

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА ПРИ ИБС

**Подготовила студентка 5 к. 2
гр.
Факультета клинической
психологии
Забелина Н.Е.**

Рязань, 2019

АКТУАЛЬНОСТЬ

- В последнее время большое внимание уделяется психологическому статусу больного. Некоторые исследователи описали специфические поведенческие черты личности, которые, по их мнению, связаны с повышенным риском коронарной болезни. Последующие результаты были получены при изучении роли предшествующего стресса. Недавние работы по исследованию эмоционально напряженных жизненных ситуаций показали, что стресс влияет не только *на развитие ИБС*.
- Реакция человека на заболевание сердца и снятие ее зависят от предшествующего психологического статуса и особенно от методов борьбы со стрессом. Положительную роль здесь могут сыграть отношение к заболеванию сердца со стороны окружающих больного людей, опыт родственников и друзей, которые уже перенесли сердечную атаку. Больной, который в прошлом хорошо справлялся со стрессовыми ситуациями, не придавал чрезмерного значения небольшим заболеваниям и возвращался на работу через обычный период времени, который в предыдущих случаях выполнял советы врача, скорее всего будет разумно реагировать в сложившейся ситуации. И наоборот

ДАННАЯ РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ПРОГРАММА МОЖЕТ ПРОВОДИТЬСЯ В КАРДИОЛОГИЧЕСКИХ ОТДЕЛЕНИЯХ БОЛЬНИЦ, ОТДЕЛЕНИЯХ НЕОТЛОЖНОЙ КАРДИОЛОГИИ В КАРДИОЛОГИЧЕСКОМ ДИСПАНСЕРЕ И ДР.

Цели:

- выведение из состояния изоляции, вызванное заболеванием и возобновления полноценного активного участия в повседневной жизни;**
- обучение эффективным техникам саморегуляции, в т.ч. уменьшение тревоги**
- повышение уровня адаптации в социуме.**
- помощь в приспособлении к заболеванию**

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК.

1. Проведение клинического интервью с пациентом.

Выявления качества нарушений и жалобы пациента на

- стрессы**
- эмоционально-волевые нарушения**
- изучение карты больного.**

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ

Необходимо на протяжении всего исследования учитывать состояние больного, время, после перенесенного инсульта (обычно устанавливается индивидуально лечащим врачом и степень утомляемости испытуемого. Если состояние больного не позволяет сидеть более 20 мин, то диагностический блок можно разбить на части, индивидуально, для каждого человека.

10 слов (сокращенный вариант 5 слов), для определения уровня снижения памяти долговременной и долговременной механической памяти.

Рассказ «галка и ворона», « муравей и голубка», для изучение словесно-логической произвольной кратковременной памяти.

Таблицы Шульте, для изучение внимания.

Сюжетные и Серийные картинки, для изучения речи и строить логико-грамматические конструкции.

Нейропсихологические пробы для изучение произношение букв и слов.

Куб Линка, для изучение эмоционально-волевой сферы.

РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Блоки	Цели	Формы и методы работы	Количество часов
Программа адаптации	Создание необходимых условий для вхождения человека в новое место его проживания	-информация о деятельности санатория; -ознакомление с устройством отделения; -знакомство с проживающими людьми; - информационные стенды; -общение с мед. персоналом.	2-2,5

Эмоционально-волевая реабилитация

Программа организации досуга	Продуктивное наполнение свободного времени	развлекательные мероприятия, не несущие глубокой психологической нагрузки	Раз в два-три дня 1.5-2 часа
Программа релаксационного тренинга	Обучение методам релаксации, для дальнейшего использования	БОС	30-40 мин каждый день
Программа аутогенных тренировок	Восстановление динамического равновесия гомеостатических механизмов организма	-обучающий, тренирующий характер; -вовлечение личности пожилого человека в процесс	30-40 мин каждый день

ОПТИМИЗАЦИЯ «КОРОНАРНОГО КЛУБА» СОВМЕСТНО С ЛЕЧАЩИМИ ВРАЧАМИ

Ниже приводится примерный план лекций (бесед), которого придерживаются в коронарном клубе:

- **Что такое коронарная (ишемическая) болезнь сердца, стенокардия, инфаркт миокарда?**
- **Факторы риска ишемической болезни сердца.**
- **Возможно ли выздоровление и что я лично должен для этого делать?**
- **Какой образ жизни я должен вести?**
- **Перестаньте переживать и начинайте жить: приемы психологического расслабления.**
- **Как помочь себе при обострении болезни, приступе стенокардии?**
- **Сбалансированное гиполипидемическое питание при ИБС – важный лечебный фактор.**
- **Дозированные физические тренировки – основа реабилитации больных ИБС.**

АУТОГЕННАЯ ТРЕНИРОВКА

Занятия аутогенной тренировкой могут быть рекомендованы большинству больных ИБС. И даже у пациентов без клинических проявлений невротических нарушений улучшается настроение, они становятся более спокойными и уравновешенными, отчетливо углубляется сон, появляется уверенность в своих силах. Часть больных, особенно имеющих высшее и среднее специальное образование, может воспользоваться научно-популярной литературой, которая поможет им самостоятельно освоить аутогенную тренировку и успешно ею пользоваться в домашних условиях и даже на производстве.

- **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**
- **улучшение настроения;**
- **активизация собственного потенциала человека;**
- **освоение навыков саморегуляции, восстановление сил;**
- **создание позитивного настроения,**
- **уменьшение тревожности, депрессии**
- **изменение отношения к заболеванию**