

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА

Природничий факультет
Кафедра біології та методики її викладання

Магістерська робота

**Групи крові та їх успадкування серед
громадян Подільського регіону**

Магістранта II курсу В1-М18 групи
природничого факультету
Кам'янець-Подільського
національного університету імені
Івана Огієнка
спеціальності 091 Біологія
Банделюка Дениса
Анатолійовича

Науковий керівник:
кандидат біологічних наук,
доцент
Плахтій Петро Данилович

м. Кам'янець-Подільський
2019

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ.....	7
1.1. Групи крові, харчування і здоров'я людини. Фітогемаглютиніни.....	7
1.1.1. Групові системи крові людини, їх характеристика та успадкування.....	7
1.1.2. Особливості системи травлення осіб різної групової приналежності.....	15
1.1.3. Ідеальні, нейтральні і шкідливі харчові продукти для людей з різними групами крові.....	22
1.2. Основні властивості нервової системи людини і типи її вищої нервової діяльності.....	27
1.2.1. Вчення І. П. Павлова про типи вищої нервової діяльності.....	27
1.2.2. Властивості нервових процесів людини.....	29
1.2.3. Взаємозв'язки між окремими типологічними показниками людини.....	32
РОЗДІЛ II. МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	40
2.1. Теоретичний аналіз і узагальнення.....	40
2.2. Педагогічні спостереження.....	40
2.3. Фізіологічний експеримент.....	40
2.3.1. Визначення груп крові.....	41
2.3.2. Дослідження типу нервової системи.....	41
2.4. Статистична обробка результатів дослідження.....	42
РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ.....	44
3.1. Групова специфічність населення Подільського регіону і успадкування груп крові.....	44
3.2. Дослідження взаємозв'язку групової специфічності людини з переважаючим типом її харчування.....	48

3.3. Дослідження взаємозв'язків групової приналежності людини з типом її нервової системи.....	50
ВИСНОВКИ І ПРОПОЗИЦІЇ.....	54
ЛІТЕРАТУРА.....	55

ВСТУП

Актуальність. Для збереження здоров'я, високої працездатності і реалізації генетично запрограмованого довголіття людина повинна правильно харчуватися. "Ми живемо не для того, щоб їсти, - писав давньогрецький філософ Сократ, - а їмо для того, щоб жити" [58]. При цьому практичні питання проблеми харчування в давнину завжди вивчалась в нерозривній єдності з питаннями проблеми рухової активності [8,9,40,46].

Харчування людей з врахуванням їх груп крові – один з найновіших напрямів в дієтології. Відкрита в 90-х роках минулого століття П. Д'Адамо і К. Уїтні, ця система харчування швидко стала популярною у всьому світі. Сьогодні цією теорією харчування цікавляться все більше і більше людей, вона стала актуальною і завоювала багато прибічників [18,35,56]. Причиною цього, як вважають її засновники [18], є достатня наукова база, що покладена в основу харчування з врахуванням групової приналежності, а також висока оздоровча ефективність такого харчування щодо осіб, які її дотримуються [18,35,50].

Харчування з врахуванням групової приналежності є природнім способом оздоровлення і лікування організму людини. Позитивним результатом такого харчування є оптимізація маси тіла, зменшення негативних наслідків від перенесених стресів, посилення імунної і фізіологічної реактивності, виліковування від хронічних захворювань тощо [18].

Моделі харчування розроблені і запропоновані для людей відповідної групи крові не вимагають від них істотного збільшення витрат на харчові продукти [18,35,50]. Вимагається лише радикально переглянути склад свого раціону, оцінити кожний харчовий продукт щодо його корисності, нейтральності та шкідливості для вашого здоров'я. Щоб бути здоровим,

основних принципів цієї моделі харчування необхідно дотримуватись усе життя.

При організації раціонального харчування, окрім груп крові, належить враховувати і тип нервової системи, адже співвідношення основних нервових процесів людини генетично зумовлене. Ймовірно між типом нервової системи і груповою приналежністю людини існують певні взаємозв'язки. Це і є гіпотезою нашого дослідження, адже якщо група крові і тип нервової системи успадковуються, то логічним буде припущення про успадкування і типу харчування.

Мета дослідження. Дослідити наявність взаємозв'язків між груповою приналежністю людини і типом її харчування (вегетаріанство, м'ясоїдство, змішаний тип харчування), між типом нервової системи і груповою приналежністю.

Завдання дослідження:

- дослідити співвідношення окремих груп крові, характерні для населення Подільського регіону;
- встановити взаємозв'язки між груповою приналежністю людини і переважаючим типом її харчування;
- дослідити співвідношення окремих типів нервової системи, характерні для населення Подільського регіону;
- встановити взаємозв'язок між груповою приналежністю крові людини і типом її нервової системи, між типом нервової системи і типом харчування.

Предмет дослідження – групова приналежність, особливості харчування, тип нервової системи людини.

Об'єкт дослідження – успадкування груп крові людини з врахуванням її харчування і типу нервової системи.

Методи дослідження:

- теоретичний аналіз і узагальнення;

- педагогічні спостереження;
- фізіологічний експеримент.

Новизна дослідження. Вперше проведені дослідження спрямовані на визначення успадкування груп крові та їх взаємозалежності переважаючому типу харчування населення Поділля. Встановлені взаємозв'язки між груповою приналежністю і типом нервової системи, груповою приналежністю і типом харчування, між типом нервової системи і типом харчування населення Поділля.

Практична значимість роботи. Матеріали дослідження рекомендуються у вирішенні проблеми нераціонального харчування людини з врахуванням її групової приналежності і типу нервової системи.

Апробація дослідження. Матеріали попередніх наукових досліджень представлені на звітній конференції студентів і магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський 2019 р.), Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт з біологічних наук (Полтава 2019 р.).

Обсяг роботи: вступ; розділ I. Огляд літератури (стор.5-39); розділ II. Методи і організація дослідження (стор. 45-46); розділ III. Результати досліджень та їх обговорення (стор. 48-56); висновки і пропозиції (стор. 59); література; додатки.

ВИСНОВКИ І ПРОПОЗИЦІЇ

1. Для Подільського регіону України характерним є такий розподіл людей за груповою приналежністю: група крові 0 – 31,35%, А – 37,01%, В – 24,22%, АВ – 7,42% респондентів.
2. Виразно домінуючими для респондентів з групою крові 0 і А були батьки (і батько, і мати) з відповідною групою крові, менш виразно успадковувалася аналогічна група крові серед осіб з групою крові В (по матерям – 66,7%, по батькам – 48,6%); серед осіб з групою крові АВ (IV) таку ж серологічну групу мали всього 31,8% батьків і 36,4% матерів.
3. Встановлена залежність між групою приналежністю досліджуваних і типом їх харчування. Серед осіб першої групи крові більшість виявилася «м'ясоїдами», досліджувані з групою крові А і В (54 і 61%) віддають перевагу змішаному харчуванню, 34% осіб групи крові А (II) були вегетаріанцями, 45% осіб з групою крові АВ харчуються змішано, а 55% віддають перевагу білковій їжі.
4. Серед осіб з першою групою крові найбільше (43%) було респондентів з переважаючим холеричним типом нервової системи; серед осіб з групою крові А і В і АВ переважаючим був сангвінічний тип нервової системи.
5. Серед досліджуваних усіх переважаючих типів темпераменту найбільш поширеним виявився змішаний тип харчування, 30-43% досліджуваних з різними типами вищої нервової діяльності віддавали перевагу білковій їжі і всього 6-14% – вуглеводній.

ЛІТЕРАТУРА

1. Акинщикова Г.И. Соматическая и психолофизиологическая организация человека. – Л.: Из – во Ленингр. ун – та, 1977. – 159с.
2. Акинщикова Г.И. Телосложение и реактивность организма человека. – Л.: Изд – во Ленингр. у – та, 1969. – 92с.
3. Алексеев В.Н. Историческая антропология. – М.: Высшая школа, 1979. – 216с.
4. Аринчин Н.И. Внутримышечные периферические «сердца» и гипокинезия. – Минск, 1983. – 146 с.
5. Аринчин Н.И. Физическая тренировка микронасосной деятельности внутримышечных периферических сердец. – Минск: Наука и техника, 1984. – 152 с.
6. Артанцев П.З., Авизов П.Б. К чему приводят заболевания органов полости рта.– М., 1984.
7. Бирхер-Биннер М. Основы лечения на началах энергетике: Пер. с нем. – С.-Пб.: Типография главного управления, 1914.
8. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 207 с.
9. Булич Є.Г., Муравов І.В. Валеологія Теоретичні основи валеології: Навчальний посібник. К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
10. В'яткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 112 с.
11. Воронин Л.Г. Физиология высшей нервной деятельности. – М.: Высшая школа, 1979. – 312 с.
12. Гелер Р., Прокоп О. Группы крови человека. - М: Медицина., 1991. - 405 с.
13. Генетические маркеры в антропогенетике и медицине //Тез. IV Всес. симп. – Хмельницкий, 1988. – 228с.

14. Гиппократ К. Избранные книги. – М.: Гос. изд-во библиотечной и медицинской литературы, 1986. – 736с.
15. Горизонтов П.Д., Мейзелис М.Я. Классификация конституциональных схем// Руководство по патологической физиологии. – М.: Медицина, 1966. – Т.1. – С.286-319.
16. Грим Г. Основы конституциональной и биологической антропометрии. – М.: Медицина, 1967. – 291с.
17. Грищенко А.В., Цыбенко В.А. Типы кровообращения у людей с различной физической подготовкой//Физиол. журн. - 1991.-Т.37,№5. -С.30-36.
18. Д'Адамо П., Уитни К. 4 группы крови – 4 пути к здоровью. – Мн.: ООО «Попурри», 2002. - 416 с.
19. Д'Адамо П., Уитни К. Группа крови I (0): продукты, напитки, ключевые добавки. – Мн.: ООО «Попурри», 2002. – 128 с.
20. Д'Адамо П., Уитни К. Группа крови II (A): продукты, напитки, ключевые добавки. – Мн., 2002. – 128 с.
21. Д'Адамо П., Уитни К. Группа крови III (B): продукты, напитки, ключевые добавки. – Мн.: ООО «Попурри», 2002. – 112 с.
22. Д'Адамо П., Уитни К. Группа крови IV (AB): продукты, напитки, ключевые добавки. – Мн.: ООО «Попурри», 2002. – 112 с.
23. Даценко І.І. та ін. Загальна гігієна: Посібник для практичних занять / За загальною ред. Даценко І.І. – Львів: Світ, 2007. – 472 с.
24. Завгородний Т.Н., Чурсин Р.К. Об ошибках при первичности определения групп крови системы АВО // Гемат. и трансфузиол. - 1997. - т.42, №6. - С.32 - 34.
25. Здоровый образ жизни: Двигательная активность и конституция/ Под ред. А.В.Сохно, А.С.Чубукова. – М.: Союзинформ, 1990. – 164 с.

26. Зотиков Е.Р., Донсков С.К. Группы крови (антигены эритроцитов системы АВО, Rh). Их значение. - М.: Знание, 1974. - 20 с.
27. Искусство быть здоровым. (2 часть). Автор-составитель А.М.Чайковский, С.Б.Шенкман. – М., 1987. – 152 с.
28. Казначеев В.П., Казначеев С.В. Адаптация и конституция человека. – Новосибирск: Наука, 1986. – 120с.
29. Калинин М.И. Питание. Здоровье. Двигательная активность. – К.: Наукова думка, 1990. – 176 с.
30. Кассиль Г.Н. Внутренняя среда организма. – М.: Наука, 1983. – 143 с.
31. Киеня А.И., Бандажевский Ю.И. Здоровый человек: основные показатели: Справочник. – Мн., 1997. – 182 с.
32. Костюк П.Г. Физиология центральной нервной системы. – К.: Вища школа, 1977. – 320 с.
33. Крамаренко В.К. Типы телосложения, темперамент и характер в системе кинетического воспитания и образования. – Киев: Госиздат, 1926. – 68с.
34. Кристиан Бауэр. Физиология крови: Фундаментальная и клиническая физиология. /Под ред. А.Г.Камкина и А.А. Каменского. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – ст. 740-770.
35. Ледерер Х.. 4 группы крови – 4 пути к похудению / Пер. с нем. С.Э.Борич. – 2-е изд. – Мн.: ООО «Попурри», 2002. – 160 с.
36. Лозинский В.С. Учитесь быть здоровыми. – К.: Центр здоров'я, 1993. – 160 с.
37. Локтева Р.К. Особливості типологічних груп чоловіків та жінок за комплексом психо-сомато-вісцеральних показників: дис... канд. біол. наук: 03.00.13 / КНУ ім. Т.Шевченка. - К., 2001. - 145 с.

38. Макаренко М.В. Методика проведення обстежень та оцінки індивідуальних нейродинамічних властивостей вищої нервової діяльності людини // Фізіол. журн. -1999.-т.45,№4.-С.125-131.
39. Малиновский А.А., Делонс Л.Н., Стрижков В.С. Определение конституциональных типов студентов //Вопросы антропологии, 1961. – Вып. 67. – С. 86 – 93.
40. Медико-біологічні основи валеології. /За ред.П.Д.Плахтія. – КПДУ, інформаційно-видавничий відділ, 2000. – 408 с.
41. Нормальная физиология / Под ред.А.Б.Коробкова. – М.: Высшая школа, 1980. – 186 с.
42. Небылицин В.Д. Основные свойства нервной системы человека. М.: Просвещение, 1966. – С.7-16, 342-351.
43. Несмеянов А.Н., Беликов В.М. Пища будущего. – 2-е изд. – М.: Педагогика, 1985. – 128 с.
44. Никитюк Б.А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология). – М.: Спорт Академ Пресс, 2000. – 440с.
45. Николаев Ю.С., Нилов Б.И., Черкасов В.Г., Голодание ради здоров'я.– М.: Сов.Россия, 1988. – 237 с.
46. Охорона здоров'я в Україні: проблеми та перспективи/Під ред. В.М.Пономаренка. – К., 1999. – 309 с.
47. Павлов И.П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. – М.: Наука, 1973.
48. Павлов И.П. Общие типы высшей нервной деятельности животных и человека. – Полн.собр.соч. – М.Л.: Изд-во АН СССР, 1951. Т. III., кн.2.
49. Павлов И.П. Полное собрание сочинений. Том IV, М.-Л.: АН СССР, 1951. – 183 с.

50. Питание по группам крови /Сост. О.В.Завязкин. – Донецк. ООО ПКФ «БАО», 2003. – 288 с.
51. Плахтій П.Д. Основи гігієни фізичного виховання. – Кам'янець-Подільський: Медобори, 2003. – 240 с.
52. Плахтій П.Д. Тестування, оцінка та корекція функціонального стану школярів. – Кам'янець-Подільський: КПДПУ, інформаційно-видавничий відділ, 1997. – 112 с.
53. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Нейрогуморальна регуляція функцій. – Київ: ВД «Професіонал», 2006. – 336 с.
54. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Обмін речовин і енергозабезпечення м'язової діяльності. – Київ: ВД «Професіонал», 2006. – 464 с.
55. Плахтій П.Д. Фізіологія людини. Ч.ІІІ. Лабораторний практикум: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: ПП Мошак М.І., 2005. – 176 с.
56. Плахтій П.Д., А.В.Михальський, Т.М.Супрович. Мікроорганізми, харчування і здоров'я людини: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: ПП. Буйницький О.А., 2006. – 192 с.
57. Полещук У. Скажи, яка в тебе група крові, і я скажу, хто ти //Україна, Європа, Світ, 6.12.1997. – 182 с.
58. Про життя і діяльність людини афоризмами, прислів'ями і приказками / За ред.. П.Д.Плахтія. – Кам'янець-Подільський: Видавець Мошак М.І., 2005. – 192 с.
59. Сила Р.В., Геосте Н.Е. Группы крови и физические способности у школьников: Сборн. науч. труд Московск. мед. ин-та - М, 1976. - С. 155 - 156.
60. Сонькин В.Д. Зайцева В.В. и др. Конституция и физическое здоровье человека // Физическая культура индивида: Сб. научн. тр. Под. общ. ред. Сонькина В.Д. – М.: 1994. – С.6 – 20.

61. Уокер Н.В. Лечение сырыми овощными соками / Под ред. Р.Д.Лоуи. – Одесса: Б.И., 1990. – 107 с.
62. Физиология человека: В 4-х томах. Т.3. Пер. с англ. / Под ред. Р.Шмидта и Г.Тевса. – М.: Мир, 1986. – 288 с.
63. Хрисанфова Е.М. Конституция и биохимическая индивидуальность. – М.: Изд – во Моск. гос. ун - та, 1991. – 320с.
64. Чтецов В.П. Конституция человека // Сб. морфол. чел. и животн.: Антропология 70-х годов. – М.: 1974. – Т. 6. – С. 71 – 99.
65. Чтецов В.П. Некоторые итоги и перспективы развития учения о конституциях // Вопросы антропологии, 1972. – Вып. 40. – 104 – 107.
66. Чтецов В.П. Соматические типы и состав у мужчин и женщин: Автореф. дис. ... канд. мед. наук. – М.: 1978. – 40с.
67. Шевелев И.М., Муратаев М.А., Шмелёв И.П. Золотое сечение: Три взгляда на природу гармонии. – М.: Стройиздат, 1990. – 343с.
68. Шелтон Г. Правильное питание. – «Ортотрофия». – М.:Внешиберика, 1992.– 69 с.
69. Шелтон Г.Правильное сочетание пищевых продуктов. – С.-Пб.: ЭКАМ, 1991. – 55 с.