Реабилитация после инсульта должна начинаться с самых первых дней прекращения острой фазы мозгового удара.

Этапы восстановительного курса процесса реабилитации:

I. Первичное восстановление положением. На этом этапе с пациентом проводится исключительно пассивная гимнастика в положении лежа.

II. Пациента обучают правильному сидению.

III. Пациента обучают самостоятельно стоять и, главное, самостоятельно вставать с постели.

IV. Пациента обучают самостоятельному хождению.

Все физические упражнения (лечение положением, пассивная или активная гимнастика) после инсульта должны выполняться в определённой последовательности, соответствуя конкретному временному периоду процесса реабилитации и только по рекомендациям врача!

Порядок проведения физических упражнений после инсульта

1. Упражнения проводятся в постели. Лежа больной учится отталкиваться парализованными конечностями от стены, от спинки кровати и др. Больной учится: переворачиваться с бока на бок, садиться, не спуская при этом ноги с кровати и снова ложиться, не падая.
2. Когда больной умеет сидеть, его обучают делать активную гимнастику в положении сидя: он учится спускать и поднимать ноги на кровать, понемногу привставать на полностью здоровой ноге.
3. Когда пострадавший уверенно стоит на здоровой ноге, его учат ходить в правильно подобранных и отрегулированных по высоте ходунках.
4. Пациента при помощи ходунков в положении стоя обучают аккуратно переступать с ноги на ногу.
5. Когда пациент уверенно ходит, используя ходунки, его обучают упражнениям с увеличением нагрузки на мышцы ног. При этом упражнения должны умеренно и постоянно увеличиваться, проходимые расстояния должны расти.

Хочешь быть здоровым - будь им!

ГКУЗ "Волгоградский областной центр медицинской профилактики", Волгоград

Реабилитация после инсульта

Первый этап восстановления двигательной активности- восстановление положением

Первый этап восстановления пациента после инсульта

Правила, которые рекомендуется соблюдать при восстановлении пациента **положением:**

1.Соблюдение симметричности расположения частей тела и конечностей при нахождении пациента в лежачем положении.

2. Поддержка всех сегментов тела при помощи подушек.

3. Бережное отношение к суставам.

4.Ограничение времени пребывания на спине, во избежание образования пролежней.

5.В положении на спине парализованное плечо должно быть поддержано плоской подушкой.

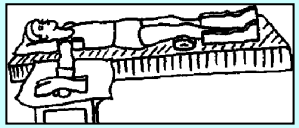
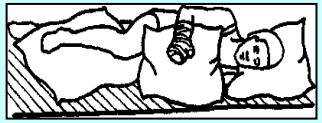
6.Под ягодицу с пораженной стороны тоже подкладывается подушка, чтобы «больная» нога не была развернута кнаружи.

7.Положение тела меняется каждые 2-4 часа.

Для чего необходим этап восстановления пациента положением

Восстановление положением способствует

- Снижению спазму мышц.
- Восстановлению схемы тела.
- Нормализации глубокой чувствительности.
- Снижению болевого синдрома.
- Снижению патологических установок.
- Предупреждению развития контрактур.
- Ранней профилактике пролежней.
- Профилактике развития тромбоза глубоких вен конечностей.
- Профилактике пневмонии.

Инсульт — острое нарушение мозгового кровообращения (ОНМК), характеризующееся внезапным (в течение нескольких минут или часов) появлением очаговых и (или) общемозговых неврологических симптомов которые сохраняются более 24 часов.

Правила, которых следует придерживаться при восстановлении двигательной активности после инсульта:

1. НЕ рекомендуется **выполнять упражнения по восстановлению двигательной активности после инсульта** при цифрах АД выше 180/105 мм.рт.ст.

2. Массаж проводят с достаточной интенсивностью даже при повышении давления, измеряя его перед и после сеанса (длительность одной процедуры не более 20-25 мин).

3. Лечение положением начинают проводить с 3-5-го дня после инсульта.