Ежедневные движения необходимы для поддержания подвижности в суставах и мышцах. Длительное обездвиживание приводит к возникновению контрактур.

[Контрактуры](https://insultu-net.ru/контрактуры/) – это изменения анатомических структур сустава, мышц или связок, в результате которого конечность утрачивает нормальную подвижность. Сначала амплитуда движений уменьшается, потом исчезает вовсе. Поможет снизить вероятность контрактур пассивная гимнастика, особенно с обездвиженной стороны.

Движения должны быть в конечностях с обоих сторон тела

Помогайте двигать конечностями с пораженной стороны, пока не появилась сила для самостоятельных движений. Всячески стимулируйте подопечным движения со здоровой стороны. Поощряйте и хвалите, если он старается это делать регулярно.