

Лечебная физкультура и ее роль в оккупациональной терапии



- ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА (ЛФК) как метод лечения — использование комплекса средств физкультуры с профилактической, лечебной и реабилитационной целями.
- Цель ЛФК – лечебно-профилактическая, воспитательная.

История возникновения

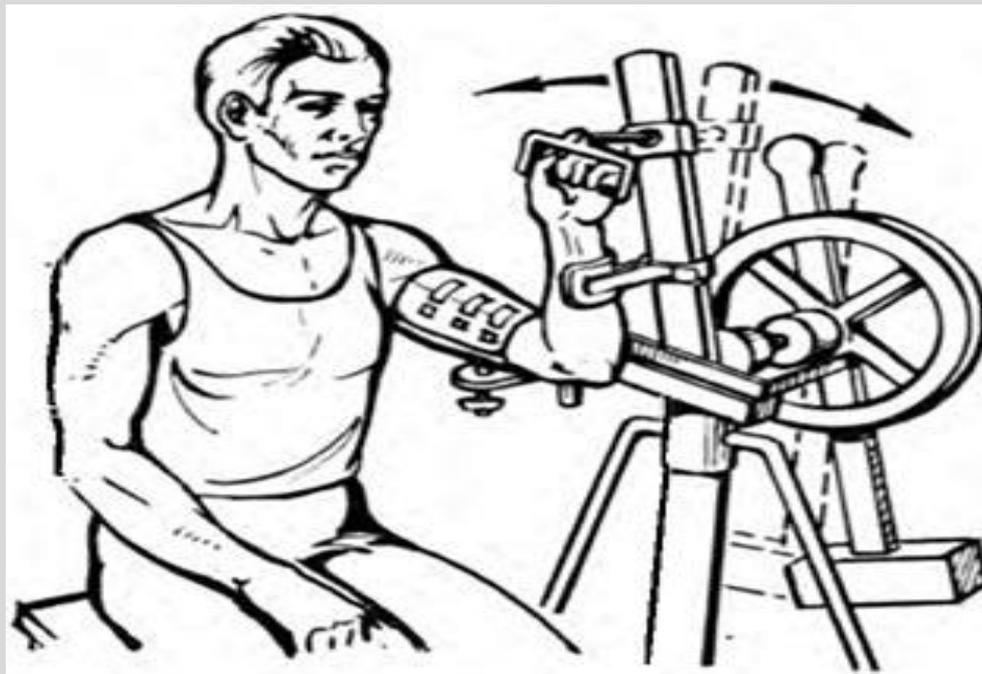
- Древний Китай (3 в. д.н.э.) – дыхательная гимнастика;
- Древняя Греция. Гиппократ считал упражнения средством стимуляции физиологических процессов;
- К. Гален рекомендовал гимнастику и занятия определенными видами труда при ожирении, общей слабости, нарушениях движений в суставах и др.

Развитие ЛФК

- Ибн-Сина подчеркивал важность занятий физическими упражнениями для сохранения здоровья;
- В трактате Меркуриали (1569) «Искусство гимнастики» подытожены труды античных и средневековых авторов в области лечебной гимнастики;
- В 1780 г. Тиссо в книге «Медицинская и хирургическая гимнастика» придавая огромное значение физическим упражнениям, выдвинул положение, что «движение может часто заменить разные лекарства, но ни одно лекарство не заменит движения».

- Вторая половина 19 в. – механотерапия

-локалистическое направление, по которому физические упражнения применялись только к пораженному костно-мышечному звену или органу без учета необходимости общей тренировки остальных мышечных групп.

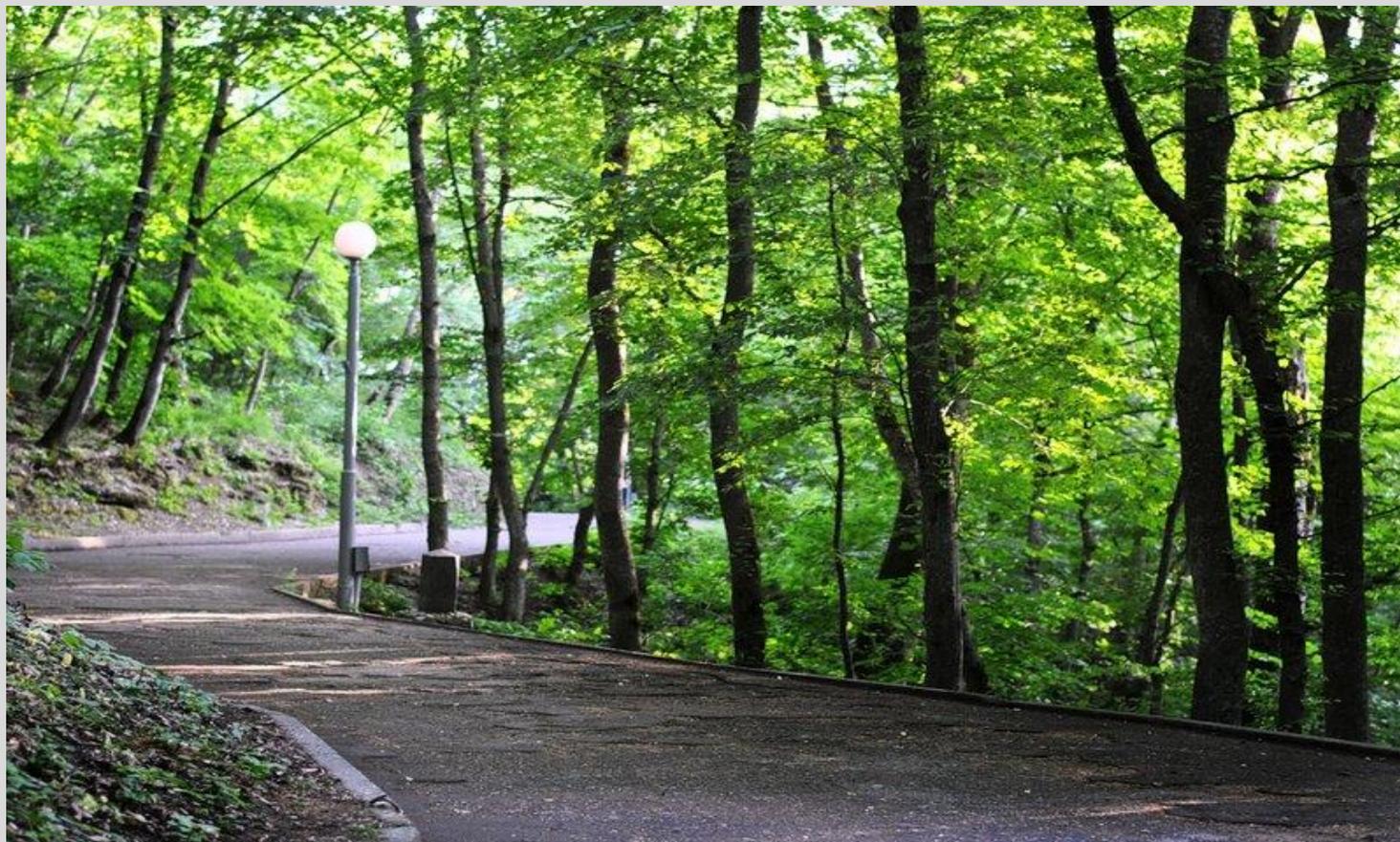


Шведская система Линга

Упражнения были направлены на развитие движений в отдельных мышечных группах и суставах.



В 1881 г. Эртель предложил метод терренкура – неспешая прогулка по заданному маршруту.



Характерные черты ЛФК:

- Естественность;
- Активное участие больного в лечебном процессе;
- Движение как основная функция организмам;

Виды ЛФК

- **Общая** тренировка применяется с целью оздоровления, укрепления организма в целом и развития адаптации к возрастающим физическим нагрузкам;
- **Специальная** — с целью восстановления, нормализации и развития функций органов или систем, нарушенных вследствие заболевания или травмы.

Средства и формы

- Лечебная физкультура;
- Физические упражнения в воде;
- Подвижные и спортивные игры;
- Терренкур.

Показания к ЛФК

Необходимо:

- повысить тонус организма больного, стимулировать физиологические процессы;
- способствовать восстановлению функции пораженного органа или системы;
- противодействовать застойным явлениям;
- предупредить прогрессирование заболевания и возможные осложнения.

Противопоказания:

- Сердечно-сосудистая недостаточность III ст.;
- тяжелые нарушения ритма и проводимости сердца;
- злокачественное течение гипертонической болезни;
- аневризма сердца;
- тромбоэмболические осложнения при сердечнососудистых заболеваниях;
- острые лихорадочные и воспалительные заболевания;
- склонность к кровотечениям;
- злокачественные новообразования и другие заболевания и состояния, при которых активный двигательный режим противопоказан.