



**ВОЛГОГРАДСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ**

**ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный  
медицинский университет» Министерства  
здравоохранения Российской Федерации  
Кафедра нормальной физиологии**



# **Стоит ли принимать ноотропы перед сессией?**

Подготовили студенты 2  
курса

Дорошенко А.А.

Федотов В.В.

Шапошникова М.Ю.

Волгоград,

2021

# Группы ноотропов:

- ❖ Безвредные, но малоэффективные или неэффективные
- ❖ Эффективные, но небезопасные.
- ❖ Умеренно эффективные и практически безопасные.
- ✓ Среди студентов наиболее часто встречается применение безвредных препаратов, доступных в продаже.



# Эффективность ноотропных препаратов

- С позиции доказательной медицины эффективность не доказана.
- Значимой статистической разницы между ноотропными препаратами и плацебо не обнаружено.
- Исследований проводилось не с целью определить влияние ноотропов на умственную деятельность здорового человека, а с целью протестировать определенный эффект препарата в процессе лечения больных людей.



# Применение здоровым человеком ноотропных препаратов

- многими учеными признается бесполезным
- изначально эти препараты создавались для людей с когнитивными нарушениями, поэтому в большинстве случаев на человека, не имеющего проблем с функциями работы мозга, они не оказывают никакого положительного влияния.
- ноотропы действуют индивидуально



# А если правильно принимать, то эффективны?

- препарата его необходимо принимать курсами и следовать нескольким советам:

1. Качественный сон.



2. Правильное питание.



3. Употребление большого количества воды.



4. Постоянные и умеренные физические нагрузки.

5. Отказ от курения и алкоголя.





# Вывод

- Использование ноотропных препаратов студентами может оказать положительный эффект на отдельные интеллектуальные способности – например, память или концентрацию, посредством их стимулирующего воздействия или эффекта плацебо.
- Но в то же время они способны ослабить другие функции мозга, а при использовании сильнодействующих запрещенных препаратов вызвать зависимость.



**ВОЛГОГРАДСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ**



**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!**

**2021**