

липолистный, зантоксиллом крылатый, мелия острозубчатая, м. Тузендан, маллотус безщитковый, м. японский, кориария китайская, лейцестерия красивая.

Итак, коллекция покрытосеменных на участке состояла из 649 видов. А 47 видов голосеменных представителей этой флоры, относящихся к шести семействам (*Ginkgoaceae*, *Taxodiaceae*, *Cephalotaxaceae*, *Taxaceae*, *Pinaceae*, *Cupressaceae*) и 17 родам (*Ginkgo*, *Taxus*, *Torreya*, *Cephalotaxus*, *Abies*, *Tsuga*, *Piceae*, *Larix*, *Cedrus*, *Pinus*, *Cryptomeria*, *Cunninghamia*, *Chamecuparis*, *Cupressus*, *Juniperus*, *Microbiota*, *Thuja*). Вместе с ними общее количество видов восточноазиатской дендрофлоры составляют 696 видов, принадлежащих к 68 семействам и 158 родам.

В настоящее время (2017 г.) плодоносящими являются почти все интродуценты (около 600 видов) и более 160 видов дают самосев, а некоторые из них стали злостными сорняками: бумажное дерево (бруссокеция), айлант высочайший, а. Вильморена, вязы и некоторые др. Эти виды должны быть изъяты из дендрария.

УДК 612.17:612.2:612.8:712.253(477.75)

ВЛИЯНИЕ ЮЖНОБЕРЕЖНОГО ПАРКА НА НЕРВНУЮ И КАРДИО-РЕСПИРАТОРНУЮ СИСТЕМУ ЧЕЛОВЕКА В РАЗНЫЕ СЕЗОНЫ

Ярош А.М., Гавенко Т.В.

ФГБУН «Никитский ботанический сад – Национальный научный центр РАН»,
e-mail: a888my@mail.ru

Изучено влияние полуторачасовых прогулок в Массандровском парке г. Ялта во все сезоны (весна, лето, осень, зима) на функции нервной и кардио-респираторной систем детей в возрасте 9-14 лет. Маршрут проходил по пересеченной местности с чередованием участков с преобладанием лиственных и хвойных деревьев. Для сравнения изучали влияние такой же длительности и напряженности по центральной части Ялты.

Исследования проводились по следующей схеме: измерение показателей сразу после выхода из помещения и в конце прогулки на территории Массандровского парка или центральной части Ялты.

Установлено, что изменения показателей функции нервной и кардио-респираторной систем детей после прогулки по парку во все сезоны однотипны. Во-первых, снижались значения систолического и диастолического артериального давления и общее периферическое сосудистое сопротивление, увеличивались ударный объем сердца и минутный объем кровотока. Это свидетельствует об оптимизации функционирования сердечно-сосудистой системы.

Во-вторых, увеличивались значения объема форсированного выдоха и времени задержки дыхания на вдохе, что свидетельствует об улучшении функции внешнего дыхания и кислородного обеспечения организма.

В-третьих, улучшились скорость умственной работы, стабильность внимания и кратковременная память.

Таким образом, после прогулки в парке наблюдается многоплановое улучшение состояния организма в сравнении с его состоянием в жилом помещении. Более того, исходные показатели зимой и весной были хуже, чем летом и осенью, за счет чего позитивная динамика зимой и весной была более выраженной, чем летом и осенью.

Проведенное весной тестирование влияния на указанные системы разных по характеру растительности участков парка показало, что более открытый участок с

преобладанием лиственных деревьев и цветущих кустов сирени оказывает выраженное успокаивающее и даже расслабляющее действие. На более закрытом, окруженном в основном темнохвойными растениями, состояние испытуемых оказалось более напряженным. Но показатели умственной деятельности на обоих участках улучшались примерно в одинаковой степени.

Существенно иные результаты получены во все сезоны после прогулки в центре города. В этом случае наблюдалось повышение систолического и диастолического артериального давления и общего периферического сосудистого сопротивления, уменьшались ударный объем сердца и минутный объем кровотока. Это свидетельствует об ухудшении функционирования сердечно-сосудистой системы. Также уменьшились значения объема форсированного выдоха и времени задержки дыхания на вдохе, что свидетельствует об ухудшении функции внешнего дыхания и кислородного обеспечения организма.

Несколько меньше изменились показатели функции нервной системы. Видимо, поддержание относительной стабильности работы нервной системы в условиях центра города обеспечивается включением механизмов стресса, что отрицательно влияет на кардио-респираторную систему.

Таким образом, можно говорить о выраженном благоприятном влиянии парков ЮБК на человека во все сезоны. Это обосновывает возможность их круглогодичного рекреационного использования.