Київський університет імені Бориса Грінченка

Лікувально-фізична культура при захворюванні ендокринної системи

1. Основи реабілітації

Реабілітація -

ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я, ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ, ЯКОСТІ ЖИТТЯ І ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ЛЮДИНИ, ПОРУШЕНИХ ХВОРОБАМИ, ТРАВМАМИ АБО ІНШИМИ УШКОДЖУВАЛЬНИМИ ЧИННИКАМИ

АСПЕКТИ РЕАБІЛІТАЦІЇ:

МЕДИЧНИЙ: діагностика, патогенетична терапія, вторинна профілактика.

ФІЗИЧНИЙ: відновлення порушених функцій або розвиток компенсаторних і замісних функцій за допомогою комплексного використання фізичних чинників.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ: корекція психічного стану пацієнта, створення умов для психологічної адаптації хворого, унаслідок хвороби, життєвої ситуації.

ПРОФЕСІЙНИЙ: відновлення працездатності, професійне вчення і перенавчання, працевлаштування.

СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ: повернення економічної незалежності і соціальної повноцінності

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ –

КОМПЛЕКС ЗАХОДІВ ЩОДО ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я І ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ЛЮДИНИ ЗАСОБАМИ І МЕТОДАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, А ТАКОЖ ІНШИМИ ФІЗИЧНИМИ ЧИННИКАМИ

ЗАГАЛЬНІ ПРИНЦИПИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

- ***Ранній початок проведення реабілітаційних заходів (РЗ);***
- ***Комплексність використання всіх доступних і необхідних РЗ;***
- ***Індивідуалізація програми реабілітації;***
- ***Етапність реабілітації;***
- ***Безперервність впродовж всіх етапів реабілітації;***
- ***Соціальна спрямованість РЗ;***
- ***Контроль ефективності реабілітації.***

ЗАСОБИ ФИЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ:

АКТИВНІ: - ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА,
- ТРУДОТЕРАПІЯ,
- МЕХАНОТЕРАПІЯ та ін.

ПАССИВНІ: - МАСАЖ,

- МАНУАЛЬНА ТЕРАПІЯ,
ОТЕРАПІЯ,
УРАЛЬНІ І ПРЕФОРМОВАНІ
ПРИРОДНІ ФАКТОРИ (АЕРОТЕРАПІЯ,
ГІДРОТЕРАПІЯ, МУЗИКОТЕРАПІЯ та ін.)

ПСИХОРЕГУЛЮЮЧІ:
- АУТОГЕННЕ ТРЕНУВАННЯ,
- М’ЯЗОВА РЕЛАКСАЦІЯ та ін

ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА –

МЕТОД ЛІКУВАННЯ, ЯКИЙ ВИКОРИСТОВУЄ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ БІЛЬШ ШВИДКОГО І ПОВНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я І ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ХВОРОГО, А ТАКОЖ ДЛЯ ПОПЕРЕДЖЕННЯ (ЧИ УСУНЕННЯ) НАСЛІДКІВ ПАТОЛОГІЧНОГО ПРОЦЕСУ *(ранніх і/або пізніх ускладнень)*

ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДУ ЛФК

- **Природньо-біологічний метод,** в основі якого лежить використання основної біологічної функції організму людини – *функції руху!* (є основним стимулятором росту, розвитку і формування організму).
- **Метод активної функціональної терапії.**
- **Метод неспецифічної терапії.**
- **Метод патогенетичної терапії.**
- **Метод тренуючої терапії.**

ОСНОВНІ ЗАСОБИ ЛФК:

ФІЗИЧНІ ВПРАВИ ***(потужний стимулятор всіх життєвих функцій)***

РУХОВІ РЕЖИМИ ***– об'єм (доза) рухової активності, призначається з урахуванням індивідуальних особливостей організму пацієнта і етапу реабілітації***

ЛІКУВАЛЬНИЙ МАСАЖ

НАТУРАЛЬНІ ПРИРОДНІ ФАКТОРИ*(сонце, повітря, вода ін., використовуються для стимуляції захисних механізмів організму)*

Додаткові засоби ЛФК

- *МЕХАНОТЕРАПІЯ*
- *ПРАЦЕТЕРАПІЯ*
- *МАНУАЛЬНА ТЕРАПІЯ*
- *НЕТРАДИЦІЙНІ ЗАСОБИ (іпотерапія, дельфінотерапія)*

Ендокринна система
Поняття про гуморальну регуляцію

Регуляція функцій, обумовлена дією хімічних речовин, називається ***гуморальною***.

Удосконалення механізмів гуморальної функції в процесі еволюції привело до виникнення гормональної регуляції, тобто до регулювання за допомогою спеціальних біологічно активних речовин-регуляторів – ***гормонів***

Ендокринна система

Ці речовини (гормони) утворюються особливими залозами чи групами секреторних клітин, що не мають спеціалізованих вивідних проток, а виділяють свої секрети безпосередньо в кров. Тому їх називають залозами ***внутрішньої секреції*** , або ***ендокринними залозами*** (з грец. *внутрішній* і *виділяю*)

Регуляцію функцій організму за допомогою гормонів називають ***гормональною***, або ***ендокринною.***

До залоз внутрішньої секреції належать: *гіпофіз, епіфіз, щитоподібна, паращитоподібні, підшлункова, надниркові, тимус, статеві.*

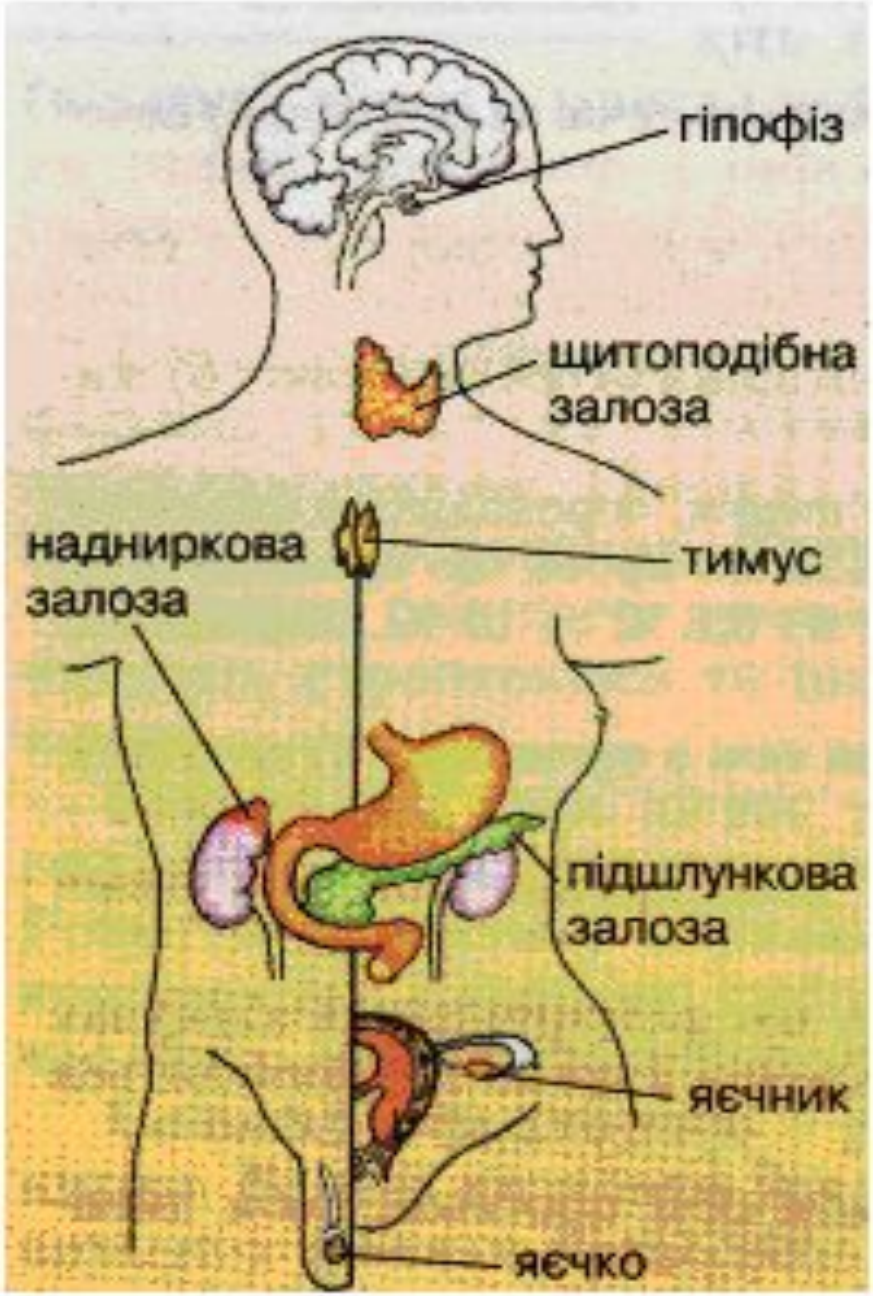

Рис. 8.1. Ендокринна система

Щитоподібна залоза

Одна з найбільших залоз внутрішньої секреції людини. Вона розташовується перед трахеєю, має вагу 25- 30 г, утворена двома частинками , які з'єднані між собою перешийком.

Дія організму

Норма: Регулює обмін речовин . Підвищує збудливість нервової системи

Гіперфункція: Базедова хвороба(підвищується обмін речовин, збудливість нервової системи, розвивається зоб)

Гіпофункція: Мікседема (знижуються обмін речовин і збудливість нервової системи, з'являються набряки шкіри).У молодому віці – карликовість і кретинізм

Підшлункова залоза

Це залоза змішаної секреції. Як залоза зовнішньої секреції вона продукує травні фермент й виділяє їх у дванадцятипалу кишку.

Дія організму

Норма: Регулює вміст глюкози в крові, синтез глікогену з надлишку глюкози.

Гіперфункція: Шок, який супроводжується судомами і втратою свідомості(при зниженні рівня глюкози в крові)

Гіпофункція: Цукровий діабет, під час якого підвищується рівень глюкози в крові, порушується загальний обмін речовин, з'являється цукор у сечі

Надниркові залози

Надниркова залоза людини розташована безпосередньо поруч з нирками. Ця залоза грає важливу роль в регуляції обміну речовин і адаптації організму до несприятливих (тобто стресових) умов

Дія організму

Норма: Регулюють обмін мінеральних і органічних речовин, виділення статевих гормонів, тиск крові, тонус мязів, стан імунітету

Гіперфункція: Рання статева зрілість з швидким припиненням росту.Порушення роботи серцево- судинної системи.

Гіпофункція: Бронзова хвороба(шкіра набуває бронзового кольору, схуднення , втрата працездатності). Нестачі адреналіну практично не буває