

СХЕМА ИСТОРИИ БОЛЕЗНИ

1. Поступил в клинику (дата поступления и наименование лечебного учреждения)
2. Отделение. Палата №
3. Ф.И.О.
4. Возраст
5. Профессия
6. Физическая подготовка

Выясняются дополнительные сведения о характере двигательного режима в быту и труде, на основании чего режим оценивается как малоподвижный (сидячий труд), со средней или большой двигательной активностью (труд, сопряженный с динамической мышечной деятельностью). Следует уточнить, занимался ли обследуемый спортом, вид спорта и по какой причине прекратил занятия, проводит ли он комплекс утренней гимнастики, занимается ли в группах здоровья или самостоятельно (характер занятий, частота, продолжительность, участие в соревнованиях и пр.), какие заболевания, травмы и оперативные вмешательства он перенес. Тщательно собранный анамнез, о занятиях физкультурой и спортом, позволяет дать ориентировочную оценку физической подготовленности обследуемого:

- 1) как низкую, если обследуемый никогда ранее не занимался физкультурой и спортом, не проводит утренней гимнастики, плохо переносит физические нагрузки в быту: пользуется лифтом (живя даже на третьем этаже), автотранспортом при не больших расстояниях, так как физические нагрузки вызывают ощущение дискомфорта;
- 2) как среднюю, если пациент ежедневно проводит утреннюю гимнастику продолжительностью не менее 20 минут, проходит пешком в течении дня не менее 3 км;
- 3) как высокую, если обследуемый занимался спортом или физкультурой в течении ряда лет, продолжает регулярные занятия каким-либо видом физических упражнений, хорошо переносит бытовые физические нагрузки, проходит пешком в течении дня не менее 5 км.

7. Жалобы больного на день курации
8. Анамнез настоящего заболевания
9. Анамнез жизни
10. Данные объективного обследования

а) наружное исследование: общий осмотр, кожные покровы, видимые слизистые, подкожная клетчатка, лимфатические узлы.

б) состояние опорно-двигательного аппарата: степень развития мускулатуры, тонус и сила мышц, болезненность мышц при пальпации, пропорциональность состояния частей скелета, болезненность при пальпации и поколачивании, осмотр суставов: конфигурация, припухлость, гиперемия кожи над суставами; пальпация суставов: изменение местной температуры, болезненность, состояние кожных покровов над суставами, состояние суставных концов и суставных выступов; шумы при движении суставов; гониометрия - оценка объема движений в суставах, активных и пассивных и если есть ограничение, указать какой вид движения ограничен (сгибание, разгибание, супинация, пронация, ротация, отведение, приведение).

Форма позвоночника, степень подвижности его в грудном, шейном и поясничном отделах, болезненность. Искривление позвоночника физиологическое, патологическое. Величина лордоза, кифоза и степень сколиоза.

в) система дыхания: состояние верхних дыхательных путей; осмотр грудной клетки; перкуссия и аускультация легких

г) сердечно-сосудистая система: осмотр и пальпации области сердца; перкуссия и аускультация сердца.

д) система пищеварения: осмотр полости рта; исследование живота;

е) система мочеотделения: осмотр поясничной области, симптом Пастернацкого, пальпация области почек.

ж) эндокринная система: осмотр и пальпация щитовидной железы; нарушение роста, телосложения и пропорциональности отдельных частей тела. Ожирение, исхудание.

з) нервная система: координация движений (походка, поза Ромберга).

и) психическое состояние: настроение, его устойчивость и характер (подавленное, ровное, эйфоричное, тревожное, апатичное и т.п.)

11. Результаты функционального исследования. Заключение: электрокардиография, рентгенография, томография, фиброгастроскопия, велоэргометрия, ультразвуковое исследование, спирометрия, пневмотахометрия.

12. Лабораторные методы исследования. Общий анализ крови и мочи, биохимические исследования (белок крови и его фракции, "С"-реактивный белок, сиаловая кислота и другие показатели), сахар крови, гликемическая кривая, стандартный тест толерантности к глюкозе (СТТГ).

13. Диагноз:

а) основной

б) осложнения

в) сопутствующие заболевания

14. Комплексное лечение больного с обязательным указанием двигательного режима, медикаментозное лечение (перечислить основные препараты), физиотерапевтическое лечение, массаж и другие средства физической реабилитации.

15. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК.

16. Задачи применения ЛФК для данного больного и данного клинического периода.

17. НАЗНАЧЕНИЕ ЛФК

Больному показана ЛФК как метод.....терапии по..... периоду.

18. Комплекс упражнений процедуры лечебной гимнастики для данного больного по прилагаемой схеме (комплекс упражнений должен состоять из 3-х разделов: вводного, основного и заключительного).

№ упражнения	исходное положение	описание упражнения	время выполнения	количество повторений	методические указания
1. 2. и т. д.		Вводный раздел			
5. 6. и т.д.		Основной раздел			
12. 13. и т.д.		Заключительный раздел			

19. Физиологическая кривая процедуры лечебной гимнастики.

20. Выводы по физиологической кривой процедуры лечебной гимнастики. (Делаются на основании анализа ЧСС и АД (САД, ДАД) до выполнения, во время выполнения и после выполнения комплекса).

21. Дневники (два-три дневника).

Содержание дневника: влияние физической нагрузки на больного при проведении процедуры лечебной гимнастики:

- а) субъективные ощущения (обращается внимание на внешний вид больного и учитываются жалобы занимающегося лечебной физкультурой перед, во время или после проведения процедуры лечебной гимнастики).
- б) объективные данные (ЧСС, АД (САД, ДАД) до выполнения, во время выполнения и после выполнения комплекса, ЧД, возможно проведение спирометрии, пневмотахометрии).
- в) заключение о правильности выполнения применяемого комплекса упражнения.

22. Рекомендации на последующее лечение:

- а) реабилитация на стационарном этапе
- б) реабилитация на поликлиническом этапе
- в) реабилитация на санаторно-курортном этапе или в специализированном реабилитационном центре

ВВ!!!! Содержание рекомендаций на этапах реабилитации:

I. Утренняя гигиеническая гимнастика

II. Процедура лечебной гимнастики с использованием следующих средств ЛФК:

- а) двигательный режим
- б) естественные факторы природы
- в) физические упражнения:
 - исходное положение
 - общеразвивающие
 - специальные
 - количество повторений в каждом упражнении
 - время выполнения каждого упражнения
- г) методические указания:
 - темп выполнения упражнений
 - амплитуда движений
 - количество пауз для отдыха и их продолжительность
 - соотношение дыхательных и общеразвивающих упражнений
 - продолжительность всего занятия
 - метод проведения занятия (групповой, малогрупповой, индивидуальный, самостоятельный)

III. Массаж

IV. Прогулки (продолжительность, периодичность в течении дня, расстояние, темп (шагов в минуту)).

V. Бытовые нагрузки.