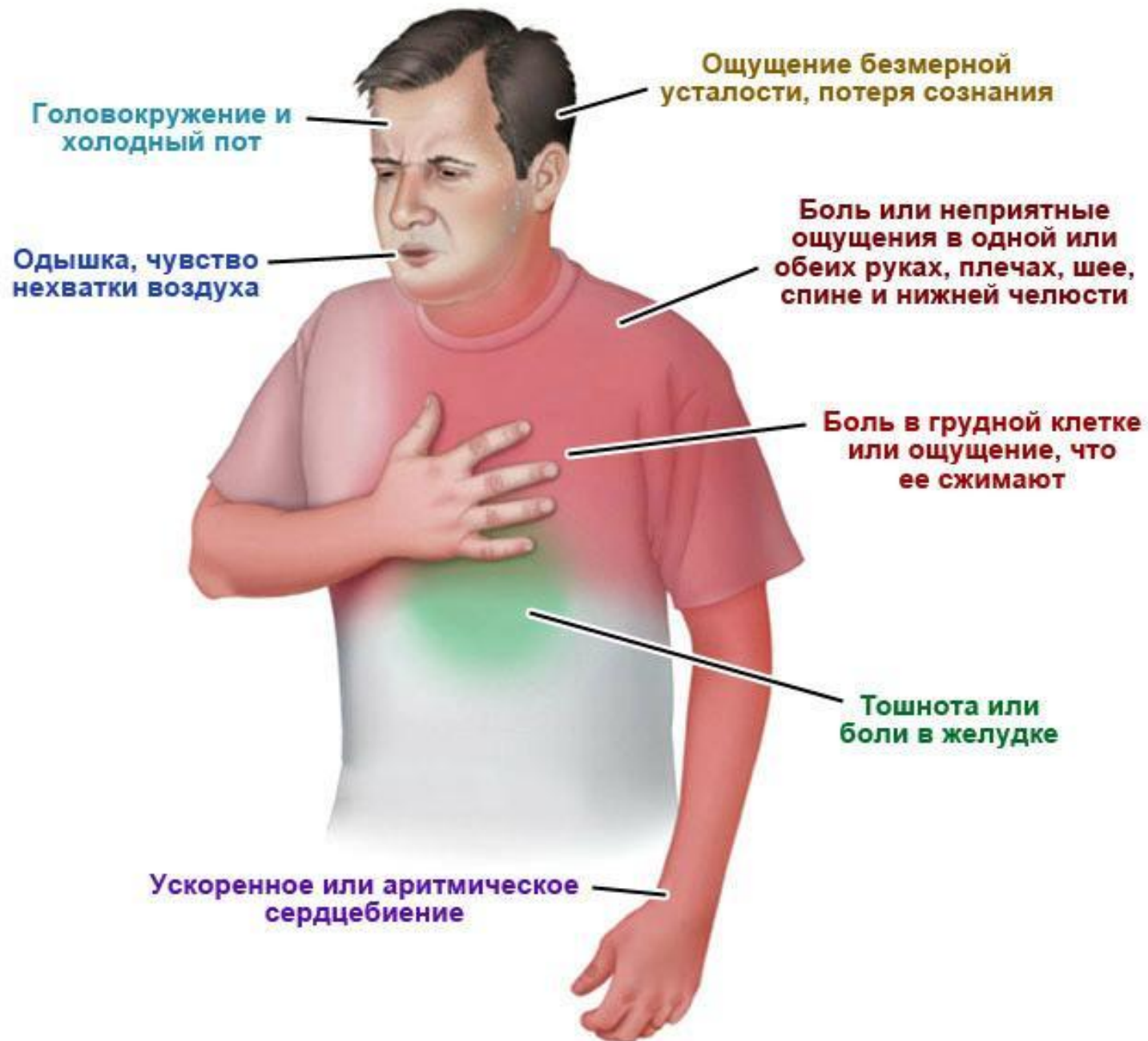


# Особенности реабилитации при ИБС (остром инфаркте миокарда)

Выполнила  
Асессорова Е.Н.  
Группа 036

Инфаркт миокарда представляет собой ишемический некроз сердечной мышцы, обусловленный коронарной недостаточностью. В большинстве случаев ведущей этиологической основой инфаркта миокарда является коронарный атеросклероз

## Симптомы инфаркта миокарда



Ранняя двигательная активизация пациентов способствует развитию коллатерального кровообращения, оказывает благоприятное влияние на физическое и психическое состояние пациентов, укорачивает период госпитализации и не увеличивает риска смертельного исхода.

# Этапы реабилитации пациентов после инфаркта

Реабилитация начинается следом за острой фазой инфаркта миокарда. Буквально с первых дней пребывания в больнице пациент под присмотром врачей начинает борьбу за возвращение здоровья и физических навыков.

# **Стационарный этап реабилитации пациентов**

Физическая реабилитация на стационарном этапе направлена на достижение такого уровня физической активности пациента, при котором он мог бы обслужить себя, подняться на один этаж по лестнице и совершать прогулки до 2-3 км в 2-3 приема в течение дня без существенных отрицательных реакций.

Степень активности	Дни после заболевания			
	Класс 1	Класс 2	Класс 3	Класс 4
<b>1 А</b>	1	1	1	1
<b>1 Б</b>	2	2	3	3
<b>2 А</b>	3-4	3-4	5-6	7-8
<b>2 Б</b>	4-5	6-7	7-8	9-10
<b>3 А</b>	6-10	8-13	9-15	индивидуально
<b>3 Б</b>	11-15	14-16	16-18	индивидуально
<b>4 А</b>	16-20	17-21	19-28	индивидуально
<b>Б и В</b>	21-30	31-45	33-45	индивидуально

# Ступень 1 охватывает период пребывания больного на постельном режиме

- Инструктор или сестра должны помогать пациенту сесть и спустить ноги с постели и проконтролировать реакцию его на данную нагрузку.
- Лечебная гимнастика включает в себя движение в дистальных отделах конечностей, изометрические напряжения крупных мышечных групп нижних конечностей и туловища, статическое дыхание. Темп выполнения движений медленный, подчинен дыханию пациента. После окончания каждого упражнения предусматривается пауза для расслабления и пассивного отдыха. Продолжительность занятия 10-12 минут.



## **Ступень 2 включает объем физической активности пациента в период палатного режима до выхода его в коридор.**

- Пациенту разрешают ходить вначале вокруг кровати, затем по палате, есть, сидя за столом
- Темп упражнений, выполняемых сидя, постепенно увеличивается, движения в дистальных отделах конечностей заменяются движением в проксимальных отделах, что вовлекает в работу более крупные группы мышц. После каждого изменения положения тела следует пассивный отдых. Продолжительность занятий 15—17 мин
- Пациенту разрешаются только настольные игры (шашки, шахматы и др.), рисование, вышивание, плетение, макраме и др.

## **Ступень 3 включает период от первого выхода пациента в коридор до выхода его на прогулку на улицу.**

- Больному разрешают выходить в коридор, пользоваться общим туалетом, ходить по коридору
- Больные осваивают подъем сначала на пролет лестницы, а затем на этаж.
- Больному назначают комплекс лечебной гимнастики. Темп выполнения упражнений медленный с постепенным ускорением. Общая продолжительность занятия — 20—25 мин

# Начало ступени активности 4 знаменуется выходом пациента на улицу

- Больной совершает прогулку на дистанцию 500—900 м в 1—2 приема с темпом ходьбы 70, а потом 80 шагов в 1 мин
- На занятиях используют движение в крупных суставах конечностей с постепенно увеличивающейся амплитудой и усилием, а также для мышц спины и туловища
- Продолжительность занятий до 30—35 мин
- Прогулки постепенно увеличиваются до 2—3 км в день в 2—3 приема, темп ходьбы — 80—100 шагов/мин, подниматься на 1—2 пролета лестницы.

# Санаторный этап реабилитации

Основное содержание программ физической реабилитации на санаторном этапе составляет лечебная гимнастика и тренировочная ходьба. Кроме этого, в зависимости от опыта работы санатория и условий сюда могут включаться плавание, ходьба на лыжах, дозированный бег, тренировка на тренажерах (велозэргометр, тротбан), спортивные игры, гребля и др.

# Диспансерно-поликлинический этап реабилитации больных

Задачи физической реабилитации на этом этапе следующие: восстановление функции сердечно-сосудистой системы путем включения механизмов компенсации кардиального и экстракардиального характера; повышение толерантности к физическим нагрузкам; вторичная профилактика ИБС, восстановление трудоспособности и возврат к профессиональному труду, сохранение восстановленной трудоспособности; возможность частичного или полного отказа от медикаментов; улучшение качества жизни больного

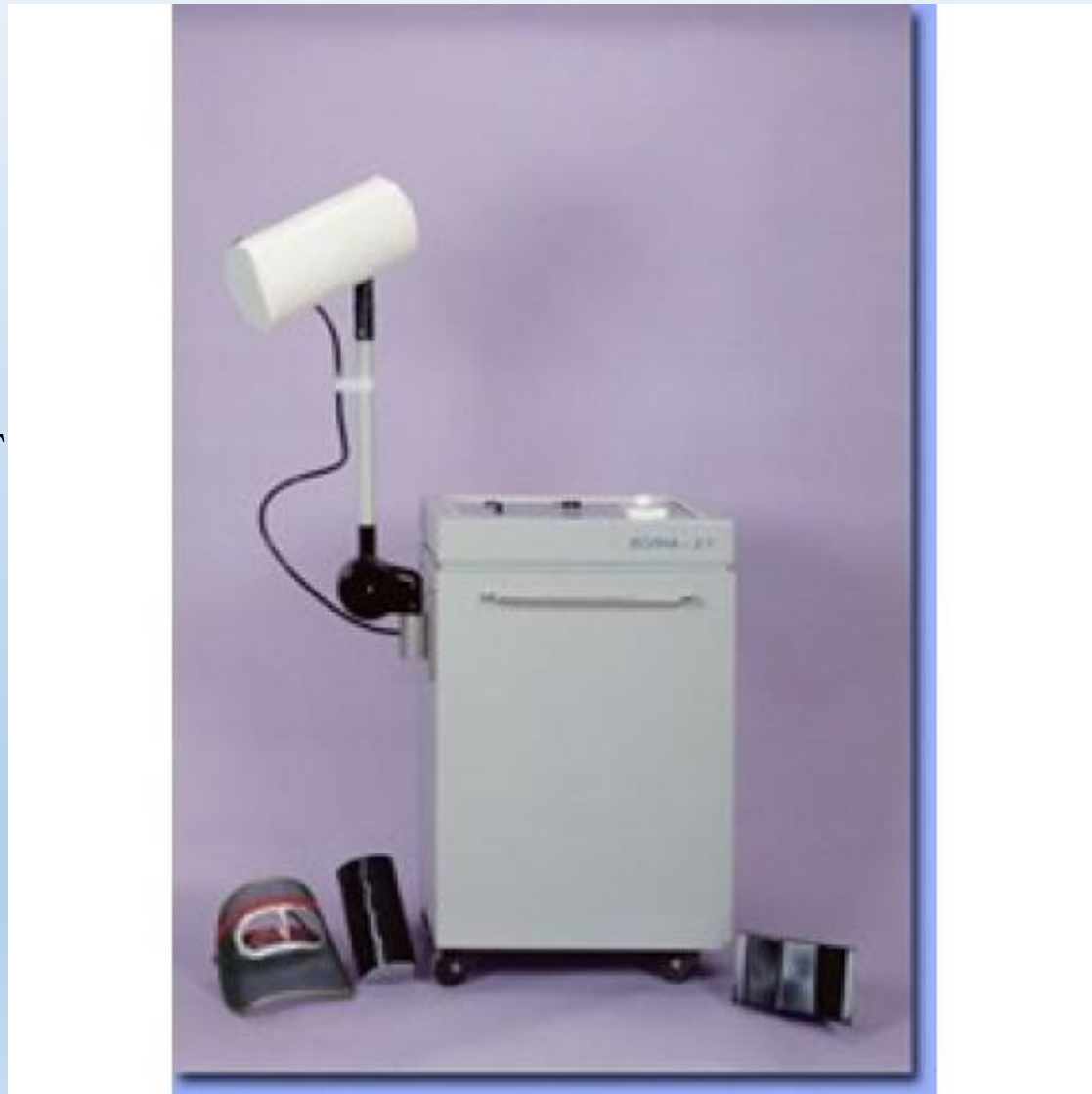
На поликлиническом этапе реабилитации наилучшей формой являются длительные тренировочные нагрузки.



# Физиопроцедуры, применяемые при инфаркте миокарда

Дециметровую терапию назначают продолжительностью 10 минут, курсом 15 процедур. Повторный курс возможен через 3-4 месяца. При использовании аппарата «Волна-2» мощность составляет 30 Вт, а от аппарата «Ромашка» 6 Вт.

Крайне высокочастотная терапия назначается на 15-20 минут ежедневно или через день. Курс лечения 15 процедур. Повторные курсы через 2-3 месяца. Для проведения процедур КВЧ-терапии используют электромагнитные колебания частотой 57-65 Гц (длины волн 4-8 мм).



# Массаж при инфаркте миокарда

- Используют приемы: поглаживание, растирание и неглубокое разминание. Массируют спину, нижние конечности, живот и верхние конечности; грудную клетку поглаживают.
- Первую процедуру общего массажа проводят в 1-й день, а затем повторяют 1-2 раза в сутки в течение 5-15 дней. После процедуры массажа больной дышит кислородом в течение 10-15 мин.





# Диета при инфаркте миокарда

- Представляет собой полноценную диету с ограничением потребления поваренной соли и жидкости.
- Приемы пищи должны быть регулярными, небольшими по объему и частыми (не реже 4-5 раз в день), последний прием пищи необильный за 2-3 часа до сна



После инфаркта миокарда независимо от того, насколько обширным было ишемическое поражение, всегда необходим период реабилитации, позволяющий укрепить сосудистую систему, а также компенсировать нарушения в работе органов и систем.

**Спасибо за внимание!**

