

ОГЛАВЛЕНИЕ

Участники издания	14
Предисловие	25
Список сокращений и условных обозначений.....	27
Раздел I. Медико-психосоциальная реабилитация больных и лиц с ограниченными возможностями	29
Глава 1. Медицинская и психосоциальная реабилитация больных и лиц с ограниченными возможностями (В.А. Епифанов, М.С. Петрова).....	31
1.1. Цели, задачи, предмет реабилитации	31
1.2. Принципы и основные направления реабилитации	32
1.3. Виды реабилитации.....	34
1.4. Реабилитационная необходимость, способность и прогноз (потенциал).....	35
1.5. Организация медицинской реабилитации	36
Список литературы.....	39
Глава 2. Международная классификация последствий заболевания и Международная классификация функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (ред. Э.И. Аухадеев)	40
2.1. Общая характеристика (Э.И. Аухадеев, Р.А. Бодрова, Г.М. Каримова)	40
2.2. Структура Международной классификации функционирования (Э.И. Аухадеев, Р.А. Бодрова)	42
Список литературы.....	52
Раздел II. Основы функционального исследования в лечебной физической культуре (кинезитерапии).....	55
Глава 3. Исследование физической работоспособности (В.А. Епифанов, А.В. Епифанов)	57
3.1. Понятие о физической работоспособности	57
3.2. Стандартизация тестов.....	61
3.2.1. Медицинский осмотр.....	61
3.2.2. Функциональные пробы с физической нагрузкой	61
3.2.3. Виды нагрузок	62
3.2.4. Организация тестирования и меры предосторожности.....	63
3.3. Медицинский осмотр	65
3.4. Функциональные пробы с физической нагрузкой	72
3.4.1. Неспецифические функциональные пробы.....	72
3.4.2. Специфические функциональные пробы.....	77
3.4.3. Исследование максимального потребления кислорода.....	78
3.4.4. Определение физической работоспособности по тесту PWC ₁₇₀	88
3.5. Другие методы оценки физической работоспособности (А.Я. Синицына).....	90
3.6. Тестирование физической работоспособности с помощью специфических нагрузок	96

3.7. Врачебное заключение.....	97
Список литературы.....	97
Раздел III. Биомеханика опорно-двигательного аппарата.....	99
Глава 4. Биомеханика опорно-двигательного аппарата (В.А. Епифанов).....	101
4.1. Опорно-двигательный аппарат.....	101
4.2. Костные рычаги.....	103
4.3. Биокинематические пары и цепи.....	105
4.4. Плоскости (оси).....	107
4.5. Центр тяжести и равновесие тел.....	107
4.6. Биомеханика мышц.....	112
4.7. Естественные локомоции циклического характера.....	114
Список литературы.....	117
Раздел IV. Клиническая характеристика средств и форм лечебной физической культуры.....	119
Глава 5. Лечебная физическая культура в системе здравоохранения Российской Федерации (О.В. Кривонос).....	121
5.1. Квалификационные требования, подготовка, аккредитация и аттестация сотрудников.....	121
5.2. Должностные инструкции специалистов лечебной физической культуры.....	123
5.3. Материально-техническое оснащение отделений, кабинетов, залов лечебной физической культуры.....	123
5.4. Перечень нормативных правовых актов и рекомендаций, регулирующих деятельность в области медицинской физической культуры и спортивной медицины.....	124
Список литературы.....	127
Приложение.....	127
1. Форма: должностная инструкция врача по лечебной физкультуре (подготовлена для системы КонсультантПлюс, 2021).....	127
2. Форма: должностная инструкция инструктора-методиста по лечебной физкультуре (подготовлена для системы КонсультантПлюс, 2021).....	139
3. Форма: должностная инструкция инструктора по лечебной физкультуре (подготовлена для системы КонсультантПлюс, 2021).....	142
Глава 6. Лечебная физическая культура (В.А. Епифанов).....	145
6.1. Кинезитерапия.....	145
6.2. Лечебная физическая культура.....	146
6.2.1. Общая характеристика метода лечебной физической культуры.....	146
6.2.2. Механизмы лечебного применения физических упражнений.....	150
6.2.3. Средства лечебной физической культуры.....	153
6.2.4. Формы и методы лечебной физической культуры.....	159
6.2.5. Дозирование физической нагрузки.....	163
6.2.6. Двигательный режим.....	164
6.3. Методы, используемые в лечебной физической культуре.....	170
6.3.1. Метод коррекции.....	170

6.3.2. Метод лечения положением (постуральные положения, позиционирование)	170
6.3.3. Метод аутогенной тренировки	171
6.3.4. Физические упражнения в воде	171
6.3.5. Тракционная терапия	174
6.3.6. Механотерапия (тренажеры)	174
6.3.7. Метод «проприоцептивного нейромышечного облегчения» (PNF).....	177
6.3.8. Метод лечения с использованием рефлексов (Бобат-терапия)	178
6.3.9. Метод сестры Е. Кенпу	179
6.3.10. Иппо- и дельфинотерапия как особая форма лечебной физической культуры	179
6.3.11. Миофасциальный релиз.....	180
6.3.12. Ортезирование.....	183
6.3.13. Роботизированная механотерапия в реабилитации двигательной функции.....	188
6.3.14. Пилатес.....	192
6.3.15. Кинезиотейпирование.....	192
6.4. Эрготерапия (трудотерапия).....	194
Список литературы.....	195
Глава 7. Лечебный (классический) массаж (М.А. Ерёмушкин)	197
7.1. Классификация систем и видов массажа	197
7.2. Особенности «классической» техники массажа	197
7.3. Основные механизмы действия	202
7.4. Критерии дозирования массажного воздействия.....	204
7.5. Комбинирование массажа с другими физиотерапевтическими процедурами	206
7.6. Нормативно-правовая база специальности «Медицинский массаж»	207
Список литературы.....	208
Глава 8. Спортивный массаж (ред. А.В. Елифанов)	209
8.1. Системы спортивного массажа (В.А. Елифанов, А.В. Елифанов)	209
8.2. Формы и методы массажа	211
8.3. Виды спортивного массажа	211
8.4. Приемы массирования	214
Список литературы.....	215
Глава 9. Рефлексотерапия (М.А. Елфимов)	216
9.1. Предмет рефлексотерапии: цели и задачи.....	216
9.2. Особенности метода	217
9.3. Выбор точек.....	217
9.4. Методы воздействия.....	218
9.5. Частота, длительность лечения и лечебные циклы	219
9.6. Нормативно-правовая база специальности «Рефлексотерапия»	219
Список литературы.....	220
Глава 10. Мануальная медицина (терапия) (А.Ф. Беляев, Ю.О. Новиков).....	221
10.1. Предмет мануальной терапии.....	221
10.2. Основные принципы мануальной диагностики и терапии	223
10.3. Основные методики мануальной терапии.....	226
Список литературы.....	227

Глава 11. Психотерапия в реабилитационном процессе (ред. Д.Ф. Хритинин)	228
11.1. Метод психотерапии (Ж.Р. Гарданова, Д.Ф. Хритинин, М.А. Некрасов)	228
11.2. Психотерапия в комплексном реабилитационном процессе	231
11.3. Психосоциальная реабилитация	234
11.4. Применение средств виртуальной реальности в когнитивной и двигательной реабилитации (С.Е. Назарян, В.И. Пустовойт)	237
Список литературы	239
Глава 12. Санаторно-курортное лечение (ред. А.Н. Разумов, М.С. Петрова)	241
12.1. Санаторно-курортная помощь (А.Н. Разумов, И.И. Иванова, В.В. Манихин)	241
12.2. Порядок организации санаторно-курортного лечения (А.Н. Разумов, М.С. Петрова, А.Н. Елизаров)	242
12.3. Нормативно-правовое регулирование медицинской помощи по санаторно-курортному лечению (М.С. Петрова)	243
12.4. Курс санаторно-курортного лечения и санаторно-курортный режим (В.А. Епифанов, И.И. Иванова, Е.В. Филатова)	244
12.5. Средства лечебной физической культуры (Т.А. Трофимчук, Н.А. Самсонова)	247
12.6. Методы применения физических упражнений (В.А. Епифанов)	252
12.7. Климатотерапия (Е.В. Филатова, И.И. Иванова, В.И. Пустовойт)	252
12.8. Критерии эффективности санаторно-курортного лечения (Е.В. Филатова, И.И. Иванова)	259
Список литературы	260
Раздел V. Физическая реабилитация больных с различной патологией	261
Глава 13. Кардиореабилитация	263
13.1. Задачи и этапы кардиореабилитации (Г.П. Арутюнов)	263
13.2. Методы, применяемые в кардиореабилитации	264
13.3. Реабилитационные программы	264
13.4. Ишемическая болезнь сердца (В.А. Епифанов)	266
13.5. Инфаркт миокарда (В.А. Епифанов)	269
13.6. Артериальная гипертензия (В.А. Епифанов)	274
13.7. Санаторный период физической реабилитации (О.В. Киригенко)	278
13.8. Особенности кардиореабилитационных программ у отдельных групп пациентов (Н.В. Ломакин)	283
13.9. Лечебная физическая культура в комплексном лечении больных ишемической болезнью сердца с нарушениями сердечного ритма (В.А. Маргазин, А.В. Коромыслов)	284
Список литературы	289
Глава 14. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания (ред. Е.В. Крюков)	290
14.1. Лечебная физическая культура при заболеваниях легких (И.Н. Макарова)	290
14.2. Обоснование и методики лечебной физической культуры при заболеваниях органов дыхания	291
14.3. Виды физических упражнений, используемых при заболеваниях органов дыхания	294

14.4. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания.....	297
14.4.1. Лечебная физическая культура при пневмонии	297
14.4.2. Лечебная физическая культура при новой коронавирусной инфекции (Е.В. Крюков, И.Н. Макарова)	299
14.4.3. Лечебная физическая культура при бронхиальной астме (И.Н. Макарова)	304
14.4.4. Физическая реабилитация пациентов с хронической обструктивной болезнью легких (хронический бронхит, эмфизема легких)	306
14.4.5. Физическая реабилитация пациентов с заболеваниями дыхательной системы в санаторно-курортных организациях	307
Список литературы	309
Глава 15. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения (ред. И.В. Маев)	311
15.1. Особенности реабилитации при заболеваниях пищеварительной системы (И.В. Маев, Е.Г. Лебедева)	311
15.2. Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь	312
15.3. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки	315
15.4. Хронический гастрит	319
15.5. Заболевания поджелудочной железы и желчного пузыря	324
15.6. Хронические воспалительные заболевания кишечника	333
15.7. Синдром раздраженного кишечника	335
15.8. Неалкогольная жировая болезнь печени (В.А. Епифанов, М.С. Петрова).....	337
Список литературы.....	353
Глава 16. Физическая реабилитация при болезнях эндокринной системы и нарушениях обмена веществ (Д.О. Ладыгина)	354
16.1. Метаболический синдром.....	354
16.2. Сахарный диабет	357
16.3. Диабетическая невропатия, синдром диабетической стопы.....	364
16.4. Ожирение.....	365
Список литературы.....	371
Приложение. Правила ухода за ногами при сахарном диабете.....	371
Глава 17. Физическая реабилитация в неврологии и нейрохирургии (ред. М.С. Петрова).....	373
17.1. Восстановление нарушенных двигательных функций у лиц с патологией центральной нервной системы на основе концепции Н.А. Бернштейна «О построении движений» (Э.И. Аухадеев, Р.А. Бодрова, В.С. Комарницкий)	373
17.2. Нарушения мозгового кровообращения	387
17.2.1. Определение инсульта, факторы риска, классы и уровни доказательности (В.А. Епифанов)	388
17.2.2. Компенсаторно-восстановительное лечение в отделении интенсивной терапии (В.И. Шмырев, И.И. Иванова)	394
17.2.3. Компенсаторно-восстановительное лечение в палатах ранней реабилитации неврологического отделения стационара (В.А. Епифанов, А.В. Епифанов)	413

17.2.4. Компенсаторно-восстановительное лечение на амбулаторно-поликлиническом и санаторном этапах реабилитации.....	425
17.2.5. Постинсультный болевой синдром.....	428
17.3. Черепно-мозговая травма (А.В. Епифанов).....	432
17.4. Дорсопатия (боль в спине) (В.А. Епифанов).....	438
17.4.1. Болевые синдромы в шейном отделе, плечевом поясе и верхних конечностях.....	439
17.4.2. Болевые синдромы в пояснично-крестцовом отделе и нижних конечностях.....	452
17.5. Болезнь Паркинсона (Н.А. Амосова, И.Г. Смоленцева, М.С. Петрова) ...	466
Приложение 1. Методика проведения лечебной физической культуры при болезни Паркинсона.....	474
17.6. Рассеянный склероз (И.Г. Смоленцева, Н.А. Амосова, М.С. Петрова)	479
17.7. Позвоночно-спинномозговая травма (В.А. Епифанов, Н.Е. Хорева)	482
17.7.1. Этиология, механизмы повреждения, классификация позвоночно-спинномозговой травмы.....	482
17.7.2. Оценка неврологического статуса пациента и вегетативного статуса	483
17.7.3. Этапы оказания специализированной медицинской помощи при травме спинного мозга	486
17.8. Новые технологии в области нейрореабилитации (Н.Б. Троицкая).....	497
Список литературы.....	498
Глава 18. Физическая реабилитация пациентов, перенесших новую коронавирусную инфекцию COVID-19 (ред. А.Г. Чугалин).....	500
18.1. Клинические варианты и проявления новой коронавирусной инфекции (В.А. Епифанов, А.В. Епифанов)	500
18.2. Этапы медицинской реабилитации.....	502
18.2.1. Первый и второй этапы медицинской реабилитации (В.А. Епифанов, М.С. Петрова)	502
18.2.2. Третий этап медицинской реабилитации (М.С. Петрова, К.Н. Назарова).....	512
18.3. Постковидный синдром (А.В. Епифанов, О.С. Медведев).....	517
18.4. «Комплексная тренировка мозга» («умственный» фитнес) у больных с легкими и умеренными когнитивными нарушениями (Ю.М. Лоцманова, Т.А. Гаврилова)	519
Список литературы.....	523
Глава 19. Инфекционные болезни (ред. Н.Д. Ющук)	524
19.1. Кишечные инфекции (В.А. Епифанов, М.С. Петрова, А.В. Епифанов).....	524
19.1.1. Вирусные кишечные инфекции.....	524
19.1.2. Вирусные гепатиты	529
19.2. Инфекция дыхательных путей (В.А. Епифанов, М.С. Петрова, А.В. Епифанов)	532
19.2.1. Катарально-респираторный синдром	532
19.2.2. Оздоровительные технологии.....	532
19.3. Туберкулез (В.А. Епифанов, И.И. Иванова).....	535
19.4. ВИЧ-инфекция (А.В. Епифанов, М.С. Петрова)	538
Список литературы.....	543

Глава 20. Физическая реабилитация в хирургии (ред. <i>К.В. Котенко, О.В. Кривонос</i>)	544
20.1. Заболевания системы кровообращения хирургического профиля (<i>Ю.В. Белов, Э.Р. Чаргян, А.А. Еременко, Н.Б. Коргажкина</i>)	544
20.1.1. Лечебная физическая культура при хирургических вмешательствах по поводу пороков сердца.....	544
20.1.2. Лечебная физическая культура при аортокоронарном шунтировании и резекции постинфарктной аневризмы левого желудочка	546
20.1.3. Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах на крупных сосудах.....	547
20.2. Заболевания органов дыхания хирургического профиля (<i>Д.В. Базаров, А.А. Михайлова, О.Б. Поволоцкая</i>)	548
20.2.1. Врожденные и приобретенные пороки развития бронхолегочной системы.....	548
20.2.2. Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах на легких	549
20.3. Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах на органах пищеварения (<i>А.Л. Беджанян, Ю.В. Фролова, А.Л. Шестаков, А.В. Бутенко, И.А. Боева, И.А. Тарасова, Т.Т. Битаров, А.А. Михайлова, А.Т. Цховребов</i>)	552
20.3.1. Методы оперативного вмешательства на органах пищеварения	552
20.3.2. Средства и формы лечебной физической культуры.....	553
20.3.3. Лечебная физическая культура при оперативных вмешательствах при онкологических заболеваниях органов пищеварения	556
20.3.4. Лечебная физическая культура и послеоперационная реабилитация при онкологических заболеваниях желудочно-кишечного тракта у пациентов пожилого и старшего возраста	558
Список литературы.....	560
Глава 21. Физическая реабилитация в гинекологии и акушерстве (ред. <i>Л.В. Адамян</i>).....	562
21.1. Физическая реабилитация в гинекологии (<i>Н.Б. Коргажкина, В.А. Епифанов</i>).....	563
21.1.1. Воспалительные заболевания органов малого таза	563
21.1.2. Физическая реабилитация при гормонозависимых заболеваниях женских половых органов	565
21.1.3. Физическая реабилитация при аномальных положениях матки....	566
21.1.4. Физическая реабилитация при трубно-перитонеальном бесплодии	568
21.1.5. Физическая реабилитация после хирургических вмешательств (<i>Ж.Л. Холодова, В.А. Епифанов</i>).....	569
21.2. Физические упражнения в акушерстве (<i>В.А. Епифанов, Н.Б. Коргажкина</i>)	572
21.2.1. Физические упражнения, подготавливающие женщину к активному участию в родах.....	573
21.2.2. Физические упражнения при беременности, осложненной заболеваниями сердечно-сосудистой системы	578
21.2.3. Массаж в период беременности	580

21.2.4. Санаторно-курортное лечение беременных.....	581
21.2.5. Физические упражнения в родах.....	582
21.2.6. Физические упражнения в послеродовом периоде.....	583
21.2.7. Закаливающие методы воздействия.....	584
Список литературы.....	584
Глава 22. Физическая реабилитация при заболевании мочевыводящих путей (ред. П.В. Глыбошко).....	586
22.1. Мочекаменная болезнь (В.А. Епифанов, Н.Б. Коргажкина).....	586
22.2. Хронический пиелонефрит.....	590
22.3. Хронический (рецидивирующий) цистит.....	592
22.4. Стрессовое недержание мочи у женщин.....	594
22.5. Спланхноптоз.....	601
22.5.1. Нефроптоз.....	601
22.5.2. Опущение мочевого пузыря (цистоцеле).....	602
22.5.3. Восстановительное лечение.....	602
Список литературы.....	608
Глава 23. Физическая реабилитация при повреждениях костно-мышечной системы (ред. А.В. Епифанов, Н.В. Ярыгин).....	609
23.1. Травматическая болезнь (А.В. Епифанов).....	609
23.2. Переломы костей.....	610
23.2.1. Задачи и основные принципы лечения переломов.....	610
23.2.2. Периоды восстановительного лечения.....	610
23.3. Переломы хирургической шейки плеча.....	626
23.4. Вывихи суставов.....	630
23.5. Растяжение и разрывы связочного аппарата коленного сустава.....	631
23.6. Повреждение пяточного (ахиллова) сухожилия.....	638
23.7. Неосложненные повреждения позвоночника (В.А. Епифанов).....	639
23.7.1. Повреждения шейного отдела позвоночника.....	641
23.7.2. Повреждения грудного и поясничного отделов позвоночника.....	641
23.8. Массаж при повреждениях опорно-двигательного аппарата.....	645
23.9. Ожоги.....	646
Список литературы.....	650
Глава 24. Физическая реабилитация при заболеваниях костно-мышечной системы (ред. А.В. Епифанов, Н.В. Ярыгин).....	651
24.1. Болезнь Бехтерева (В.А. Епифанов).....	651
24.2. Сколиоз.....	653
24.3. Скелетно-мышечные боли (А.В. Епифанов).....	662
24.3.1. Миофасциальный болевой синдром.....	662
24.3.2. Фибромиалгия.....	663
24.3.3. Восстановительное лечение.....	664
24.4. Мышечные синдромы при заболевании плечевого сустава.....	666
24.4.1. Плечелопаточный периартрит.....	666
24.4.2. Адгезивный капсулит.....	667
24.4.3. Импинджмент-синдром.....	668
24.4.4. Восстановительное лечение.....	669
24.5. Дегенеративно-дистрофические поражения суставов.....	672
24.5.1. Остеоартроз тазобедренного сустава (Ю.Е. Ширяев, В.А. Епифанов).....	672

24.5.2. Остеоартроз коленного сустава.....	678
24.5.3. Реабилитация пациентов после эндопротезирования тазобедренного сустава (И.Б. Героева)	685
24.5.4. Реабилитация пациентов после эндопротезирования коленного сустава	692
Список литературы.....	694
Глава 25. Физическая реабилитация в стоматологии (ред. О.О. Янушевич)	695
25.1. Лечебная физическая культура в стоматологии (В.А. Епифанов, А.В. Епифанов)	696
25.1.1. Средства лечебной физической культуры	696
25.1.2. Формы лечебной физической культуры	699
25.2. Механотерапия	702
25.3. Мануальная терапия	703
25.4. Массаж	703
25.5. Ортопедические методы лечения	705
25.6. Лечебная физическая культура при некоторых заболеваниях и травмах челюстно-лицевой области	706
25.6.1. Бруксизм	706
25.6.2. Неправильный (патологический) прикус.....	709
25.6.3. Болевая дисфункция височно-нижнечелюстного сустава	713
25.6.4. Осложнения после перенесенных невритов лицевого нерва	716
25.6.5. Одонтогенные воспалительные заболевания.....	721
25.6.6. Травмы челюстно-лицевой области	723
25.6.7. Дополнительные методы (Е.С. Галсанова)	725
Список литературы.....	726
Глава 26. Физическая реабилитация в офтальмологии (ред. К.В. Котенко)	727
26.1. Основные глазные заболевания (К.В. Котенко, Н.Б. Коргажкина, Ю. Юсеф, В.М. Шелудженко, А.А. Михайлова, А.К. Дракон)	727
26.2. Тренировка оптическими линзами.....	727
26.3. Лечебная физическая культура при миопии.....	732
26.4. Близорукость и занятия лечебной физической культурой и спортом (В.А. Епифанов)	737
Список литературы.....	740
Глава 27. Физическая реабилитация в педиатрии (ред. М.А. Хан)	742
27.1. Особенности лечебной физической культуры и массажа у детей (М.А. Хан, В.А. Епифанов, Е.Л. Вахова, Е.М. Тальковский)	742
27.2. Новые технологии лечебной физической культуры в педиатрии (В.А. Епифанов, М.А. Хан, Е.Л. Вахова, О.Ю. Смотрина, Т.А. Королёва).....	758
27.3. Физическая реабилитация детей с различными заболеваниями	770
27.3.1. Физическая реабилитация детей с заболеваниями органов дыхания (М.А. Хан, В.А. Епифанов, Н.А. Лян)	770
27.3.2. Физическая реабилитация детей с детскими церебральными параличами (Т.Т. Батышева, О.В. Быкова, Ю.А. Климов, С.В. Тихонов, Е.А. Селиванова)	782
27.3.3. Физическая реабилитация детей с травмой позвоночника (В.А. Епифанов, М.А. Хан, Е.Л. Вахова)	788

27.3.4. Физическая реабилитация детей с заболеваниями мочевой системы (М.А. Хан, В.А. Епифанов, Е.В. Новикова).....	792
27.3.5. Физическая реабилитация детей с заболеваниями органов пищеварения (В.А. Епифанов, М.А. Хан, Е.М. Тальковский)	800
27.3.6. Физическая реабилитация детей с новой коронавирусной инфекцией COVID-19 (М.С. Петрова, М.А. Хан, Н.А. Микитченко)	805
Список литературы.....	815
Глава 28. Медицинская реабилитация пожилых и лиц старшего возраста	
(ред. Е.Н. Перец)	816
28.1. Основные факторы и проблемы качества жизни (И.В. Поденок).....	816
28.2. Возрастные изменения в процессе старения (Е.Н. Перец, И.В. Поденок)	817
28.3. Клинические проявления болезни и реабилитация больных пожилого возраста (И.В. Поденок).....	820
28.4. Здоровый образ жизни.....	827
28.5. Школа здоровья.....	829
Список литературы.....	831
Глава 29. Медицинская реабилитация в онкологии (ред. Е.С. Конева).....	
29.1. Современные методы противоопухолевой терапии (Е.С. Конева)	833
29.2. Система медицинской реабилитации и ее нормативно-правовое обеспечение	833
29.3. Методы медицинской реабилитации	834
29.4. Пререабилитация.....	836
29.5. Медицинская реабилитация отдельных онкологических заболеваний	837
29.5.1. Рак молочной железы.....	837
29.5.2. Саркомы костей.....	838
29.6. Социальная реабилитация (В.А. Епифанов).....	839
29.7. Спорт как лекарство	839
29.8. Психологическая реабилитация онкологических больных (Е.В. Гусакова, Г.А. Ткаченко)	841
Список литературы.....	842
Глава 30. Занятия лечебной физической культурой с людьми, отнесенными к специальной медицинской группе (Е.Н. Каленик)	
30.1. Характеристика медицинских групп для занятий лечебной физической культурой.....	843
30.2. Организация и проведение занятий лечебной физической культурой	845
30.3. Особенности проведения занятий лечебной физической культурой при различных заболеваниях.....	849
30.4. Оздоровительный эффект физических упражнений	865
Список литературы.....	865
Глава 31. Спортивная реабилитация (ред. А.С. Самойлов)	
31.1. Спортивная реабилитация как часть восстановительной медицины (С.Е. Назарян)	866
31.2. Принципы спортивной реабилитации	867
31.3. Этапы реабилитационного процесса.....	869

31.4. Пути повышения эффективности подготовки спортсменов (<i>М.С. Петрова</i>)	875
31.5. Преабилизация в спортивной медицине (<i>А.В. Епифанов</i>)	876
31.6. Психоэмоциональные особенности спортсменов в период реабилитационно-восстановительного лечения (<i>С.Е. Назарян</i>).....	880
31.7. Гипоксические тренировки (<i>В.И. Пустовойт</i>).....	882
Список литературы.....	886
Предметный указатель.....	888

Глава 1

Медицинская и психосоциальная реабилитация больных и лиц с ограниченными возможностями

1.1. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ, ПРЕДМЕТ РЕАБИЛИТАЦИИ

Термин «реабилитация» происходит от латинских слов «*re*» — восстановление и «*habilis*» — способность, то есть «*rehabilis*» — восстановление способности (свойств).

Реабилитация — это восстановление здоровья, функционального состояния и работоспособности организма, нарушенного болезнями, травмами или физическими, химическими и социальными факторами.

Реабилитация [по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)]: «Реабилитация является совокупностью мероприятий, призванных обеспечить лицам с нарушениями функций вследствие болезней, травм и врожденных дефектов приспособления к новым условиям жизни в обществе, в котором они живут».

При этом если **реабилитация** рассматривается как совокупность мероприятий, применяемых для становления и развития физического, личностного и социального статуса пациентов при врожденных и приобретенных в раннем детстве патологических состояниях, то **реабилитация** трактуется с позиций восстановления (возвращения к исходному состоянию) физического, личностного и социального статуса при заболеваниях, возникших у пациентов остальных возрастных групп.

Цели реабилитации

1. Эффективное и раннее возвращение пациентов и инвалидов к трудовым и бытовым процессам, в общество.
2. Восстановление личностных свойств человека, духовного и психологического статуса.

Задачи реабилитации

- Полноценное восстановление функциональных возможностей различных систем организма и опорно-двигательного аппарата (ОДА).

- Развитие компенсаторных приспособлений к условиям повседневной жизни и труду.
- Восстановление бытовых возможностей.
- Предупреждение развития патологических процессов, то есть осуществление мер вторичной профилактики.

Отличия лечебных мероприятий от реабилитационных мероприятий

Задачи лечебных мероприятий заключаются в попытке ликвидации этиологического фактора, раскрытии патогенетических механизмов и построении патогенетического лечения, стремлении к восстановлению нарушенных заболеванием функций либо при невозможности излечения в попытке уменьшения проявлений заболевания, борьбе с возможными осложнениями и прогрессированием заболевания. Конечная цель лечения — достичь выздоровления или улучшения состояния, уменьшения проявлений заболевания, его симптомов до той степени, при которой пациент ощущает себя либо здоровым, либо способным вести привычный для себя образ жизни, не испытывая при этом дискомфортных ощущений.

Задача реабилитации больных и инвалидов состоит в том, чтобы с помощью системы координированно проводимых мероприятий медицинского, психологического, социального плана максимальное количество пациентов с различными заболеваниями и повреждениями восстановили свой статус настолько, чтобы по возможности избежать инвалидности или иметь наименьшую степень снижения трудоспособности, быть интегрированными в общество с достижением максимально возможной социальной и экономической независимости.

Основное, общее в реабилитации и лечении, что их объединяет, — это личность больного как высший уровень интеграции жизнедеятельности. Важным различием концепций реабилитации и лечения является «конечная точка». Вместе с тем лечение и реабилитация — это неразрывные части единого процесса.

1.2. ПРИНЦИПЫ И ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАБИЛИТАЦИИ

Основные принципы медицинской реабилитации представлены на рис. 1.1.

Трудоустройство реабилитированного пациента (инвалида), во-первых, является логическим завершением реабилитации (возвращение к труду); во-вторых, означает не предоставление работы в облегченных условиях, а скорее, возвращение к прежней путем создания соответствующего рабочего места; в-третьих, предусматривает полное самообеспечение пациента (инвалида), его материальную поддержку.

В настоящее время выделяют несколько направлений реабилитации (табл. 1.1).

Ноореабилитация выделена как ведущее направление в связи с тем, что именно от интеллектуальных свойств, их сохранности и уровня зависит многое, связанное с осмыслением пациентом всех других направлений реабилитации, методов их реализации.

Эгореабилитация имеет также особое значение как внутренний фактор «контекста здоровья», связанный с индивидуально-типологическими, врожденными свойствами и приобретенными личностными качествами пациента. Пациент может потерять какие-то свойства, необходимые для деятельности, которые представляют ядро его развития как личности. Тогда происходит разрушение личности и возникает психологическое явление, которое может быть названо «деперсонализацией», и реабилитация принимает смысл «реперсонализации».

Реперсонализация — процесс, связанный с восстановлением личности — глубоко мотивированной деятельности, обеспечивающей пациенту социальный статус, являющийся основным проявлением пациента как личности (Аухадеев Э.И.).

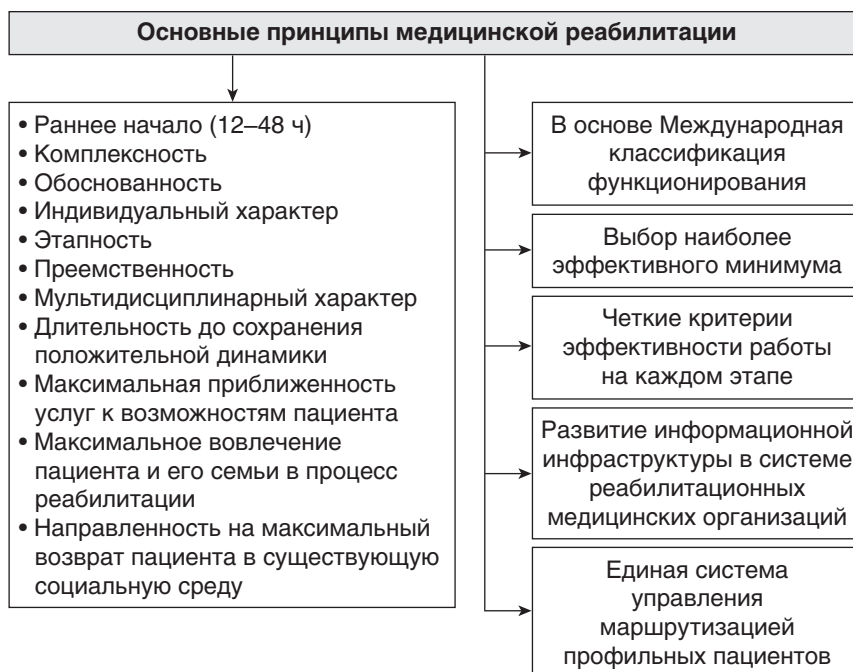


Рис. 1.1. Основные принципы медицинской реабилитации

Таблица 1.1. Основные направления реабилитации (Аухадеев Э.И.)

Направление	Содержание направления
Ноореабилитация	Восстановление интеллекта — свойств, которые лежат в его основе
Психореабилитация	Сохранение и восстановление психических функций индивида (эмоциональной, волевой и др. свойств) в Международной классификации нарушений, ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности (МКН), подробно детализированных в классе «Другие психические нарушения»
Сенсорреабилитация	Восстановление не только отдельных органов чувств, но и способности к синтезу различных ощущений — к восприятию
Логореабилитация	Восстановление внешней произносительной стороны речи, переходящей во внутреннюю языковую функцию: речевого дыхания, фонетики, фонематики, лексики и логики
Кинезореабилитация	Восстановление способности решать двигательные задачи в различных условиях и требованиях жизнедеятельности: от самых простых (механических) до сложных, имеющих интеллектуальное содержание. Восстановление двигательной функции не только при повреждениях ОДА (костно-суставной и мышечной системы), но и повреждении структур и функций аппарата управления движением (центральной и периферической нервной системы)
Вегетореабилитация	Восстановление «трофологического статуса» организма (функции внутренних органов, вегетативных процессов, метаболизма)
Эргореабилитация	Восстановление способностей к различным формам жизнедеятельности как основного проявления здоровья

Направление	Содержание направления
Экореабилитация	Восстановление способности адаптации к природной и социальной среде как внешнему «фактору контекста» здоровья (сохранение и восстановление функций, активности и участия в жизненной ситуации)
Лудореабилитация	Подбор форм деятельности, стимулирующих творческую активность индивида в реабилитации (деятельность, выходящая за пределы актуального жизнеобеспечения). В Международной классификации нарушений, ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности (МКН) и Международной классификации функционирования (МКФ) способности и условия решения таких задач относятся к классу «Досуг»
Эгореабилитация	Возвращение индивида на путь активного, осознанного личностного развития как внутреннего «фактора контекста» здоровья (сохранение и восстановление всей сложной совокупности внутренних характеристик индивида как личности)

Вместе с тем успех реабилитации зависит и от внешних условий, в первую очередь от помощи пациенту со стороны социального окружения. Медицинская реабилитация постепенно переходит в сферу социальной поддержки со своими средствами социальной реабилитации.

1.3. ВИДЫ РЕАБИЛИТАЦИИ

В настоящее время различают четыре основных вида реабилитации — медицинскую, физическую, психосоциальную и профессиональную.

Медицинская реабилитация — все лечебные мероприятия, направленные на восстановление здоровья больного. Вместе с тем медицинская реабилитация является тем основным периодом, в котором осуществляется психологическая подготовка пострадавшего (заболевшего) к необходимой адаптации, реадaptации или переквалификации в случае неполного восстановления его профессиональных навыков. К медицинским разделам относятся вопросы ранней диагностики и своевременной госпитализации больных, возможного раннего применения патогенетической терапии и др.

Физическая реабилитация (от англ. physical therapy) — использование с лечебной и профилактической целью физических упражнений и природных факторов в комплексном процессе восстановления здоровья, физического состояния и трудоспособности. Физический аспект, представляющий собой часть медицинской реабилитации, предусматривает всевозможные мероприятия по восстановлению работоспособности больных, чего достигают своевременной и адекватной активизацией больных, применением различных средств лечебной физической культуры (ЛФК), а также проведением нарастающих по интенсивности физических тренировок в течение более или менее продолжительного времени.

Психосоциальная реабилитация. Важнейшие задачи психической реабилитации:

- ускорение нормального процесса психологической адаптации к изменившейся в результате болезни (травмы) жизненной ситуации;
- профилактика и лечение развивающихся патологических психических изменений.

Решение этих задач возможно лишь на основе глубокого изучения всего диапазона психических изменений в динамике на всех этапах заболевания, природы

этих изменений, анализа «внутренней картины болезни», включая динамику доминирующих переживаний, исследования факторов, в частности социально-психологических, определяющих психическое состояние больного в разные сроки от начала болезни. Основными методами служат различные психотерапевтические воздействия и фармакотерапия.

Социальный аспект реабилитации предусматривает и применение социальных методов воздействия на больного для успешного восстановления личности как социальной категории путем организации соответствующего образа жизни, устранения воздействия социальных факторов, мешающих успешной реабилитации, восстановления или усиления социальных связей. Таким образом, социальный аспект реабилитации — часть единого целого, каким является процесс реабилитации, и его следует рассматривать во взаимодействии с другими аспектами реабилитации.

Профессиональная реабилитация включает три основные составляющие.

- Профессиональная ориентация, в том числе профессиональная информация, психофизиологическая диагностика, профессиональный подбор и отбор, профессиональная консультация. Конечная цель профессиональной ориентации — рекомендация выбора профессии, наиболее соответствующей пациенту.
- Профессиональное обучение, которое, будучи одним из необходимых этапов социально-трудовой реабилитации, способствует приобщению к общественно полезной деятельности больных и инвалидов.
- Трудовое устройство больных и инвалидов как процесс представляет собой оценку обоснованности экспертного заключения о трудоспособности, профессионально ориентированного решения, эффективности процесса предшествующего обучения. Опосредованное трудовое устройство свидетельствует и об эффективности медицинской реабилитации.

Трудовые мероприятия следует начинать как можно раньше и проводить параллельно с медицинскими, психологическими и другими реабилитационными мероприятиями.

1.4. РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ, СПОСОБНОСТЬ И ПРОГНОЗ (ПОТЕНЦИАЛ)

Для выяснения необходимости медицинской реабилитации и определения ее целей оценивают следующие социально-медицинские предпосылки: необходимость, способность и прогноз.

- **Реабилитационная необходимость** наступает в том случае, если в результате повреждения или заболевания возникает опасность временного либо длительного нарушения функциональных способностей, существует угроза длительного ограничения или ухудшения состояния больного под влиянием негативных факторов окружающей среды.
- **Реабилитационная способность** подразумевает стабильное соматическое и психическое состояние пациента, его высокую мотивированность по отношению к предстоящему реабилитационному лечению.
- **Реабилитационный подход** предусматривает применение комплекса мер медицинского, педагогического, профессионального и социального характера во взаимодействии с врачебным, сестринским, физиотерапевтическим, эрготерапевтическим, логопедическим, диетологическим и психотерапевтическим обеспечением, включая различные виды помощи по преодолению

последствий заболевания, изменению образа жизни, снижению воздействия факторов риска.

- **Реабилитационный потенциал** складывается из реабилитационных возможностей организма, личности и микросоциума, то есть той социальной системы, в которую непосредственно включен больной человек.

Реабилитационный потенциал — это обоснованная с медицинских позиций вероятность достижения намеченных целей проводимой реабилитации в определенный отрезок времени. Реабилитационный потенциал учитывает: а) клиническое течение заболевания (повреждения); б) психологическое состояние больного; в) индивидуальные ресурсы и компенсаторные возможности сердечно-сосудистой системы, органов дыхания и др.; г) факторы окружающей среды, влияющие на жизнеспособность и социальную активность больного на основании Международной классификации функционирования (МКФ).

Уровни реабилитационного потенциала: высокий, средний, низкий, крайне низкий.

Высокий уровень реабилитационного потенциала позволяет использовать лишь часть средств и методов из реабилитационного комплекса и сократить сроки активного общения с подобными больными. Больные с высоким потенциалом способны к спонтанной реабилитации.

Больные с крайне низким реабилитационным потенциалом в основном нуждаются в симптоматическом медикаментозном лечении, поддерживающем жизнь, и пребывании на постоянном полупостельном/постельном режиме, в том числе в специальных лечебных заведениях для бесперспективных больных (в хосписах).

Больные со средним реабилитационным потенциалом — основной контингент для продолжительной комплексной реабилитации с применением всего реабилитационного набора программ и методов реабилитации. Как правило, они достигают высокого уровня эффективности реабилитационных воздействий и хорошего качества жизни.

Больные с низким риском, безусловно, нуждаются в реабилитации. Но для достижения эффекта необходимо использовать иные подходы при их реабилитации, чем у больных предыдущих групп. Каждый этап реабилитации у них должен быть более продолжительным, применяемые физические нагрузки меньшими по интенсивности и объему, а экспозиция применения осторожно повышающихся уровней физической активности более продолжительной.

При общей оценке реабилитационного потенциала решающее значение имеет прогностическая оценка возможного исхода реабилитации и на социальном уровне.

1.5. ОРГАНИЗАЦИЯ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

Организация медицинской реабилитации происходит в соответствии с профилем заболевания пациента для определения индивидуальной программы его реабилитации, осуществления текущего медицинского наблюдения и проведения комплекса реабилитационных мероприятий.

- В рамках оказания первичной медико-санитарной помощи медицинская реабилитация может осуществляться в выездной форме. **Выездная бригада медицинской реабилитации** оказывает плановую помощь пациентам на основании решения врачебной комиссии по реабилитации медицинской организации. Специалисты, входящие в состав выездной бригады медицинской реабилитации, должны пройти подготовку в соответствии с программой повышения квалификации по вопросам организации и методам реабилитационного лечения соответствующего профиля.

- Для медицинской реабилитации, проводимой **в стационарных условиях** (первый и второй этапы), направляют пациентов со значительными нарушениями функций при наличии подтвержденной результатами обследования перспективы восстановления функций (реабилитационного потенциала), нуждающихся в посторонней помощи для осуществления самообслуживания, перемещения и общения, требующих круглосуточного медицинского наблюдения, применения интенсивных методов лечения и реабилитации (рис. 1.2).



Рис. 1.2. Этапы медицинской реабилитации

На втором этапе осуществляется алгоритм совместного действия лечащего врача и специалиста-реабилитолога, представленный на рис. 1.3.



Рис. 1.3. Алгоритм совместной работы лечащего врача и реабилитолога