

Гульдерева Виктория Николаевна

студентка

Тютюнникова Евгения Борисовна

канд. с.-х. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

СТИМУЛИРОВАНИЕ РАБОТЫ МОЗГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЕКАРСТВЕННЫМИ ПРЕПАРАТАМИ

***Аннотация:** в представленной статье рассматривается проблема воздействия лекарственных препаратов на организм человека, их влияние на работоспособность и самочувствие. Методом анкетирования были получены результаты опроса.*

***Ключевые слова:** препарат, мозговая деятельность, организм.*

В наше время все чаще на экранах телевизора и в интернете встречается реклама чудо таблеток, которые могут сделать из каждого человека гения. Но так ли это на самом деле? Правильно ли мы рассматриваем действие препаратов, направленных на стимулирование мозговой деятельности? Полезны ли они или нет? Попробуем разобраться.

Очень популярны подобные таблетки среди студентов, которые любят откладывать все свои дела на последний момент и в поисках чуда идут покупать так называемые «таблетки для ума» (глицин, фенотропил, пирацетам, психостимуляторы и прочие ноотропные препараты). Подобные препараты действуют на организм человека по-разному: некоторые влияют прямо на нервную клетку, некоторые оказывают опосредованное влияние на мозг [2].

Выход на экраны американского триллера «Области тьмы», сюжет которого рассказывает нам историю о писателе-неудачнике, который начинает принимать обыкновенные с виду таблетки по совету приятеля: «С помощью этого ты задей-

ствуешь весь свой мозг», и становится гением, вызвал огромный поток обсуждений и вопросов. За три дня главный герой осваивает фортепиано, за четыре – дописывает книгу и вскоре становится миллионером. Но в фильме показано, какие последствия могут ждать человека, который как наркоман не может жить без следующей дозы. Кино это, конечно, одно, а реальность совсем другое.

На сегодняшний день существует множество препаратов для улучшения мозговой деятельности. Какие же препараты наиболее популярны в России?

На первом месте стоит один из самых дешевых препаратов – глицин. Химически представляет собой аминокислоту. Препарат оказывает успокаивающее действие, повышает работоспособность. Однако, проблема в том, что препарат поступает в мозг из желудочно-кишечного тракта очень медленно. Это делает глицин обычной биологически активной добавкой, а его эффективность в плане улучшения мозговой деятельности не доказана.

На втором месте располагается препарат под названием «фенотропил». Он был создан в СССР в Институте медико-биологических проблем для космонавтов (стимулирует двигательные реакции человека и повышает физическую выносливость). Но был изъят из перечня лекарственных средств, так как его эффективностью осталась недоказанной.

Действительно ли лекарства производят тот эффект, который обещает реклама? Могут ли они сделать всех нас умнее? Чтобы ответить на заданные вопросы, мы провели анкетирование среди студентов 2 курса Армавирского государственного педагогического университета.

Результаты показали, что около 80% учащихся принимают различные препараты для улучшения работы мозга, такие как глицин, витрум мемори, ундевит, пирацетам, ноотропил и фенотропил. Среди них, наиболее популярными оказались препараты глицин и фенотропил, о которых мы писали ранее. Анкетирование так же показало, что более 50% учащихся принимающих подобные таблетки не знают о противопоказаниях и побочных эффектах. На вопрос «Опишите свое состояние после принятия препарата?» – один из студентов ответил, что однажды за сутки выпил больше таблеток, чем указано в применении. «Сначала

взбодрило, поэтому был сосредоточен на билетах к экзамену, позже начала болеть голова, глаза устали и покраснели, не мог уснуть, делать ничего не хотелось». Другие студенты писали о том, что было легче сосредоточиться, но быстрее все выучить и запомнить не получилось.

Исходя из всего вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что подобные препараты, не воздействуют непосредственно на мозговую деятельность, а просто улучшают психическое состояние человека, помогая сосредоточиться. Они не совершенствуют мозг, а просто приводят его к оптимальному для работы состоянию. «Они не могут сделать Эйнштейна из неандертальца» – говорит Эми Арнстен, профессор нейробиологии медицинского факультета Йельского университета [1]. Однако это совершенно не означает, что все препараты, стимулирующие умственную деятельность, ныне существующие или те, которые появятся в будущем, являются безвредными.

Мозг – это самый сложный механизм в организме человека. Пытаясь его усовершенствовать, мы рискуем нарушить его равновесие [3]. Ведь то, что полезно для одной системы, может быть вредно для другой.

Лучший способ работать с максимальной эффективностью – это давать организму полноценный отдых. Никакие таблетки не заменят сон.

Список литературы

1. Арнстен Э. Как «плавится» мозг / Э. Арнстен, К. Мэзьюр, Р. Синха; перевод: Т.А. Митина // В мире науки. – 2012. – 8 с.
2. Марек Кон. Наш мозг и вся правда о «таблетке для ума» // BBC Future. – 2014.
3. Рок Д. Мозг. – М.: Альпина Паблишер, 2013. – 380 с.