

Лекция № 10

Тема:

*«Основные принципы
применения методов
физической реабилитации
педиатрии»*



Главная задача ЛФК:

- восполнение дефицита движений (движения - основной стимулятор роста, развития и формирования организма ребенка)*



По характеру активности и степени участия ребенка в выполнении физических упражнений их подразделяют на:

- **пассивные упражнения** – выполняются за счет мышечных усилий взрослого человека
- **рефлекторные упражнения** – применяют у детей раннего возраста в период существования рефлексов
- **активные упражнения** – выполняются ребенком самостоятельно (ребенок выполняет команды, используются игрушки и т.д.)



Методика ЛФК

- Лечебная гимнастика и массаж назначаются индивидуально на фоне положительных эмоций
- Осуществляется постепенный переход от массажа, перемен положения, пассивных упражнений к активным с использованием игрушек
- Занятия ЛГ проводятся ежедневно, спустя 30-40 мин. после кормления или за 20-30 мин. до кормления при t °С воздуха не ниже 19-22 °С



- *Продолжительность занятий ЛГ вначале 4-5 мин.*
- *С выздоровлением ребенка комплекс постепенно расширяется, продолжительность занятий увеличивается до 10-15 мин.*
- *Комплексы упражнений ЛФК и массажа для больных составляются с учетом возраста детей, степени тяжести и периода заболевания*



Показания к ЛФК

- *Нарушение обмена веществ у детей раннего возраста – рахит, гипотрофия*
- *Заболевания органов дыхания – острая пневмония, бронхиальная астма, плеврит*
- *Заболевания сердечно-сосудистой системы – ревматизм, миокардиты, кардиотонзиллярный синдром*
- *Ортопедические и неврологические заболевания – сколиоз, плоскостопие, кривошея, ДЦП*



- **Заболевания желудочно-кишечного тракта**
– гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, дискинезии желчевыводящих путей
- **Заболевания мочевыделительной системы**
– пиелонефрит, гломерулонефрит, почечнокаменная болезнь
- **Эндокринные заболевания** – сахарный диабет, ожирение
- **Травмы у детей**



Противопоказания к ЛФК

- *тяжелое общее состояние ребенка*
- *присоединение заболеваний, протекающих с токсикозом и высокой температурой тела*
- *острый период заболеваний*
- *заболевания крови*
- *пороки сердца (декомпенсация)*
- *воспалительные процессы на коже*



- *синусовая тахикардия (свыше 100 уд/мин)*
- *синусовая брадикардия (менее 50 уд/мин)*
- *экстрасистолы с частотой более чем 1:10*
- *атриовентрикулярная блокада II-III степени*
- *гипертензия (АД свыше 220/120 мм рт ст) или гипотензия (АД менее 90/50 мм рт ст)*



*Физическая
реабилитация при
рахите*



Показания к ЛФК при рахите

ЛФК (гимнастика и массаж) показаны во все периоды заболевания с учетом индивидуальных особенностей физического и нервно-психического развития ребенка

Противопоказание: острое течение рахита, сопровождающийся повышенной болевой чувствительностью мышц и костей



Главные задачи ЛФК при рахите

- **Улучшение и нормализация:**
 - обменных процессов
 - деятельности ЦНС
 - функции дыхания
 - функций других пораженных органов и систем (сердечно-сосудистой, пищеварительной, кроветворения)



- *Предупреждение отставания в психомоторном развитии, его улучшение и нормализация*
- *Предупреждение и коррекция деформаций опорно-двигательного аппарата*
- *Уменьшение и ликвидация мышечной гипотонии, восстановление утраченных двигательных навыков*



*Физическая
реабилитация при
гипотрофии*



Показания

*ЛФК при гипотрофии назначается при отсутствии противопоказаний и при **достижении калорийности пищевого рациона необходимых величин***

***Временным противопоказанием** является прогрессирующая потеря массы тела*



Задачи ЛФК

- *улучшение и нормализация основных нервных процессов, обмена веществ*
- *нормализация моторной и ферментативной функции желудочно-кишечного тракта*
- *предупреждение задержки психомоторного развития*
- *восстановление двигательных навыков при их нарушении*



*Физическая
реабилитация
у детей раннего
возраста
при острой пневмонии*



Показания

- *уменьшение или отсутствие симптомов интоксикации при нормальной температуре тела*
- *стойкий субфебрилитет на фоне удовлетворительного общего состояния ребенка*

Противопоказания

- *острый воспалительный процесс с малопродуктивным кашлем, интоксикацией и высокой температурой тела*
- *дыхательная недостаточность*
- *нарушение функции сердечно-сосудистой системы и изменения в других органах и системах*



1-ый период (разгар заболевания)

- **Задачи ЛФК:** улучшение эмоционального тонуса ребенка и кровообращения, обеспечение компенсации дыхательной недостаточности

Применяют:

- **поглаживающий массаж живота** – облегчает движение диафрагмы и улучшает функцию внешнего дыхания
- **рефлекторные и пассивные упражнения** в медленном темпе
- необходимо менять положение ребенка (брать ребенка на руки в вертикальном положении)
- занятия проводят в теч. 3-4 дней, продол-ть процедуры 3-5 мин., упражнения повт. по 2—3 раза

2-ой период (обратного развития воспалительного процесса в легких)

- ***Задачи ЛФК:***

- *восстановление двигательной активности ребенка*
- *нормализация обмена веществ*
- *ускорение рассасывания воспалительных инфильтратов в паренхиме легких*
- *способствовать отхождению мокроты*
- *предупреждение развития осложнений*
- *нормализация функции др. органов и систем*



В этот период заболевания средства ЛФК расширяются, изменяется их методика:

- **поглаживающий массаж** туловища и конечностей, **избирательный массаж** грудной клетки; позже – **вибрационный массаж**
- **упражнения:** пассивные, активные, рефлексорные
- занятия выполняют в течении 10-12 дней, продолжительность процедуры до 10-15 мин. в среднем темпе



3-ий период (выздоровление)

- **Задачи:** *общая тренировка организма и особенно функции внешнего дыхания*
- *ЛФК проводят интенсивно в стационаре (около 10 дней), а после выписки – амбулаторно*
- *применяют упражнения, соответствующие психомоторному развитию ребенка*
- *темп выполнения упражнений – переменный, с числом их повторений 4-5 раз. Длительность занятий 15-20 минут*

*Физическая
реабилитация
при бронхиальной
астме*



Задачи ЛФК

- *уменьшение и ликвидация спазма бронхиальной мускулатуры, восстановление нарушенной бронхиальной проходимости, улучшение эвакуаторной функции бронхов*
- *улучшение и нормализация внешнего дыхания, предупреждение осложнений в виде воспалительных заболеваний бронхолегочной системы, эмфиземы легких и др. заболеваний*
- *профилактика и ликвидация деформаций грудной клетки*



Методика ЛФК зависит от периода заболевания
В период приступа бронхиальной астмы:

- занятия проводят индивидуально, И.п. – сидя, что обеспечивает свободную экскурсию грудной клетки
- используют дыхательные упражнения с акцентом на диафрагмальное дыхание и удлиненным выдохом
- проводят звуковую гимнастику, упражнения для мимической мускулатуры с усиленной артикуляцией
- поглаживающий и вибрационный массаж грудной клетки

Межприсутный период

- **Средства ЛФК:** гимнастические упражнения из всех положений, физические упражнения, подвижные игры
- используют все виды специальных упражнений:
 - дыхательные упражнения с удлиненным и ступенчато-удлиненным выдохом
 - дренажные упражнения, упражнения с произношением на выдохе шипящих и свистящих звуков
 - упражнения на расслабление мышц и корригирующие упражнения



*Физическая
реабилитация
при кривошеи*



Основные цели ЛФК

- *улучшение трофики пораженной мышцы*
- *уменьшение и ликвидация мышечной контрактуры*
- *компенсаторно увеличить мышечный тонус на здоровой стороне*
- *предупреждение деформации головы и шеи*

