

# **Организация ЛФК в лечебно- профилактических учреждениях**

- Организация всей работы по лечебной физической культуре **возлагается на врача-специалиста и инструктора (методиста)** с привлечением медицинского персонала (врачей, медицинских сестер) лечебного учреждения.
- **Врачебно-физкультурные диспансеры** района, города, области **осуществляют методическое руководство** всеми звеньями лечебно-профилактических учреждений, где работают специалисты по лечебной физической культуре.

- **В обязанности врача-специалиста по лечебной физической культуре входит:**
- **проведение осмотров** больных, назначенных на занятия, до, после, а иногда и во время лечения;
- **определение методики занятий** (форм, средств, дозировки физических упражнений);
- **руководство работой инструкторов** (методистов);
- **консультации врачей** других специальностей по вопросам лечебной физической культуры,
- **организация и проведение санитарно-просветительской работы** среди больных и здорового населения.
- **Врач должен присутствовать на занятиях с больными и осуществлять** врачебно-педагогический контроль за ними.

# **В обязанности инструктора (методиста)**

## **ВХОДИТ:**

- **организация и проведение занятий лечебной гимнастикой** (индивидуальных и групповых) в палатах, кабинетах или залах лечебной физической культуры, на спортивных площадках;
- **организация и проведение спортивно-массовых мероприятий** с занимающимися,
- **включая группы здоровья.**

## Врач и инструктор (методист):

- ведут установленную документацию (форма № 42, записи в истории болезни),
- проводят антропометрические и другие исследования,
- анализируют эффективность лечения,
- **составляют комплекс и схемы упражнений** лечебной гимнастики.

- **Схему занятий ЛГ разрабатывают применительно к основным группам заболевания (без учета принципа индивидуализации) по следующей форме:**

- 1) части занятия;
- 2) порядковый номер группы упражнений;
- 3) исходное положение больного;
- 4) содержание частей;
- 5) дозировка (число повторений) упражнений в каждой группе;
- 6) целевая установка, методические

- **Примерные комплексы упражнений ЛГ** должны соответствовать содержанию **схемы**, отвечать принципу индивидуального подхода к больному и **составляться по указанной форме.**
- **Врач ЛФК** отвечает за обеспечение необходимым оборудованием мест проведения занятий,
- **инструктор** (методист) является материально ответственным лицом.

- **В больницах и поликлиниках** зал для проведения групповых занятий по лечебной физической культуре должен иметь площадь не менее 30—40 м<sup>2</sup>, комната для индивидуальных занятий — 20 м<sup>2</sup>.
- Кроме того, обязательны кабинет врача, душевая, раздевальня, кладовая.
- Для занятий на воздухе оборудуются спортивные площадки.



- В отделениях реабилитации, санаториях и на курортах зал должен быть площадью около 60 м<sup>2</sup>.

### **Желательно иметь также:**

- мастерские по трудотерапии,
- маршруты терренкура,
- плавательные бассейны,
- лыжные и водные станции,
- катки,
- пляжи и другие сооружения.

## **В зале должны быть:**

- гимнастическая стенка (несколько пролетов),
- гимнастические скамейки,
- тренажеры,
- наклонные плоскости, кушетки,
- стол с гладкой поверхностью (для восстановления подвижности в суставах пальцев при травматических и неврологических заболеваниях),
- блоковые установки,
- баскетбольные корзины,
- большое зеркало,
- игрушки и различные приспособления для восстановления подвижности в суставах пальцев и кисти.