

**ЛЕЧЕБНАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА
В ХИРУРГИИ**

После операций довольно часто возникают различные осложнения со стороны органов дыхания, пищеварения, сердечно-сосудистой и других систем.

Некоторые из этих осложнений являются следствием функциональных нарушений сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.

Между тем известно, что ранняя двигательная активность больных позволяет предупредить эти осложнения.

- **Ранняя**
послеоперационная
двигательная активность и
общий массаж
способствуют более
быстрой нормализации
функциональных систем,
регенерации тканей,
метаболических процессов.

- **Пассивный постельный режим приводит к замедлению:**

- крово- и лимфотока,
- регенеративных процессов,
- атрофии мышц,
- застойным явлениям в легких,
- нарушению легочной вентиляции
- и другим явлениям,
способствующим возникновению послеоперационных осложнений.

- **При постельном режиме** на организм воздействуют два основных фактора:

- **ограничение мышечной деятельности**
- **и характерное перераспределение крови** вследствие изменения гидростатического давления.

- **Гипокинезация** приводит:

- к атрофии мышц (особенно на 10—15-й день),
- потере венозного тонуса,
- гипоксии,
- снижению минутного и ударного объема сердца,
- развитию ортостатической неустойчивости.

- **Гипокинезия** существенно влияет на течение регенерации тканей, обменные процессы и на весь ход течения послеоперационного периода.

Для профилактики и быстрой ликвидации возникших послеоперационных осложнений и восстановления трудоспособности больного используется следующий реабилитационный комплекс:

- **общий массаж с оксигенотерапией на операционном столе и в последующие 3—5 дней,**
- **дыхательная гимнастика с ранним вставанием и ходьбой,**
- **ЛГ в зале (упражнения с гимнастическими палками, набивными мячами, занятия на тренажерах и дозированная ходьба).**
- **После выписки из больницы — дозированная ходьба. ЛГ. лыжные**

ЛФК на органах грудной

ПОЛОСТИ

ЛФК при операциях на легких.

- В предоперационный период (предоперационная подготовка) проводится обучение диафрагмальному дыханию, умению откашливаться, разучивается комплекс упражнений раннего послеоперационного периода.
- При хронических нагноительных заболеваниях легких в предоперационную подготовку входит дренажная гимнастика в сочетании с постуральным дренажем (дренажное положение), перкуссионным или вибрационным массажем грудной клетки.

Задачи ЛФК:

- улучшение функции кардиореспираторной системы,
- улучшение психоэмоционального состояния,
- укрепление физических сил больного.

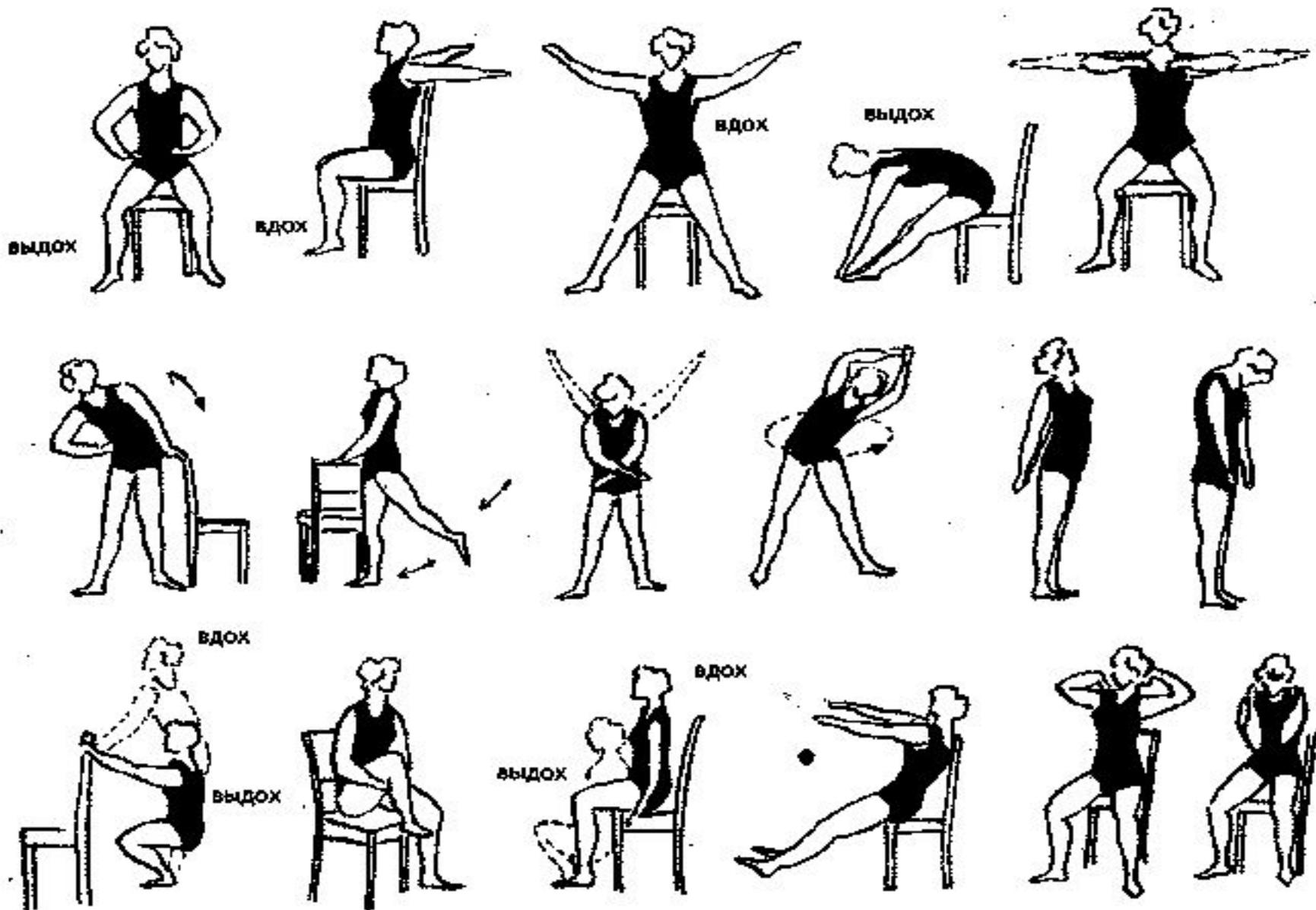
Методика ЛФК составляется с учетом:

- характера и распространенности патологического процесса,
- состояния кардиореспираторной системы больного,
- его возраста и пола,
- степени физической подготовленности,
- а также характера предполагаемого оперативного вмешательства.

Противопоказания к ЛФК:

- легочное кровотечение,
- выраженная сердечно-сосудистая недостаточность (III ст.),
- высокая температура и др.

Примерный комплекс ЛГ в дооперационном периоде



После операции (послеоперационный период)

- ЛГ начинают с первого же дня в положении лежа на спине.
- Включают дыхательные упражнения, диафрагмальное дыхание, кашлевые движения (упражнения с откашливанием) и массаж ног, живота, рук.
- С постепенным расширением двигательного режима разнообразятся общеразвивающие упражнения, меняется исходное положение, увеличивается количество повторений.
- После того как больной начнет ходить, включают подъем и спуск по ступенькам, а в летнее время — дозированную ходьбу в парке.

ЛГ в раннем послеоперационном периоде после торакальных операций

- **Начинается с учетом состояния больного через 2—3 часа после пробуждения от наркоза.**
- **Включают дыхательные упражнения, диафрагмальное дыхание, кашлевые движения (откашливание) и движения нижних конечностей.**
- **На следующий день включают частые повороты в кровати, сидение в кровати, надувание игрушек .**
- **Выполняются массаж ног, живота, спины, рук.**
- **Облегчает отхождение мокроты массаж воротниковой области, шеи и грудной клетки.**
- **На второй – третий день больному**

Задачи ЛФК:

- профилактика легочных осложнений, тромбофлебитов, нарушения функции желудочно-кишечного тракта (парез кишечника, метеоризм и др.);
- улучшение функции сердечно-сосудистой системы;
- профилактика контрактур в плечевом суставе (оперированной стороны);
- нормализация

Противопоказания к ЛФК:

- общее тяжелое состояние больного;
- кровотечение;
- послеоперационные осложнения (инфаркт легкого, тромбоэмболия и др.).

ЛФК при операциях на сердце.

- **Предоперационная подготовка больных с пороками сердца направлена на улучшение его функции.**
- Включаются массаж, ЛГ.
- Нормализация психоэмоционального состояния, прогулки в саду, парке.
- Выполнение ЛГ в сопровождении музыки, релаксирующий массаж перед сном.
- **Разучиваются упражнения, которые будут выполняться сразу же после операции.**

Задачи ЛГ в предоперационном периоде:

- укрепляющее воздействие,
- обучение кашлевым движениям,
- комплексу ЛГ, выполняемой в раннем послеоперационном периоде,
- применение упражнений для профилактики контрактур в суставах и др.

При подборе комплекса ЛГ учитывают:

- характер оперативного вмешательства,
- возраст,
- функциональное состояние кардиореспираторной системы,
- физическое состояние и др.

Врожденные пороки сердца.

**При подготовке к операции
(предоперационный период) ЛГ
включает:**

- дыхательные упражнения,
- упражнения для дистальных отделов конечностей,
- откашливающие движения,
- диафрагмальное дыхание в исходном положении, зависящем от тяжести состояния больного.

После операции выполняются:

- дыхательная гимнастика,
- упражнения для дистальных отделов конечностей,
- диафрагмальное дыхание,
- частые повороты,
- ранний переход в положение сидя,
- общий массаж.

ЛФК при операциях на органах брюшной полости

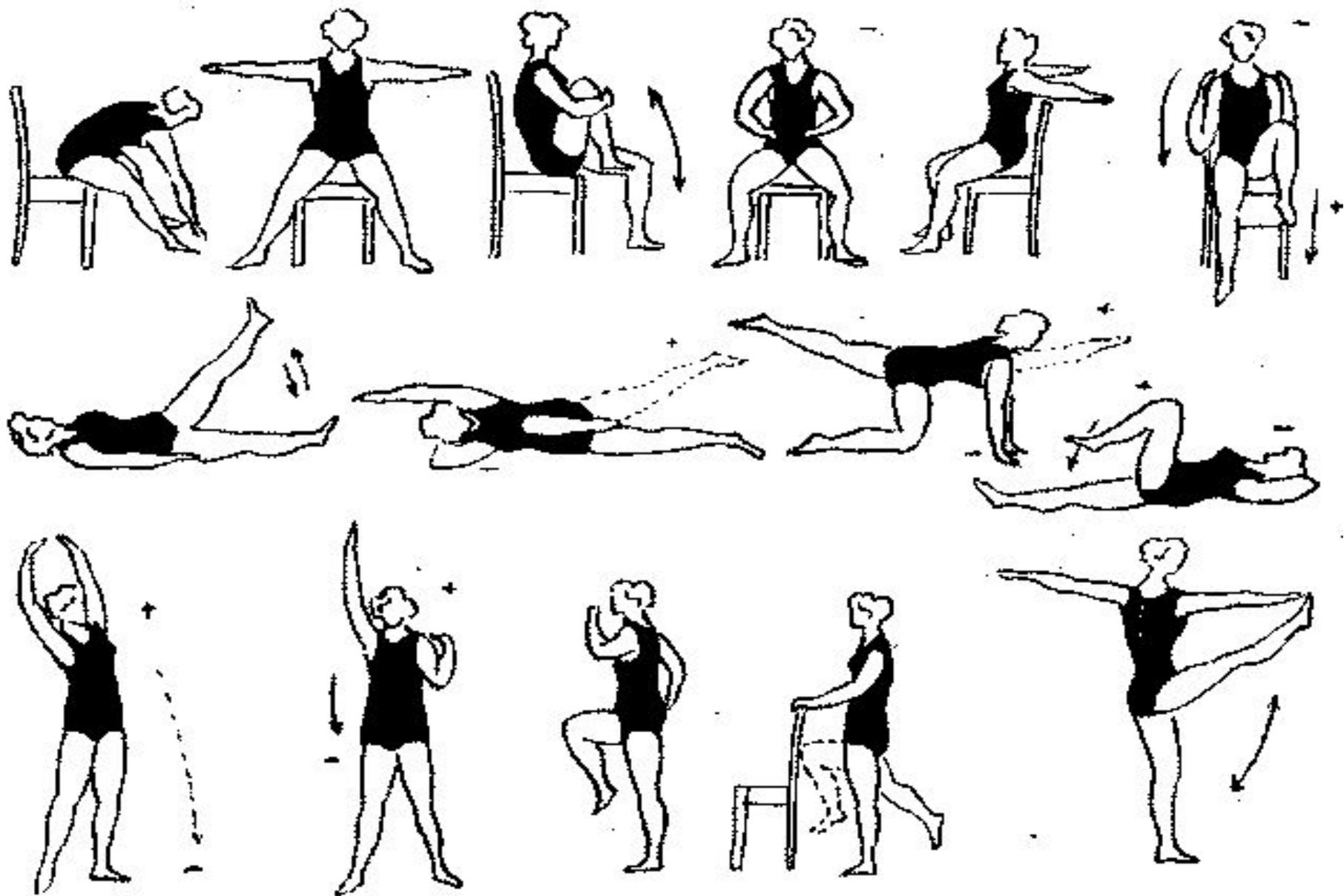
В период подготовки к операции
(**предоперационный период**) комплекс ЛГ
включает:

- дыхательные упражнения, диафрагмальное дыхание,
- общеразвивающие упражнения,
- повороты на бок,
- кашлевые упражнения.
- Особое внимание уделяется тренировке грудного типа дыхания с акцентом на выдохе, «ходьбе» лежа.

Комплексы ЛФК в предоперационном периоде варьируют **в зависимости** от:

- **возраста и пола больного,**
- **функционального состояния**
- **предполагаемого
оперативного лечения.**

Примерный комплекс ЛГ в дооперационном периоде



- **ЛГ в раннем послеоперационном** периоде проводится с учетом проведенного оперативного вмешательства,
- характера лечения,
- самочувствия больного,
- его возраста
- физического состояния до операции.

Примерный комплекс ЛГ в послеоперационном периоде

