

**Физическая
реабилитация
при ишемической
болезни**



**Основы методики занятий
физическими упражнениями
при лечении и реабилитации
больных
сердечно-сосудистыми
заболеваниями**



В этих занятиях очень важно строго соблюдать основные дидактические принципы:

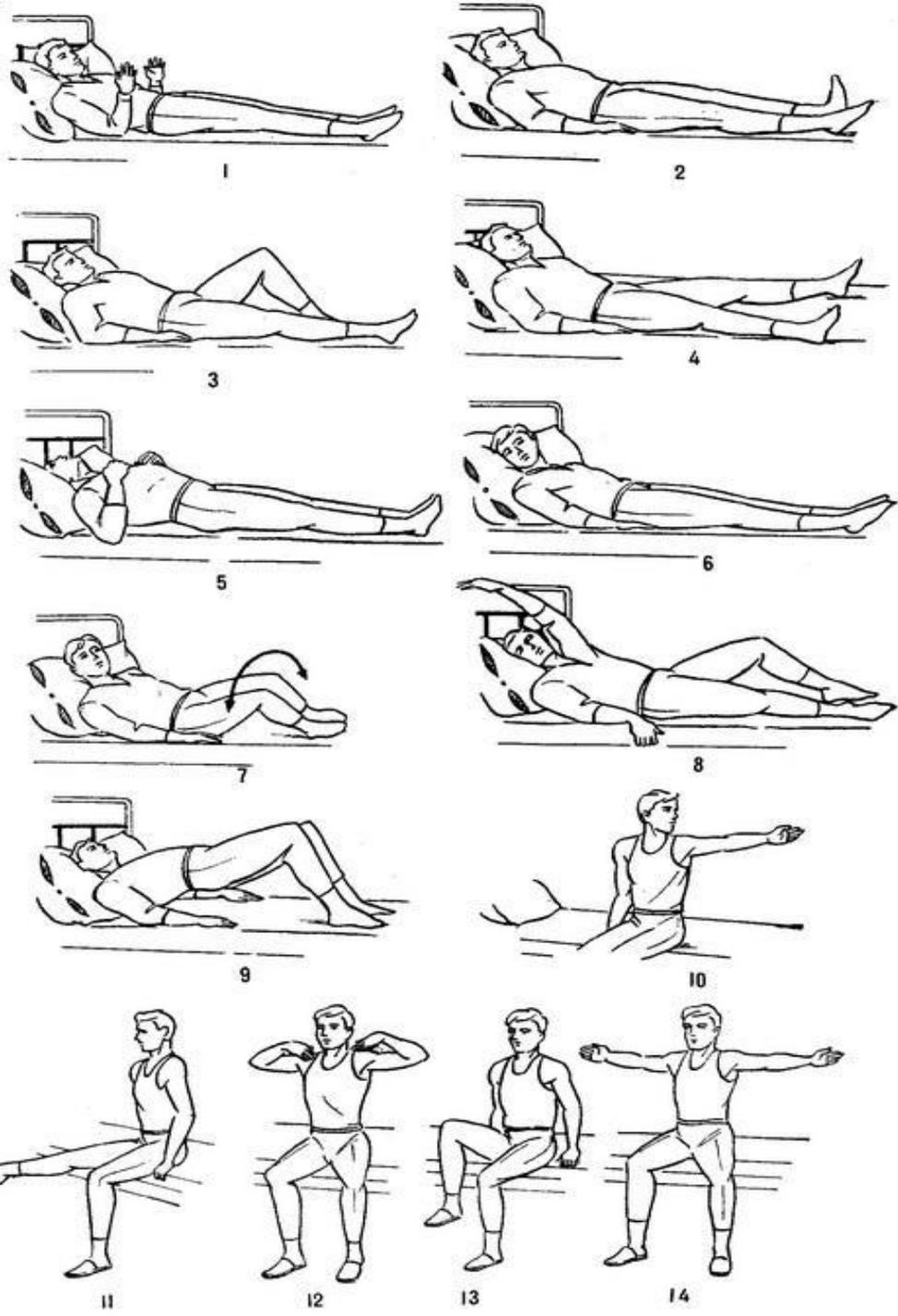
- **доступность**
- **индивидуализация**
- **систематичность**
- **постепенность повышения требований**



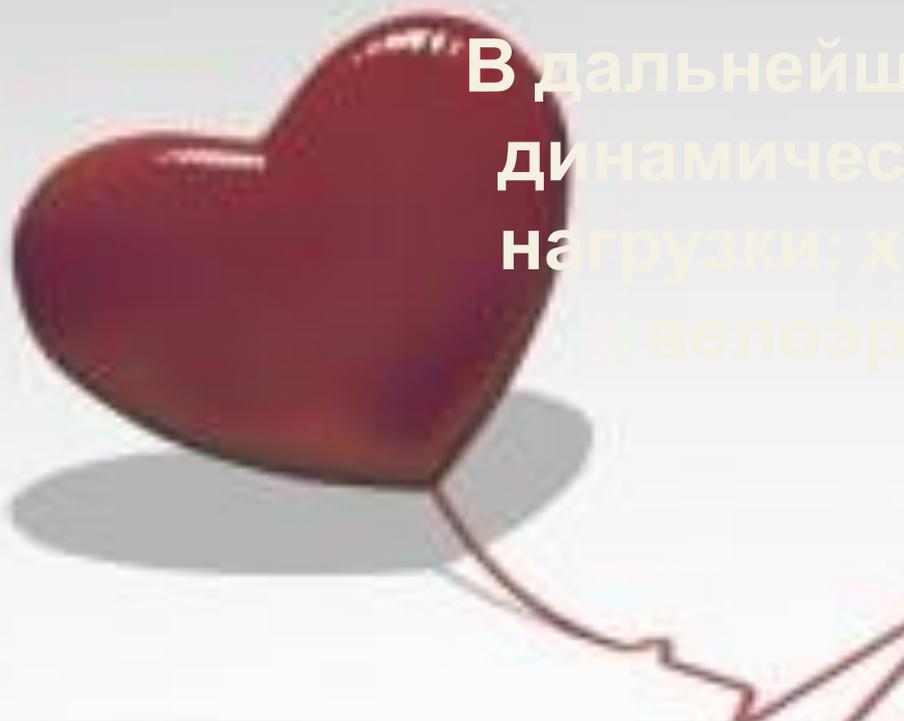
Методика занятий физическими упражнениями зависит от заболевания и характера патологических изменений, им вызванных, стадии заболевания, степени недостаточности кровообращения, состояния венечного кровоснабжения.



От упражнений малой интенсивности переходят к упражнениям средней и большой интенсивности, а от исходных положений лежа и сидя к исходному положению стоя.



В дальнейшем используются динамические циклические нагрузки: ходьба, работа на велоэргометре, бег.





Для эффективного лечения и реабилитации больных большое значение имеет применение адекватных состоянию больного дозировок физической нагрузки.

Для ее определения
приходится учитывать
множество факторов:

- проявления основного заболевания и степень коронарной недостаточности,
- уровень физической работоспособности,
- состояние гемодинамики,
- способность выполнять





Лечебная гимнастика направлена на:

- предупреждение осложнений
- стимуляцию компенсаций
- улучшение психического состояния больного



טריאטל סטונאז

Ишемическая болезнь

сердца — острое или

хроническое поражение

сердечной мышцы,

вызванное

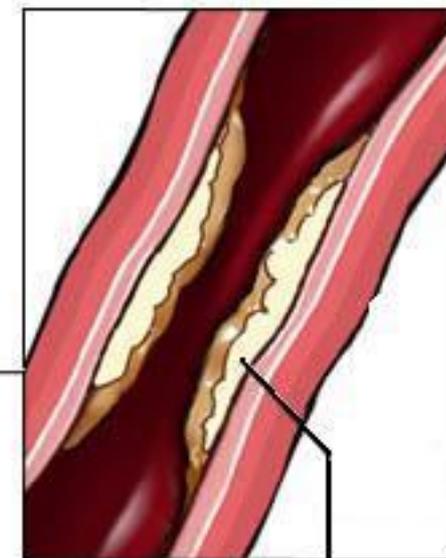
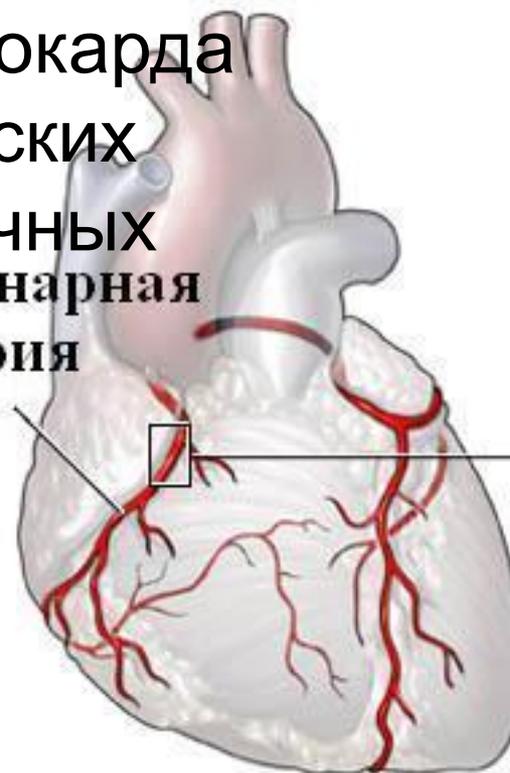
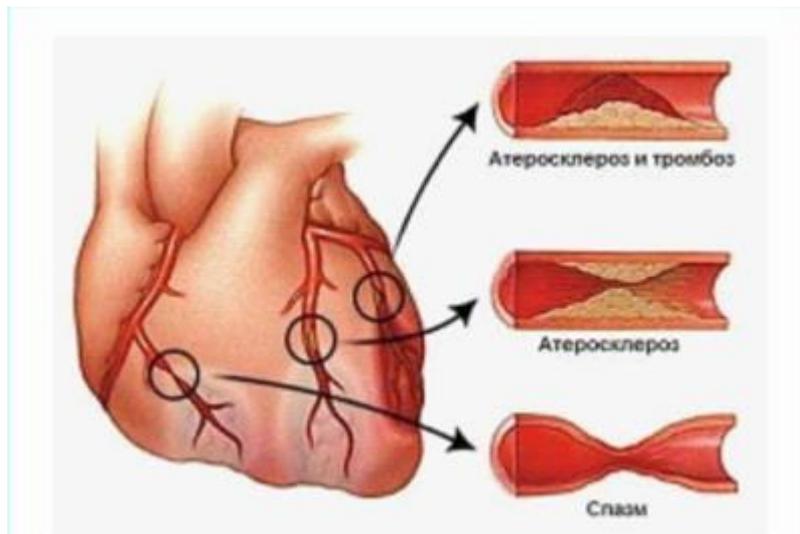
недостаточностью

кровообращения миокарда

из-за патологических

процессов в венечных

артериях



Бляшка
атеросклероза



КЛАССИФИКАЦИЯ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

1. **Внезапная коронарная смерть** (МКБ-Х — 146.1)
2. **Стенокардия** (МКБ-Х — 120.0): *стабильная стенокардия напряжения* (I, II, III, IV функциональный класс — ФК); к III, IV ФК относят и стенокардию покоя (малых напряжений); *вазоспастическая стенокардия* (спонтанная, Принцметала); *нестабильная стенокардия* (выявленная впервые до 28 сут; прогрессирующая; ранняя постинфарктная)
3. **Острый инфаркт миокарда** (ОИМ; МКБ-Х — 121.0) с указанием даты возникновения, локализации, осложнений: *при наличии зубца Q* (трансмуральный); *без зубца Q* (мелкоочаговый), *субэндокардиальный*; *неопределенный*; *рецидивирующий* (от 3 до 28 сут); *повторный* (до 28 сут); *острая коронарная недостаточность*
4. **Кардиосклероз** (с указанием стадии СН и вида аритмии): *очаговый* (МКБ-Х — 125.2) (постинфарктный; не обусловленный ИМ); *диффузный* (МКБ-Х — 125.0)
5. **Безболевая форма ИБС** (МКБ-Х — 125.6)



Атеросклеротические изменения венечных артерий сердца ухудшают приток крови, что является причиной разрастания соединительной ткани и снижения количества мышечной, так как последняя очень чувствительна к недостатку питания.

Кардиосклероз вызывает:

- снижение сократительной функции сердца
- быстрое утомление при физической работе
- одышку
- сердцебиение.



Появляются:

- боли за грудиной и в левой половине грудной клетки
- снижается работоспособность

Стенокардия — клиническая форма ишемической болезни, при которой возникают приступы внезапной боли в груди, обусловленные острой недостаточностью кровообращения сердечной мышцы, в большинстве случаев является следствием атеросклероза венечных артерий.

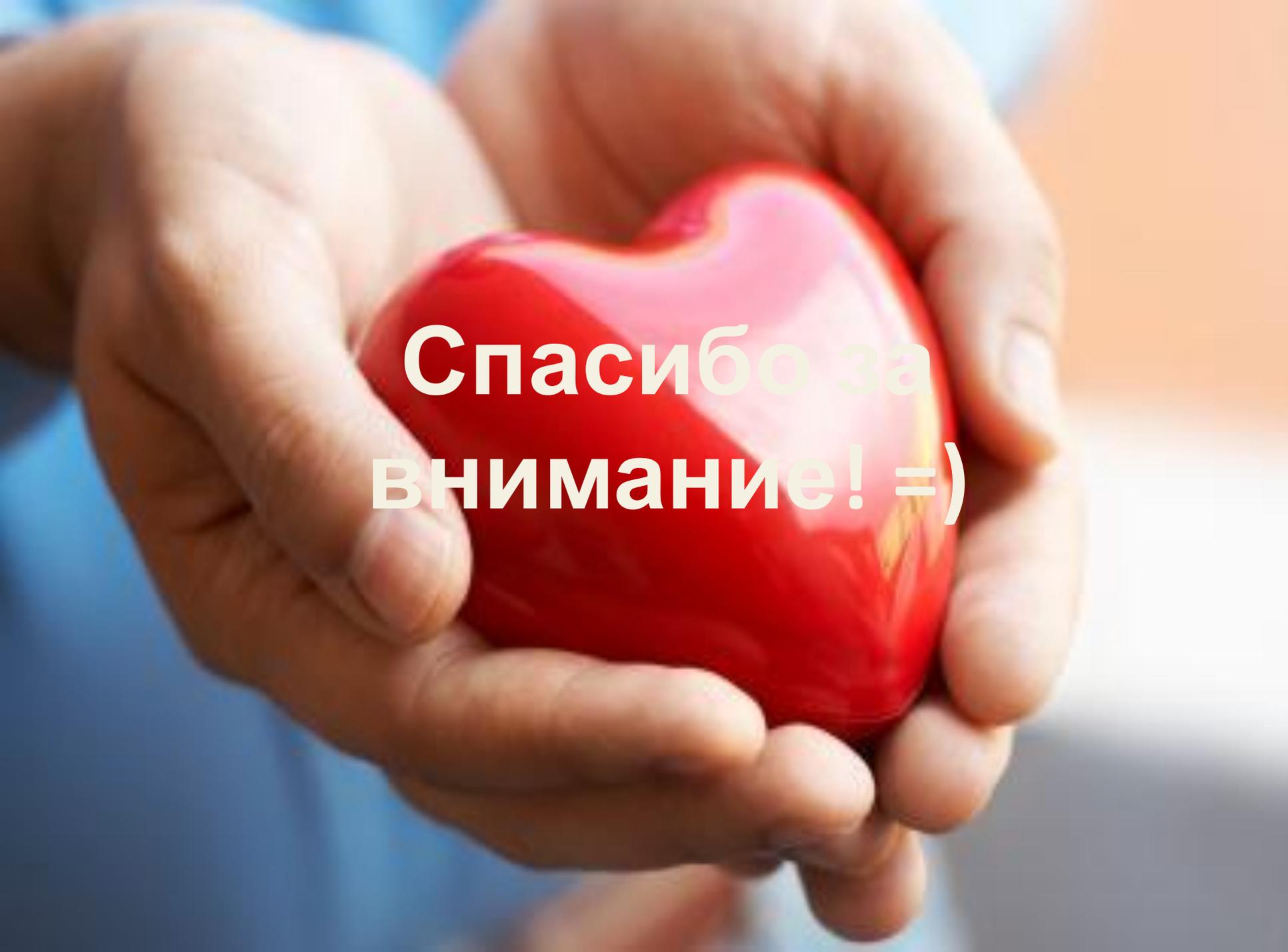


Боли локализируются за грудиной или слева от нее, **распространяются** в левую руку, левую лопатку, шею и **бывают** сжимающего, давящего или жгучего характера.

Задачи

ДФК:

- ✓ стимулировать нейрогуморальные регуляторные механизмы для восстановления нормальных сосудистых реакций при мышечной работе и улучшить функцию сердечно-сосудистой системы
- ✓ активизировать обмен веществ (борьба с атеросклеротическим процессом)
- ✓ улучшить эмоционально-психическое состояние
- ✓ обеспечить адаптацию к физическим нагрузкам

A close-up photograph of a person's hands holding a bright red, glossy heart. The heart is the central focus, held gently in the palms. The background is softly blurred, showing a blue shirt and a warm-toned wall. Overlaid on the heart is the Russian text "Спасибо за внимание! =)" in a white, bold, sans-serif font.

**Спасибо за
внимание! =)**