

Задания к практическому занятию 2

по теме «Средства реабилитации. Основы лечебной физкультуры и массажа»

Уважаемый студент!

Внимательно изучите темы «Средства реабилитации. Основы ЛФК» и «Средства реабилитации. Основы массажа».

Задание 1. В дневнике охарактеризовать динамические, корригирующие, рефлекторные, дыхательные, идеомоторные упражнения, упражнения на координацию, равновесие, на расслабление и растягивание мышц по образцу.

Образец: Изометрические упражнения – упражнения, которые выполняются без движения в виде напряжения отдельных мышечных групп или одновременного напряжения мышечных групп с последующим расслаблением, без изменения длины.

Действие: увеличивают объем мышц, развивают физическую силу, выносливость, снижают или полностью устраняют атрофию, исключают замену мышечных волокон соединительной тканью, усиливают регенерацию костной ткани. Стимулируют ЦНС, нормализуют вегетативную регуляцию жизнедеятельности организма.

Пример: И.П. – стоя, руки опущены вниз, прямые ноги на ширине плеч.

Фиксация: наклон вперед с прогибом в пояснице, сведением лопаток. Руки отведены назад, с поднятыми кистями. Смотреть прямо перед собой.

Задание 2. Известно, что одной из форм проведения ЛФК является утренняя гигиеническая гимнастика, которая проводится в утренние часы. Применяемые в гигиенической гимнастике физические упражнения должны быть нетрудными. Подбирают упражнения, воздействующие на различные группы мышц и внутренние органы, с учетом состояния здоровья, физического развития и степени трудовой нагрузки больного.

Используя выше изложенную информацию, составьте комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики (7-10 упражнений) в тренирующем режиме. Информацию зафиксировать в дневнике.

Внимание! Комплекс УТГ можно снять на видео для более высокой оценки.

Задание 3. Составьте кроссворд.

Для закрепления полученных знаний по теме «Средства реабилитации. Основы массажа» предлагаю Вам составить кроссворд по изученной теме.

Составив кроссворд, Вы сможете лучше усвоить тему, закрепить и повторить понятия, термины, относящиеся к данной теме.

Алгоритм составления кроссворда:

1. Внимательно прочитайте материал лекции и учебника по данной теме.
2. Выпишите 10-15 терминов по данной теме.
3. Выберите 2-3 самых длинных термина и расположите их по горизонтали и по вертикали.
4. Остальные термины расположите по принципу пересечения с предыдущими.
5. Сформулируйте суть каждого термина профессиональным языком, четко и лаконично.
6. Оформите кроссворд.

Согласно правилам составления кроссвордов:

- 1) каждое слово, помещенное в кроссворд должно не менее двух раз пересекаться другими, идущими в перпендикулярном направлении;
- 2) если вертикальное и горизонтальное слово в кроссворде начинаются с одной клетки, то задания по вертикали и горизонтали нумеруются одинаковой цифрой;
- 3) слова, идущие в одном направлении не должны соприкасаться более чем одной буквой.

Задания к практическому занятию №1

по теме: «Организационно-методические основы реабилитации. Медицинские аспекты инвалидности. Реабилитационный процесс».

1. Прочитайте лекционный материал по теме.

2. Выполните задания.

Задание 1. Внимательно изучите представленную ниже информацию.

Составление реабилитационных программ (методические указания)

1. Составление реабилитационных программ является неотъемлемой частью при организации реабилитационно-восстановительного процесса в лечебно-профилактических учреждениях, реабилитационных центрах, санаториях.

На всех этапах реабилитационной программы предусматривается обращение к личности больного, сочетание биологических и психосоциальных форм лечебного восстановительного воздействия.

Для ее составления необходимо учитывать весь комплекс изменений (*морфологических, физиологических, психологических*) и руководствоваться правилами, которые предусматривают:

- партнерство врача, реабилитолога и пациента, определение реабилитационного потенциала больного, особенно его двигательных возможностей
- разносторонность воздействий, т.е. учет всех сторон реабилитации для каждого больного
- комплексность лечебно-восстановительных мероприятий, ступенчатость (переходность) проводимых воздействий (позаппное назначение восстановительных мероприятий с учетом динамики функционального состояния больного).

Определение реабилитационного потенциала больного является существенным моментом при подготовке программы и требует решения нескольких основных задач:

- Выяснение характера двигательных нарушений и степени ограничения двигательной функции.
- Определение возможности полного или частичного морфологического и функционального восстановления у больного поврежденного звена ОДА, либо нарушенной функции поврежденного органа или системы.
- Дальнейший прогноз развития адаптационных и компенсаторных возможностей организма больного при данном заболевании.
- Оценка физической работоспособности организма в целом и функциональной способности отдельных органов и систем с учетом определения переносимости различных по характеру, объему и интенсивности физических нагрузок в процессе реабилитации.

Результаты оценки реабилитационного потенциала следует рассматривать в динамике, что позволяет объективно устанавливать эффективность реабилитационной программы и отдельных занятий с целью их последующей коррекции.

2. Реабилитационная программа. Составные части реабилитационной программы

Любая реабилитационная программа должна состоять из 2-ух частей:

- медицинская
- непосредственно программа физической реабилитации

Реабилитационная программа больного:

Ф.И.О. _____

(паспортные данные)

Дата и время поступления в клинику:

Пол:

Возраст:

Профессия, место работы:

Место жительства:

Диагноз: _____ (при поступлении, если есть сопутствующий)

(данные субъективного обследования)

Жалобы: _____ основные, сопутствующие (на настоящее время). (Каждая жалоба должна быть описана самым подробным образом)

Анамнез заболевания: _____

Анамнез жизни: _____

(данные объективного исследования)

Настоящее состояние больного (объективные данные): _____

(физическая реабилитация)

Этап реабилитации: _____

Двигательный режим: _____

Средства и методы реабилитации: _____ (применяемые на данном этапе в соответствии с двигат. режимом) ЛФК, массаж, физиотерапия, трудотерапия, музыкотерапия, фитотерапия, аэротерапия, мануальное воздействие, медикаментозная коррекция и т.д.

Формы и содержание метода: _____

ЛФК - УГГ, дозирована ходьба, ЛГ

для массажа - лечебный, гигиенический, сегментарно-рефлекторный

для ФЗТ - гальванизация, электрофорез, УВЧ, СВЧ, дарсонвализация, ДДТ, СМТ, амплипульстерапия и т.д.

Приблизительный режим дня больных

7.00 - Подъём

7.30-8.00 - Утренний туалет больных (санитарно-гигиенические процедуры)

8.00 - УГГ (1 - клинико-физиологическое обоснование применения УГГ, 2 - приблизительный комплекс упражнений). Здесь необходимо расписать упражнения, функциональный контроль адекватности нагрузки.

8.30 - Приём лекарств

8.30-9.00 - Завтрак

9.00-10.00 - Врачебный обход (реабилитолог совместно с лечащим врачом)

10.30 - Лечебный массаж (1- клинико-физиологическое обоснование применения массажа на данный момент, 2- описать вид массажа и его методику, ежедневно или через день, а также сочетание данного вида массажа с другими методами реабилитации)

11.30 - Лечебная гимнастика (1- клинико-физиологическое обоснование применения ЛГ на данный момент, 2 - приблизительный комплекс упражнений, расписать содержание ЛГ, функциональный контроль адекватности нагрузки)

12.10 - Физиотерапия (1- клинико-физиологическое обоснование применения ФЗТ в данный момент, 2 - приблизительный комплекс упражнений, расписать содержание ЛГ, функциональный контроль адекватности метода ФЗТ)

13.00-13.30 - Приём лекарств

13.30-14.30 - Обед

14.30-16.30 - Послеобеденный отдых

17.00-19.00 - Посещение больных родственниками.

17.30 - Дозированная ходьба, терренкур (Т) и т.д. (1- клинико-физиологическое обоснование применения ДХ или Т на данный момент, 2 - расписать содержание ДХ или Т, функциональный контроль адекватности нагрузки)

18.30 - Аэротерапия, музыкотерапия или фитотерапия (то же)

19.00-19.30 - Прием лекарств

19.30-20.00 - Ужин

20.00-21.30 - Свободное время (интеллектуальные игры, аутотренинг и т.д.)

21.30-22.00 Вечерний туалет

22.00-7.00 - Сон.

Исход реабилитации и оценка степени восстановления больного на данном этапе:

(функциональные показатели, общее состояние больного и т.д.)

Рекомендации: _____ (перевести на следующий этап, внести изменения и продлить текущий этап реабилитации, выписать, дать комплекс ФР больному для самостоятельных занятий на дому и т.д.).

3. Данные объективного исследования, которые освещаются по мере получения сведений при изучении органов и систем больного с помощью осмотра, пальпации, перкуссии, аускультации (физикальных методов исследования).

4. Данные дополнительного исследования (относятся к объективному исследованию):

а) клинические и биохимические исследования крови, мочи, других плотных и жидких сред организма (слюна, лимфа, экссудат, асцит и т. д.);

б) функциональные исследования;

в) другие диагностические исследования, основанные на применении сложных диагностических приборов, аппаратов и целых систем (эндоскопических, рентгенологических, компьютерной техники и др.).

3. Исходы реабилитации и оценка степени восстановления

Степень восстановления может быть оценена по четырехбалльной шкале: полное восстановление; частичное восстановление; без изменения от исходного уровня; ухудшение.

Согласно материалам Международного отдела по вопросам труда разработана следующая шкала динамики восстановления и возможных исходов заболеваний и оценка функциональных возможностей:

1. Восстановление функциональной способности в той или иной степени.

Полное восстановление. Частичное восстановление.

Компенсация при ограниченном восстановлении функций и отсутствии восстановления.

Замещение (ортопедическое или хирургическое) при отсутствии восстановления.

2. Восстановление адаптации к повседневной и профессиональной жизни.

Воспитание готовности к труду и бытовой деятельности. Трудотерапия. Вовлечение в трудовой процесс - определение пригодности к трудовой деятельности, переподготовка.

Диспансерное обслуживание реабилитируемых.

Изучение ближайших и отдаленных результатов реабилитационных мероприятий позволяет планомерно и эффективно вести весь процесс реабилитации, определяя основные задачи на каждом из этапов, и путем подбора комплекса адекватных и эффективных средств добиваться благополучного результата.

**Согласно полученным методическим указаниям, составьте ИПР в отношении пациента.
Для удобства используйте форму (скачать в интернете).**

Задание 2. Решите тестовые задания по теме (по указанной ссылке).