

ПРЕДИСЛОВИЕ	5
ВВЕДЕНИЕ	8
ГЛАВА 1. ПРИРОДНЫЕ ФАКТОРЫ И ИХ РИТМЫ	10
Время в живых системах	10
Суточные ритмы внешней среды	15
Сезонные ритмы внешней среды	19
Ритмы гелиофизических процессов — солнечные ритмы	22
Лунные ритмы	25
Факторы климата и их периодичность	26
ГЛАВА 2. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ О БИОЛОГИЧЕСКИХ РИТМАХ	35
Структура и свойства биологических ритмов	38
Классификация, терминология	42
Методика сбора хронобиологического материала. Основные показатели биоритма	50
Методы оценки периодических процессов в живых системах	54
Варианты биоритмов и их клинико-диагностическая оценка	60
ГЛАВА 3. БИОЛОГИЧЕСКИЕ РИТМЫ В НОРМЕ И ПАТОЛОГИИ	62
Суточные ритмы функциональных систем организма и гомеостаза у здоровых и больных	62
Суточный ритм показателей сердечно-сосудистой системы у здоровых и больных	62
Суточный ритм биохимических показателей у здоровых и больных ИБС	83
Суточный ритм мозговой гемодинамики у здоровых и больных церебральным атеросклерозом	88
Суточный ритм биоэлектрической активности мозга у здоровых и больных церебральным атеросклерозом	96
Околосуточные и многосуточные ритмы	112
Сезонные ритмы функционального состояния физиологических систем организма	113
Влияние погодных и климатических факторов на самочувствие человека и структуру биоритма	122
ГЛАВА 4. ПЕРИОДИЧЕСКИЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ В СТРУКТУРЕ ПРИРОДНЫХ ЛЕЧЕБНЫХ И ПРЕФОРМИРОВАННЫХ ФИЗИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ	128
Методы импульсных воздействий ритмического характера	128
Периодичность назначения лечебных процедур — датчик времени	132
Аперриодические составляющие погоды	135
Периодические изменения климата и процессы адаптации	139
ГЛАВА 5. ХРОНОБАЛЬНЕО- И ХРОНОФИЗИОТЕРАПИЯ	146
Механизм действия бальнеотерапевтических факторов	146
Хронобиологические эффекты в действии бальнеофакторов	149

Влияние бромйодных ванн на суточные ритмы отдельных показателей у больных ИБС	155
Влияние бромйодных ванн на суточные ритмы физиологических показателей больных церебральным атеросклерозом	174
Фактор времени в эффективности лечения больных церебральным атеросклерозом йодобромными ваннами	185
Влияние сероводородных ванн на суточный ритм физиологических показателей	189
Влияние грязелечения на структуру биоритмов	198
Хронофизиотерапия	200

ГЛАВА 6. ВРЕМЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ БАЛЬНЕОЛЕЧЕНИЯ В САНАТОРИЯХ-ПРОФИЛАКТОРИЯХ 205

Влияние сменной работы на биоритм	205
Методологические основы организации лечебного процесса в санатории-профилактории	212

ГЛАВА 7. АДАПТОГЕННЫЙ ЭФФЕКТ КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ 228

Влияние курортного лечения на механизм адаптации	231
Влияние курортного лечения на функциональное состояние больных — жителей Урала	237
Влияние лечения в Кисловодске на процессы реадаптации больных ИБС	237
Влияние лечения в Сочи на процессы реадаптации больных ИБС	248
Влияние лечения в привычных климатогеографических и временных условиях на процессы реадаптации больных ИБС	250

ГЛАВА 8. ГЕОФИЗИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И БИОРИТМЫ 255

Физиотерапия в предупреждении и профилактике метеотропных реакций	264
---	-----

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 270

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 273

CONTENTS

PREFACE	5
INTRODUCTION	8
CHAPTER 1. NATURAL FACTORS AND THEIR RHYTHMS	10
Time in alive systems	10
Daily rhythms of the environment	15
Seasonal rhythms of the environment	19
Rhythms of heliophysical processes	22
Moon rhythms	25
Climate factors and their periodicity	26
CHAPTER 2. PRINCIPLE NOTIONS OF BIOLOGICAL RHYTHMS	35
Structure and properties of biological rhythms	38
Classification and terminology	42
Chronobiological material collection. Basic indices of biorhythm	50
Evaluation of periodical processes in alive systems	54
Variants of biorhythms and their clinico-diagnostical evaluation	60
CHAPTER 3. BIOLOGICAL RHYTHMS IN NORM AND PATHOLOGY	62
Daily rhythms of organism's functional systems and homeostasis in health and disease	62
Daily rhythm of cardiovascular system indices in health and disease	62
Daily rhythm of biochemical indices in health and IHD	83
Daily rhythm of cerebral hemodynamics in health and cerebral atherosclerosis	88
Daily rhythm of brain's bioelectrical activities in health and cerebral atherosclerosis	96
Paramonthly and many-day rhythms	112
Seasonal rhythms of functional state of organism's physiological systems	113
Effects of weather and climate factors on man's feeling and biorhythm structure	122
CHAPTER 4. PERIODICAL COMPONENTS IN STRUCTURE OF THE NATURAL AND PREFORMED PHYSICAL FACTORS	128
Pulse impact of rhythmic nature	128
Periodicity of treatment procedures prescription — time senser	132
Aperiodical components of the weather	135
Periodical changes of the climate and adaptation processes	139
CHAPTER 5. CHRONOBALNEO- AND CHRONOPHYSIOTHERAPY	146
Action mechanism of balneotherapeutic factors	146
Chronobiologic effects in action of balneofactors	149
Mud-treatment and biorhythm structure	198
Chronophysiotherapy	200

CHAPTER 6. TEMPORAL ORGANIZATION OF BALNEOTREATMENT AT PROPHYLACTIC SANATORIA	205
Shift work and biorhythm	205
Methodologic essentials of treatment organization at prophylactic sa- natoria	212
CHAPTER 7. ADAPTOGENOUS EFFECT OF HEALTH RESORT TREAT- MENT	228
Health resort treatment impact on adaptation mechanism	231
Health resort treatment impact on functional state of Ural inhabi- tants	237
CHAPTER 8. GEOPHYSICAL FACTORS AND BIORHYTHMS	255
Physiotherapy in prevention of meteotropic reactions	264
CONCLUSION	270
REFERENCES	273