

Основные средства медицинской реабилитации

1. Базовое лечение

- I. Медикаментозная терапия.
- II. Хирургическое лечение.

Медикаментозная терапия

Медикаментозная терапия, направленная на улучшение и стабилизацию состояния пациента, коррекцию хронических заболеваний и профилактики их обострения.

Лекарственная терапия, применяемая в лечебном процессе также должна способствовать увеличению реабилитационного потенциала - своевременная и правильная терапия расширяет физические возможности организма и косвенно оптимизирует психологическое состояние пациента (лечение последствий инсульта создает условия для повышения двигательной функции).

Медикаментозная терапия обеспечивает наиболее эффективное восстановление, стимулирует процессы саногенеза (комплекс защитно-приспособительных механизмов).

Дополнительное применение общеукрепляющих средств, ноотропов, витаминов и антиоксидантов способствует увеличению резистентности организма к различным внешним воздействиям, оптимизирует прочие мероприятия, направленные на восстановление сниженных в результате заболеваний или действия неблагоприятных факторов среды возможностей организма.

Хирургическое лечение

Хирургические методы лечения, как правило, применяются для повышения уровня функциональных возможностей пациента (пластика рубцовых изменений после ожога).

Как правило, такие виды хирургического лечения, ориентированные на инвалидов, относятся к категории реконструктивных операций и

рассматривают в качестве видов дорогостоящей (высокотехнологичной) медицинской помощи.

Реконструктивная хирургия – это один из разделов медицины, который занимается анатомическим и функциональным восстановлением утраченной или деформированной части тела человека.

Реплантация — хирургическое приживление отделённой от организма конечности или её части, противоположна ампутации.

Аутотрансплантация, или аутологичная трансплантация — трансплантация самому себе; при ней реципиент трансплантата является его донором. Например, аутотрансплантация кожи с неповреждённых участков на обожжённые широко.

Независимо от избранного оперативного вмешательства результат, полученный при его использовании, должен выводить реабилитируемого на новый уровень функциональных возможностей. Только в этом случае хирургическое лечение можно считать составной частью стационарного этапа реабилитации инвалида.

2. Физическая культура

ФК – это общий вид культуры общества, одна из сфер общественной деятельности, направленная на укрепление здоровья и физического развития людей.

Основное средство физической культуры – **физические упражнения**.

Физические качества – это готовность людей осуществлять какую-либо двигательную деятельность (чаще активную).

От других качеств личности они отличаются лишь тем, что проявляются во время решения двигательных задач при помощи двигательных действий.

Физические качества:

- Сила
- Быстрота
- Выносливость
- Гибкость
- Ловкость

К ФК относятся:

1. Массовая ФК – физическое воспитание и самовоспитание.

2. Спорт – виды спорта, основанные на выполнении физических упражнений.

3. Адаптивная ФК – это комплекс мер, спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию, адаптацию к нормальной среде людей с ограниченными возможностями.

4. ЛФК – раздел медицины, изучающий теоретические основы и методы использования средств ФК для профилактики, лечения и реабилитации пациентов с различными заболеваниями.

От других видов ФК ЛФК отличается не содержанием, а целью и средствами.

Для лечения заболевания используют комбинацию форм, методов и средств ЛФК.

Формы ЛФК:

- Утренняя гигиеническая гимнастика - это комплекс упражнений разной сложности, проводимый в течение 20 минут.
- Производственная гимнастика
- Лечебная гимнастика - группы физ. упражнений: гимнастические, спортивно-прикладные (плавание), игры (подвижные, малоподвижные, спортивные).
- Прогулки (бег, дозированная ходьба)
- Туризм
- Игровые занятия

Методы ЛФК:

- Кинезотерапия – лечение движением
- Гидрокинезотерапию
- Механотерапия
- Трудотерапия

Средства ЛФК:

- физические упражнения
- дыхательные практики
- закаливание (водой, воздухом)
- психопотенцирование – методика аутотренинга, представляющая из себя внушение, переходящее в самовнушение.

Физические упражнения как основное средство ЛФК представляют собой дозированную физическую нагрузку, связанную с произвольным чередованием напряжений и расслаблений мышечного аппарата больного.

Виды физических упражнений:

- динамические: (активные и пассивные) – чередование сокращения и расслабления мышц с изменением их длины.
- изометрические (с изменением ИП, без изменения ИП) – выполняются без изменения длины мышц, с чередованием напряжения и расслабления. Плюс в данных упражнениях – энергоэкономичность.
- релаксационные (в покое, в физической деятельности): выработка умения расслабить мускулатуру в покое и при выполнении физ. упр.
- идеомоторные – мысленное представление выполняемых упражнений вызывает сокращение и расслабление групп мышц.

В ЛГ различают три основные группы физических упражнений:

- гимнастические,
- спортивно-прикладные (ходьба, бег оздоровительный, лыжи, гребля, плавание и др.)
- игры (подвижные, малоподвижные, спортивные).

При выполнении ФУ необходимо учитывать:

- интенсивность: кол-во упражнений в одном занятии
- дозировку (объем физической нагрузки) - определяется интенсивностью и временем занятия
- темп – кол-во движений, выполняемых в минуту

Проведение ЛГ – обязанность инструктора ЛФК, а проведение УГГ и соблюдения назначенного врачом режима двигательной нагрузки – обязанность м\с общего профиля.

Режимы двигательной активности.

Стационарный этап.

- постельный строгий режим (1-А)

Задача: профилактика гипокинезии, адаптация к физ.нагрузке

- постельный режим (1-Б):

Задача: улучшение коронарного кровотока, профилактика застойной пневмонии, восстановления мышечного тонуса, нормализация функции нервной и пищеварительной систем.

- палатный режим (2):

Задача: усиление кровотока, активация внешнего дыхания, укрепление скелетной мускулатуры.

- свободный и общий режим (З-А и З-Б):

Задача: улучшение общего состояния больного.

Санаторно-курортный этап:

- щадящий режим: аналогичен свободному режиму стационарного этапа.
- щадяще - тренировочный режим: двигательная активность без ограничений в дневное время
- тренировочный: двигательная активность с дополнительной нагрузкой (бег, тренажеры).

3. Физиотерапия

Физиотерапия – наука, изучающая действие на организм человека физических факторов внешней среды в их естественном или переформированном виде и использование этих факторов в лечебных и профилактических целях.

Отвечает за проведение физиотерапевтических процедур – м\с физиотерапевтического кабинета и м\с по массажу.

Виды физиотерапевтических процедур

1. **Электротерапия:** постоянные, переменные электротоки, электрическое и магнитное поле, электромагнитное излучение радиочастотного диапазона
2. **Светолечение:** УФ, инфракрасное, видимый свет., лазеротерапия.
3. **Механические напряжения:** рефлексотерапия, массаж, вибротерапия, УЗИ-терапия
4. **Факторы воздушного пространства:** баротерапия, парциальное давление газов (кислород, гелий, углекислый газ), ингаляционная терапия.
5. **Термические факторы:** водолечение, тепло- крио- лечение, парафинотерапия, озокеритотерапия.
6. **Санаторно-курортное лечение:** талассотерапия (приморский климат), гелиотерапия, воздушные ванны, бальнеотерапия, пелоидотерапия (грязь), псаммотерапия (песок).
- 7.

4. Технические средства реабилитации (ТСР)

ТСР - изделия, обеспечивающие устранение или компенсацию ограничения жизнедеятельности, вызванную нарушением здоровья со стойким расстройством функций организма.

Классификация ТСР:

1. ТСР для медицинской реабилитации: протезы, ортопедическая обувь, калоприемники, сердечные клапана.
К протезно-ортопедическим изделиям относятся технические средства реабилитации, используемые для компенсации или устранения стойких ограничений жизнедеятельности, – протезы верхних и нижних конечностей, молочной железы, ортезы, корсеты, бандажи, и другие ортопедические корректирующие устройства, ортопедическая обувь и вкладные ортопедические корректирующие приспособления (стельки, полустельки).
2. ТСР для социальной реабилитации: бытовые, санитарно-гигиенические приборы, устройства для передвижения.
3. ТСР для профессиональной реабилитации: устройства и оборудования рабочего места, рабочие насадки к протезам.

5. Массаж

Массаж – это терапевтический метод, представляющий собой совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы. Массаж осуществляется руками или с помощью специальных аппаратов. Используются такие приёмы, как поглаживания, разминания, растирания, вибрация и т.п. Для усиления эффекта могут применяться массажные масла, лекарственные мази и гели. Массаж обеспечивает непосредственное воздействие на рецепторы, расположенные на поверхности тела, и опосредованное – на более глубокие структуры (мышцы, сосуды, внутренние органы).

Лечебный массаж усиливает местное кровообращение, способствует оттоку лимфы из тканей и внутренних органов, стимулирует работу иммунной системы. Массаж оказывает комплексное лечебное воздействие на организм.

Под действием массажа в организме возникают сложные рефлекторные процессы, меняющие уровень обмена веществ, эндокринное равновесие, вызывающие общие и местные реакции в органах и тканях.

7. Психолого-педагогические средства реабилитации

ППСР – комплекс мероприятий, создающий вокруг реабилитируемого психологически благоприятную микросоциальную среду.

Направления психосоциальной помощи:

Личностное направление.

- социотерапия личности
- психокоррекционная работа с личностью и ближайшим окружением

Общественное направление.

- информационно-образовательная работа с инвалидами и обществом

Средства ППР направленные на личность.

1. Психокоррекция : психологическое консультирование, психотерапия.
2. Социотерапия.

Психокоррекция (консультирование и психотерапия).

Нарушения психики бывают первичными (вызванное болезнью) и вторичными (реакция индивидуума на болезнь, травму, дефект). Психологическая реабилитация ставит целью добиться гармонии человека с самим собой и обществом, устранив или скорректировав нарушения психики и восстановив социальные связи.

Задачи консультирования (личностного и группового):

- коррекция внутриличностного (интрапсихического), межличностного конфликта
- преодоление социоэкономических трудностей
- адаптация к определенной ситуации или среде.

Социотерапия – меры социального терапевтического воздействия, стимулирующие социальную активность личности и способствующие ее социализации.

Цель: улучшить социальное поведение индивида.

Основные методы:

- терапия микросредой:

пассивная – мероприятия организованные работниками реабилитационных учреждений (концерты, встречи с родственниками);

активная – участие индивидуума в общественно полезной деятельности (участие в самоуправлении, общественных советах, дежурство по столовой)

- терапия занятостью
- трудотерапия

- организация досуга

8. Логопедическая помощь

Логопедическая помощь - вид медико-педагогической помощи, оказываемой лицам, страдающим расстройствами речи функционального или органического происхождения (дислалии, логоневрозы, афазии, дизартрии и др.).

Своевременные лечебно-коррекционные мероприятия позволяют ускорить развитие речи у детей или устранить ее приобретенные нарушения у взрослых, предупредить вторичные изменения интеллекта, обусловленные расстройствами речи.

9. Санаторно-курортное лечение

Санаторно-курортное лечение включает в себя медицинскую помощь, осуществляемую медицинскими организациями (санаторно-курортными организациями) в профилактических, лечебных и реабилитационных целях на основе использования природных лечебных ресурсов, в том числе в условиях пребывания в лечебно-оздоровительных местностях и на курортах.

Санаторно-курортное лечение использует возможности природных лечебных ресурсов (минеральных вод, лечебных грязей, климата и др.).

В целом, санаторно-курортное лечение оказывает следующее влияние на организм человека:

1) санаторно-курортное лечение активизирует защитно-приспособительных реакции организма в целях профилактики, оздоровления;

2) санаторно-курортное лечение восстанавливает и (или) компенсирует функции организма, нарушенные из-за травм, операций и хронических болезней;

3) санаторно-курортное лечение уменьшает число обострений, удлиняет период ремиссии, замедляет развитие болезней и инвалидизации в качестве последнего этапа медицинской реабилитации.

10. Информирование и консультирование по вопросам медицинской реабилитации.

Федеральный государственный стандарт по основным направлениям социальной реабилитации и абилитации инвалидов и детей-инвалидов:

«К основным направлениям социальной реабилитации и абилитации инвалидов и детей-инвалидов относятся: информирование, консультирование и формирование положительной мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительными мероприятиями и спортом; информирование, консультирование и формирование положительной мотивации инвалидов к активному участию в социокультурной жизни общества.»

Мероприятия:

- проведение образовательных программ касаемые вопросов здоровья и инвалидности, направленных на изменения отношения общества к вопросам инвалидности.
- правовое консультирование (реабилитационные центры, перечень услуг, предоставляемый инвалидам)

Источники:

1. Сборник лекций МДК 02.02. Основы реабилитации. Серов Александр Юрьевич.
<https://nsportal.ru/npo-spo/zdravookhranenie/library/2018/10/19/sbornik-lektsiy-mdk-02-02-osnovy-reabilitatsii>
2. Матанцева Т. Н., Мокерова К. С., Василова В. А. Организация логопедической работы в дошкольном образовательном учреждении // <http://e-koncept.ru/2016/56118.htm>.
3. Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ (ред. от 02.07.2021) "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 13.07.2021) Статья 40. Медицинская реабилитация и санаторно-курортное лечение <http://www.consultant.ru>
4. <https://kurort.rosminzdrav.ru/articles/2>

Вопросы для самоконтроля:

1. Назовите отличия лечебного и реабилитационного процесса?
2. Чему способствует дополнительное применение общеукрепляющих средств, ноотропов, витаминов и антиоксидантов?
3. С какой целью применяются хирургические методы лечения?
4. В каком случае хирургическое лечение можно считать составной частью стационарного этапа реабилитации инвалида?

5. Что является основным средством физической культуры?
6. Формы ЛФК?
7. Виды физических упражнений?
8. Какое влияние на организм человека оказывает санаторно-курортное лечение?
9. Какое влияние оказывает логопедические лечебно-коррекционные мероприятия?
10. Направления психосоциальной помощи?
11. На что воздействует массаж?
12. Виды физиотерапевтических процедур?
13. Что необходимо учитывать при выполнении ФУ?