

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини,
фізичного виховання і здоров'я

Терапевтичні вправи

Тема 9. ВИКОРИСТАННЯ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ ПРИ ІНФАРКТІ
МІОКАРДА

Методичні рекомендації для практичних занять
студентів II курсу медичних факультетів
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»

Затверджено:

на засіданні кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я ЗДМУ

на ЦМР ЗДМУ протокол № _____ від _____ 20__ р.

Автори:

Дорошенко Е.Ю., доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я ЗДМУ;

Гурєєва А.М., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я ЗДМУ;

Черненко О.Є., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я ЗДМУ

Методичні рекомендації призначені для студентів, які навчаються за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» ЗВО МОЗ України. Містять базові питання стосовно використання терапевтичних вправ з лікувальною та профілактичною метою у комплексному процесі відновлення здоров'я, вивчення яких передбачено навчальною програмою з дисципліни «Терапевтичні вправи».

Тема 9. Використання терапевтичних вправ при інфаркті міокарда

Обсяг аудиторних годин – 3

Мета: ознайомитися зі специфікою захворювань серцево-судинної системи, навчитися розробляти комплекси фізичних вправ на різних етапах даних захворювань.

Студент повинен знати:

- клініко-фізіологічне обґрунтування використання терапевтичних вправ при інфаркті міокарда;
- методичні принципи застосування фізичних вправ при інфаркті міокарда;
- особливості використання терапевтичних вправ при інфаркті міокарда.

Студент повинен вміти:

- скласти індивідуальну програму реабілітації хворого;
- скласти комплекс терапевтичних вправ при інфаркті міокарда згідно періоду фізичної реабілітації та інших чинників.

Теоретичні відомості (див. у СРС №9)

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА ЗАНЯТТЯ

- ✓ *Законспектувати механізми впливу та методичні принципи застосування терапевтичних вправ при інфаркті міокарда згідно періоду фізичної реабілітації.*
- ✓ *Відповісти на тестові запитання:*

1. Інфаркт міокарда це:

А. це нездатність серцево-судинної системи забезпечити доставку крові до тканин і органів у необхідній кількості для їх нормального

функціонування, що може бути результатом ураження тільки серця чи судин або комбінацією їх

- В. хронічна хвороба серцево-судинної системи, характеризується артеріальною гіпертензією, функціональними, а при виражених стадіях, органічними змінами в нирках, серці, центральній нервовій системі
- С. найважча форма ішемічної хвороби серця, що пов'язана з утворенням вогнища змертвіння в серцевому м'язі внаслідок недостатності його кровопостачання
- Д. найбільш поширене хронічне захворювання серцево-судинної системи, при якому характерне ураження стінок артерій, що призводить до звуження судин
- Е. хронічне захворювання серцево-судинної системи, при якому характерне ураження стінок артерій, що призводить до розширення судин та артерій

1. З якого дня захворювання призначають спеціальний комплекс ТВ при трансмуральному інфаркті міокарда?

- А. через добу
- В. через тиждень
- С. перед випискою
- Д. індивідуально
- Е. взагалі не призначаються

2. Оберіть фази реабілітації хворих на інфаркт міокарда:

- А. щадна, щадно-тренуюча, тренуюча
- В. фізіологічна, лікарняна, післялікарняна
- С. лікарняна, видужання, підтримуюча
- Д. хвороби, видужання, відновлення
- Е. лікарняна, післялікарняна, тренуюча

3. Особливості 2 комплексу лікувальної гімнастики у хворих ІМ

- А. малогрупові заняття, В.П. сидячи

- В. індивідуальні заняття, В.П. сидячи
- С. індивідуальні заняття, В.П. лежачи у ліжку на лівому боці
- Д. малогрупові заняття, В.П. лежачи та сидячи
- Е. усі відповіді вірні

4. Завдання ТВ у суворому постільному режимі при інфаркті міокарда:

- А. стимуляція екстракардіальних чинників кровообігу, підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення сидячи, навчання елементів самообслуговування
- В. попередження ускладнень, покращання периферичного кровообігу, трофічних процесів у міокарді, психічного стану хворих
- С. підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення стоячи і ходьби; подальша активізація екстракардіальних чинників кровообігу; стимуляція репаративних процесів у міокарді і поступове його тренування
- Д. адаптація серцево-судинної системи до поступового збільшення фізичних навантажень, подальше розширення рухової активності, навчання ходьби по сходах, підготовку до побутових навантажень
- Е. адаптація серцево-судинної системи до поступового збільшення фізичних навантажень, придбання навиків самообслуговування, навчання ходьби по сходах, підготовку до побутових навантажень

5. Формами проведення ТВ при серцево-судинних захворюваннях є:

- А. комплексні, щадно-тренуючі та тренуючі заняття ТВ
- В. ранкова гігієнічна гімнастика, дозована ходьба, лікувальний масаж
- С. лікувальний масаж, лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика, різні дієти
- Д. гімнастичні, спортивно-прикладні та оздоровчо-ігрові вправи;
- Е. працетерапія, переформовані фізичні чинники

6. Завдання ТВ у напівпостільному режимі при інфаркті міокарда:

- А. попередження ускладнень, покращання периферичного кровообігу, трофічних процесів у міокарді, психічного стану хворих

- В. адаптація серцево-судинної системи до положення лежачі, сидячи, навчання ходьби по сходах
- С. підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення стоячи і ходьби; подальша активізація екстракардіальних чинників кровообігу; стимуляція репаративних процесів у міокардії поступове його тренування
- Д. адаптація серцево-судинної системи до поступового збільшення фізичних навантажень, подальше розширення рухової активності, навчання ходьби по сходах, підготовку до побутових навантажень
- Е. стимуляція екстракардіальних чинників кровообігу, підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення сидячи, навчання елементів самообслуговування

7. Особливості 1 комплексу терапевтичних вправ у хворих ІМ:

- А. індивідуальні заняття, В.П. лежачи у ліжку на спині, животі, боці
- В. індивідуальні заняття, В.П. лежачи на спині у ліжку
- С. індивідуальні заняття, В.П. сидячи на ліжку
- Д. індивідуальні заняття, В.П. лежачи на лівому боці
- Е. індивідуальні заняття, В.П. лежачі на животі, руки вгору

8. Завдання ТВ у вільному режимі при інфаркті міокарда:

- А. адаптація серцево-судинної системи до поступового збільшення фізичних навантажень, подальше розширення рухової активності, навчання ходьби по сходах, підготовку до побутових навантажень
- В. попередження ускладнень, покращання периферичного кровообігу, трофічних процесів у міокарді, психічного стану хворих
- С. стимуляція екстракардіальних чинників кровообігу, підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення сидячи, навчання елементів самообслуговування
- Д. підготовка і адаптація серцево-судинної системи до положення стоячи і ходьби; подальша активізація екстракардіальних чинників

кровообігу; стимуляція репаративних процесів у міокарді і поступове його тренування

Е. адаптація серцево-судинної системи до положення лежачі, сидячи, навчання ходьби по сходах

9. Зниження навантаження на серцевий м'яз відбувається при виконанні вправ в положенні:

А. упор стоячи на колінах

В. сидячи, лежачи

С. стоячи, сидячи

Д. тільки стоячи

Е. стоячи, лежачи

10. Для визначення адекватності виконання фізичних вправ використовують:

А. антропометрію

В. спірографію

С. ЕКГ

Д. пульсометрію

Е. хронометрію

11. При інфаркті міокарду період рубцювання триває:

А. до 12-14 днів

В. 1-2 місяці

С. більше 2 місяців

Д. рубцювання не відбувається взагалі

Е. 15-30 днів

12. Яке протипоказання для переведення хворого на інфаркт міокарда на наступний режим фізичної активності?

А. відсутність ускладнень захворювання

В. прискорення серцебиття

С. позитивна динаміка ЕКГ

Д. негативна динаміка ЕКГ

Е. поганий настрій

13.Комплекс ТВ (№1) у суворо постільному режимі при інфаркті міокарда включає наступні фізичні вправи:

- А. вправи з предметами
- В. фізичні вправи у дистальних відділах кінцівок
- С. рухів в кінцівках з середньою амплітудою
- Д. фізичні вправи з напруженням для всього тіла
- Е. трудотерапія

14.ТВ зі зміною вихідних положень лежачи-сидячи-лежачи при інфаркті міокарда на лікарняному етапі лікування виконуються у режимі реабілітації:

- А. суворо постільному
- В. постільному
- С. напівпостільному
- Д. вільному
- Е. палатному

15.Який основний вид фізичного навантаження застосовують на санаторному етапі реабілітації хворих, які перенесли інфаркт міокарда?

- А. рухливі ігри
- В. силові вправи
- С. вправи для дрібної моторики рук
- Д. дозована тренувальна ходьба
- Е. дозована трудотерапія

16.Особливості 3 комплексу терапевтичних вправ у хворих ІМ:

- А. індивідуальні заняття, В.П. лежачи у ліжку
- В. індивідуальні заняття, В.П. сидячи
- С. індивідуальні заняття, В.П. стоячи
- Д. малогрупові заняття, В.П. сидячи і стоячи
- Е. малогрупові заняття, В.П. лежачи та сидячи

17.Перше сідання на ліжку, звішуючи ноги, хворим ІМ дозволяється на

- A. Іа ступені активності
- B. Іб ступені активності
- C. ІІб ступені активності
- D. Іа ступені активності
- E. ІІа ступені активності

18.Підйом по сходах у хворих ІМ на санаторному етапі

- A. виконують тільки окремі хворі
- B. на цьому етапі не виконують
- C. на цьому етапі вже дозволено помірний біг
- D. хворим це не дозволено виходити за межі палати
- E. є одним із основних елементів реабілітації

✓ Ситуаційні завдання

Варіант 1 вибирають студенти під непарним номером у журналі.

Варіант 2 вибирають студенти під парним номером у журналі.

Варіант 1.

Хворий З., 55 років, поступив до кардіологічного відділення з діагнозом: гострий неускладнений великовогнищевий інфаркт задньої стінки лівого шлуночка, ІІ клас тяжкості з недостатністю кровообігу ІІФ стадії.

1. З якої доби до комплексного лікування хворого необхідно включити ТВ?
2. Визначити основні завдання ТВ на початковому етапі їх застосування.
3. Скласти зразковий комплекс ТВ. У яких вихідних положеннях слід виконувати фізичні вправи?

Варіант 2.

У хворої Г., 45 років, атеросклероз коронарних артерій, гострий інфаркт міокарда в ділянці задньої і бічної стінки лівого шлуночка, III функціональний клас тяжкості, недостатність кровообігу II А ступеня.

1. Скласти орієнтований алгоритм застосування ТВ у комплексному лікуванні даного хворого.
2. З якої доби можна підсаджувати хворого за допомогою медичного персоналу на постелі, звисивши ноги, на 5-10 хв?
3. На яку добу хворому можна дозволити ходити по палаті та виконувати фізичні вправи в положенні сидячи.
4. Скласти зразковий комплекс ТВ. У яких вихідних положеннях слід виконувати фізичні вправи?

Список рекомендованої літератури

Основна:

1. Козубенко Ю.Л. Лікувальна фізична культура: навч.-метод. посіб. / Ю.Л. Козубенко, М.А. Буц. – Переяслав-Хмельницький (Київ. обл.), 2017. – 170 с. – С. 20-35.
2. Христова Т.Є. Основи лікувальної фізичної культури: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізичне виховання» / Т.Є. Христова, Г.П. Суханова. – Мелітополь, 2015 – 172 с. – С. 56-68.

Допоміжна:

1. Основи фізичної реабілітації / А. Магльований, В. Мухін, Г Магльована. – Львів, 2006. – 150 с.
2. Порада А.М. Основи фізичної реабілітації: навч. посібник / А.М. Порада, О.В. Солодовник, Н.Є. Прокопчук. – 2-е вид. – К.: Медицина, 2008. – С. 40-51.
3. Соколовський В.С. Лікувальна фізична культура: підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса, 2005. – 234 с. – С. 40-52.