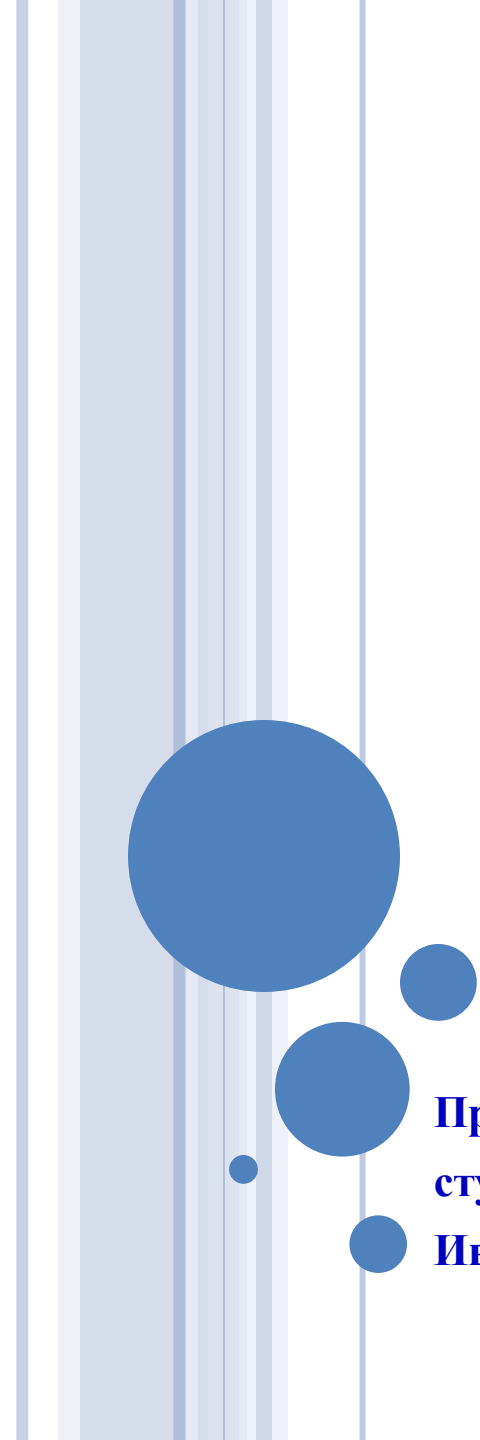


# АДАПТАЦИЯ



Презентацию выполнила  
студентка 2 курса 2 группы лечебного факультета  
Иващенко Елена

АДАПТАЦИЯ — ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ОРГАНОВ ЧУВСТВ И ОРГАНИЗМА В ЦЕЛОМ К ИЗМЕНЯЮЩИМСЯ УСЛОВИЯМ СУЩЕСТВОВАНИЯ.







## СРОЧНАЯ АДАПТАЦИЯ

- - комплекс реакций, возникающих непосредственно в ответ на действие раздражителя.
- существенный расход ресурсов.
- низкая эффективность реакции.



## ДОЛГОВРЕМЕННАЯ АДАПТАЦИЯ

- возникает постепенно, в результате длительного или многократного действия на организм факторов среды.
- более экономное расходование энергии в состоянии покоя и повышенная мощность метаболизма в условиях физического напряжения.
- Сопровождается:
  - а) перестройкой регуляторных механизмов,
  - б) мобилизацией и использованием резервных возможностей организма,
  - в) формированием специальной функциональной системы адаптации к конкретной трудовой (спортивной) деятельности человека

