Как активизировать больного

(состояние после перенесенного инсульта)

Постельный режим - не препятствие для активизации больных. Прежде всего с целью профилактики контрактур необходимо придавать парализованным конечностям в течение 1—2 ч в сутки специальное положение. Руку выпрямляют в локте и отводят в сторону на приставленный к кровати пуфик или стул под углом в 90 °С, под мышку кладут ватный валик, пальцы максимально разгибают, а для фиксации руки в нее кладут мешочек с песком весом 0,5 кг. Парализованную ногу сгибают под углом 10—15 °С в коленном суставе, подкладывают под нее валик и упирают в спинку кровати, стараясь достичь максимального сгибания стопы.

Одновременно с лечением позой следует проводить пассивную гимнастику парализованных конечностей. Пассивные движения проводятся в полном объеме в каждом суставе и осуществляются без активной помощи больного. Для этого одной рукой обхватывают парализованную конечность пациента выше разрабатываемого сустава, а другой - ниже. Темп, объем и количество движений постепенно наращивают. Одновременно важно проводить дыхательную гимнастику со вдохом при разгибании.

Приступая к упражнениям, выполняемым самим больным, необходимо проконсультироваться с врачом и методистом ЛФК. Начинать активные самостоятельные движения больной должен под наблюдением. Для начала больного присаживают в кровати на несколько минут, далее начинают помогать ходить по квартире, соразмеряя собственные силы и возможности больного, дабы избежать травматизма. Для этого больного водят, со стороны пареза закидывая ослабленную руку себе на плечо. Начав активно двигаться, больные часто неадекватно оценивают свои возможности, пытаются самостоятельно передвигаться, желательно в это время находиться рядом с больным, а ночью оставлять мочеприемник рядом с кроватью на тумбочке, а кровать загораживать. Постепенно надо начинать напоминать больному о том, что он должен работать: паретичной рукой брать в руки предметы обихода, листать книги, заводить будильник, самостоятельно одеваться, застегивать пуговицы.

{Осторожно надо относиться к вопросам проведения массажа, так как активное выполнение неквалифицированного массажа парализованных конечностей может способствовать повышению спастичности. Следует помнить, что при массаже мышц сгибателей руки и разгибателей ноги желательно лишь легкое их поглаживание. Тем не менее массаж необходим, и проводить его желательно несколько раз в день по 15—20 мин.

Чем еще можно помочь

Следует знать, что у больных, перенесших инсульт, заостряются характерологические особенности личности. Они могут становиться плаксивыми и пассивными или, наоборот, грубыми и раздражительными. Значительно страдает память, особенно плохо больные запоминают текущие события, у многих нарушена речь. Надо относиться к этим проявлениям болезни с пониманием, но не потакать больному в его прихотях и капризах, в то же время избегать конфликтов, обязательно соблюдать режим. Хорошо рассказывать больному о себе, близких, пытаться

общаться с ним на различные темы, просить рассказать о своих желаниях, называть окружающие предметы, правильно выговаривая слоги и звуки. Читать больным газеты, книги, просить пересказать прочитанное. Здоровый психологический климат в семье - залог успешного восстановления утраченных функций.

В любом случае, если произошел инсульт, следует помнить, что часть клеток мозга, нейронов, погибли, и вопрос о полном восстановлении утраченных функций, несмотря на большие компенсаторные возможности головного мозга, весьма проблематичен. Восстановление же утраченных навыков чаще всего занимает длительный промежуток времени и требует наряду с применением соответствующих медикаментозных препаратов грамотного ухода за больным и его собственного желания жить полноценной жизнью.

Успех восстановительного лечения связан с процессом обучения, следовательно, как и в школе, могут попадаться способные и менее способные, активные и пассивные пациенты.

Помочь больному в обучении - основная задача медперсонала и социально значимых лиц, но следует помнить, что только активная жизненная позиция самого больного, слаженные действия пациента и родственников способны свести к минимуму последствия перенесенного недуга.

Статью подготовила врач-невролог Силантьева О.Е.