

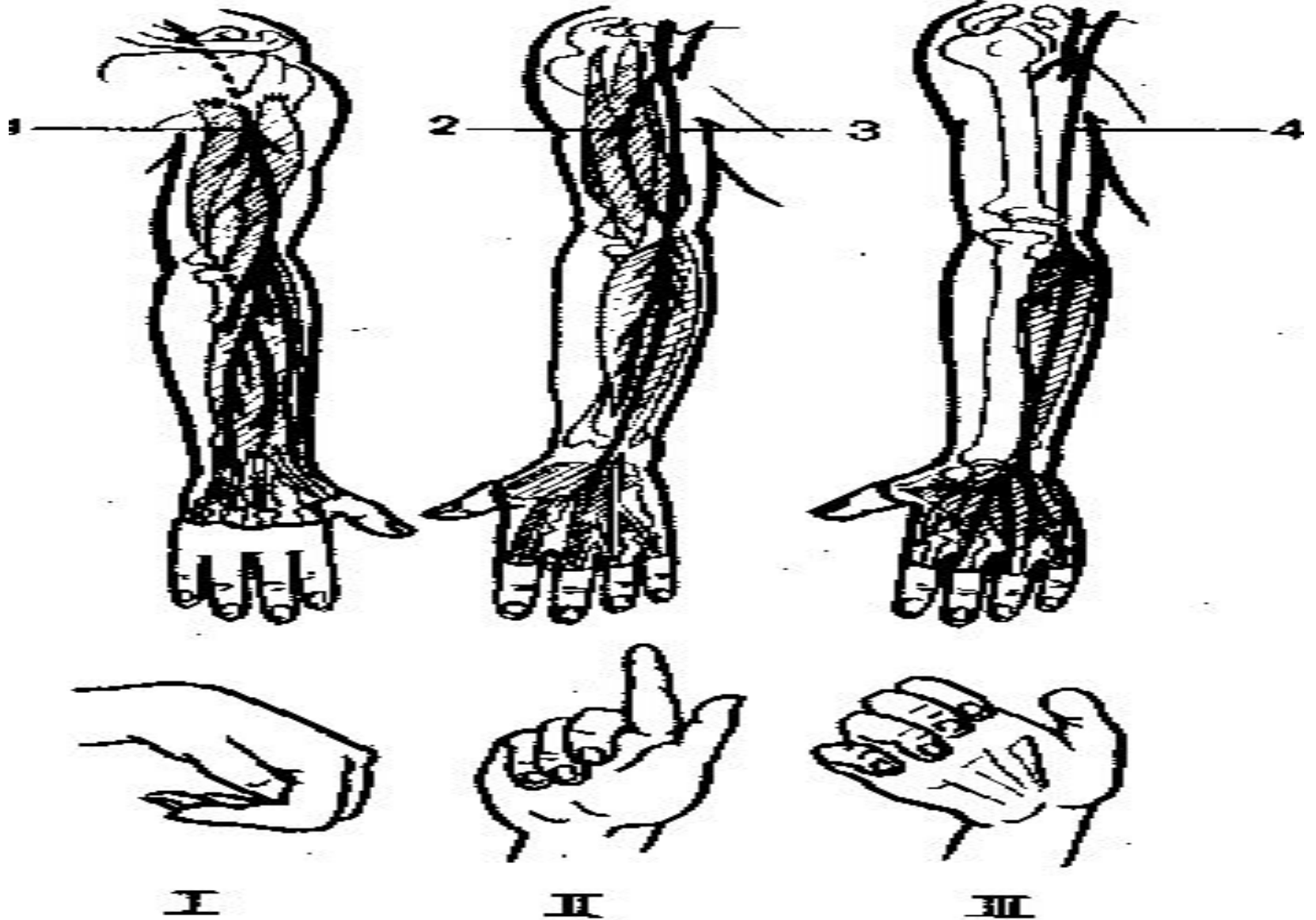
Частные методики ЛФК

**ЛФК при
ТРАВМАХ И
ЗАБОЛЕВАНИЯХ
НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ**

- Любой двигательный акт происходит при передаче импульса по нервным волокнам из коры головного мозга к передним рогам спинного мозга и далее к мышцам.
- При заболеваниях (травмах спинного мозга) нервной системы проведение нервных импульсов затрудняется, и возникает нарушение двигательной функции мышц.
- Полное выпадение функции мышц называется параличом (плегией), а частичное — парезом.

По распространенности параличей различают:

- **моноплегии** (отсутствие движений в **одной конечности** — руке или ноге),
- **гемиплегии** (поражение верхней и нижней конечности одной стороны тела: **правосторонняя** или **левосторонняя** гемиплегия),
- **параплегии** (нарушение движений в обеих нижних конечностях называется **нижней** параплегией, в верхних — **верхней** параплегией)
- **тетраплегия** (паралич **всех четырех конечностей**).
- **При поражении периферических нервов возникает парез в зоне их иннервации, получивший название соответствующего нерва** (например, парез лицевого нерва, парез лучевого



Нервы верхней конечности: 1 — лучевой нерв; 2 — кожно-мышечный нерв; 3 — срединный нерв; 4 — локтевой нерв.

I — кисть при поражении лучевого нерва. II — кисть при поражении срединного нерва.

III — кисть при поражении локтевого нерва

- **Реабилитационный режим должен быть адекватен тяжести заболевания, которая оценивается степенью нарушения приспособительной активности.**
- **Учитывается уровень поражения ЦНС и периферической нервной системы.**
- **Важны такие факторы, как возможность самостоятельно передвигаться, обслуживать себя.**



ЛФК в неврологии имеет ряд правил

- раннее применение ЛФК;
- использование средств и приемов ЛГ для **восстановления временно нарушенных функций** или для **максимальной компенсации утраченных**;
- **подбор специальных упражнений** в сочетании с общеразвивающими, общеукрепляющими упражнениями и массажем;
- строгая **индивидуальность** ЛФК в зависимости от диагноза, возраста и пола больного;
- активное и неуклонное **расширение двигательного режима** от положения лежа до перехода в положение сидя, стоя и т.д.

Специальные упражнения условно можно разделить на следующие группы:

- **упражнения, увеличивающие объем движения в суставе и силу мышц;**
- **упражнения, направленные на восстановление и улучшение координации движений;**
- **антиспастические и противоригидные упражнения;**
- **идеомоторные упражнения (посыл мысленного импульса в тренируемую группу мышц);**
- **группа упражнений, направленных на восстановление или формирование двигательных навыков (стояние, ходьба, манипуляции с простыми, но важными бытовыми объектами: одеждой, посудой и пр.);**
- **пассивные упражнения и упражнения на растягивание соединительнотканых**

Все перечисленные группы упражнений сочетаются в различных комбинациях и зависят от:

- ✓ характера и объема двигательного дефекта,**
- ✓ этапа реабилитации,**
- ✓ возраста и пола больного.**

Травмы головного мозга (сотрясения головного мозга)

Для всех травм головного мозга характерно повышение внутричерепного давления.

- **При нарушениях двигательных функций для профилактики контрактур назначают ЛФК** (пассивные, затем пассивно-активные движения, лечение положением, упражнения на растягивание мышц и др.),
- **массаж спины и парализованных конечностей** (сначала массируют ноги, затем руки, начиная с проксимальных отделов),
- а также **воздействуют на биологически**

Травмы позвоночника и спинного мозга

Клиника течения заболевания зависит от степени поражения спинного мозга и его корешков.

- Так, при травмах верхне-шейного отдела позвоночника возникает спастический тетрапарез конечностей.
- При нижнешейной и верхнегрудной локализации ($C_6 - T_4$) возникает вялый парез рук и спастический парез ног.
- При грудной локализации — парез ног.
- При поражении нижегрудного и поясничного сегментов позвоночника развивается вялый паралич ног.

- Причиной вялых параличей также может быть **повреждение спинного мозга** при закрытых переломах позвоночника и его ранениях.

методические приемы ЛГ

- выполнение идеомоторных упражнений;
- изометрические напряжения мышц;
- упражнения в воде;
- выбор исходных положений, облегчающих мышцам выполнение движений;
- пассивные и активно-пассивные упражнения;
- использование различных приспособлений, уменьшающих вес и трение (блоки и петли, гладкие поверхности, упражнения в воде).