроение, метрология и сертификация», лаборант научно-технологического центра биомедицинской фотоники ОГУ им. И.С. Тургенева, Россия, 302026, г. Орел, ул. Комсомольская, д. 95. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9597-7364> (viktorya.parshak@yandex.ru)

**Брук Татьяна Михайловна**, д.б.н., проф., заведующая кафедрой биологических дисциплин ФГБОУ ВПО «Смоленский государственный университет спорта» Минспорта России, Россия, 214018, г. Смоленск, пр. Гагарина, д. 23. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1023-6642> (bruktmcenter@rambler.ru)

**Жарких Елена Валерьевна**, к.т.н., старший преподаватель кафедры «Приборостроение, метрология и сертификация», научный сотрудник научно-технологического центра биомедицинской фотоники ОГУ им. И.С. Тургенева, Россия, 302026, г. Орел, ул. Комсомольская, д. 95. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5735-3366> (ev.zharkikh@gmail.ru)

**Дунаев Андрей Валерьевич**, д.т.н., профессор кафедры «Приборостроение, метрология и сертификация», ведущий научный сотрудник научно-технологического центра биомедицинской фотоники ОГУ им. И.С. Тургенева, Россия, 302026, г. Орел, ул. Комсомольская д. 95. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4431-6288> (dunaev@bmccenter.ru)

**Information about the authors:**

**Fedor B. Litvin**, D.Sc. (Biology), Professor of the Department of Sports Disciplines of the Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism. 23 Gagarin Ave., Smolensk, 214018, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2281-8757> (bf-litvin@yandex.ru)

**Dmitry B. Nikityuk**, Academician of the Russian Academy of Medical Sciences, M.D., D.Sc. (Medicine), Professor, Director of the Federal State Budgetary Educational Institution of Nutrition, Biotechnology and Food Safety, 2/14 Ustinsky Proezd, Moscow, 109240, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2259-1222> (nikitjuk@ion.ru)

**Yulia I. Loktionova**, Postgraduate student of the Department «Instrument Engineering, Metrology and Certification», Research Assistant of Research & Development Center of Biomedical Photonics, Orel State University named after I.S. Turgenev, 95 Komsomolskaya str., Orel, 302026, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6628-1285> (julya-loktionova@mail.ru)

**Victoria E. Parshakova**, Student of the Department «Instrument Engineering, Metrology and Certification», Laboratory Assistant of Research & Development Center of Biomedical Photonics, Orel State University named after I.S. Turgenev, 95 Komsomolskaya str., Orel, 302026, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9597-7364> (viktorya.parshak@yandex.ru)

**Tatyana M. Brook**, D.Sc. (Biology), Prof, Head of the Department of Biological Disciplines of the Smolensk State Academy of Physical Culture, Sport and Tourism. 23 Gagarin Ave., Smolensk, 214018, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1023-6642> (bruktmcenter@rambler.ru)

**Elena V. Zharkikh**, Senior lecturer of the Department «Instrument Engineering, Metrology and Certification», Researcher of Research & Development Center of Biomedical Photonics, Orel State University named after I.S. Turgenev, 95 Komsomolskaya str., Orel, 302026, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5735-3366> (ev.zharkikh@gmail.ru)

**Andrey V. Dunaev**, D.Sc. (Tech.), Professor of the Department «Instrument Engineering, Metrology and Certification», Leading researcher of Research & Development Center of Biomedical Photonics, Orel State University named after I.S. Turgenev, 95 Komsomolskaya str., Orel, 302026, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4431-6288> (dunaev@bmccenter.ru)

\* Corresponding author / Автор, ответственный за переписку