

МЕДИЧНА ТА СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

РЕКОМЕНДОВАНО

ДУ «Центральним методичним кабінетом
підготовки молодших спеціалістів
Міністерства охорони здоров'я України»
як навчально-методичний посібник
для студентів та викладачів медичних
(фармацевтичних) закладів вищої освіти,
закладів (факультетів) післядипломної
освіти, інструкторів з лікувальної
фізкультури та масажу, практикуючих
медичних сестер

Київ
ВСВ «Медицина»
2018

УДК 364.048.6
ББК 51.1(2)3я73
М42

Рекомендовано ДУ «Центральним методичним кабінетом підготовки молодших спеціалістів Міністерства охорони здоров'я України» як навчально-методичний посібник для студентів та викладачів медичних (фармацевтичних) закладів вищої освіти, закладів (факультетів) післядипломної освіти, інструкторів з лікувальної фізкультури та масажу, практикуючих медичних сестер (лист № 275 від 09.10.2017)

Автори:

С.С. Сапункова, Л.О. Піц, А.Ф. Гутницька, Є.С. Стефанюк, О.М. Маковійчук — викладачі вищої кваліфікаційної категорії Чернівецького медичного коледжу БДМУ; *О.Д. Сапунков* — канд. мед. наук, доц. кафедри дитячої хірургії та отоларингології БДМУ; *К.В. Ферфецька* — канд. мед. наук, асист. кафедри внутрішньої медицини та інфекційних хвороб БДМУ

Навчально-методичний посібник складено відповідно до навчальної програми з дисципліни «Медична та соціальна реабілітація» спеціальності «Медсестринство».

Викладено матеріал з основ реабілітації, фізіотерапії, лікувальної фізкультури, масажу, медичної та соціальної реабілітації при різних видах патології в дорослих, дітей та осіб літнього і старечого віку. Кожен з розділів видання містить науково-методичне обґрунтування теми, постановку цілей, стислий зміст із висвітленням етапів медсестринського процесу, а також завдання для самоконтролю та рекомендовану літературу.

Для студентів та викладачів медичних (фармацевтичних) закладів вищої освіти, слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти, інструкторів з лікувальної фізкультури та масажу, практикуючих медичних сестер.

Рецензенти:

І.Я. Губенко — ректор Черкаської медичної академії, канд. мед. наук, доц., акад. Української академії наук, заслужений лікар України;

О.Т. Шевченко — проректор з навчально-методичної роботи Черкаської медичної академії, спеціаліст вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист;

В.М. Шапошнікова — голова циклової комісії терапевтичних дисциплін Черкаської медичної академії, канд. мед. наук, спеціаліст вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист;

Н.В. Будь — спеціаліст вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист Київського міського медичного коледжу

ISBN 978-617-505-714-8

© С.С. Сапункова, Л.О. Піц, А.Ф. Гутницька,
Є.С. Стефанюк, О.М. Маковійчук,
О.Д. Сапунков, К.В. Ферфецька, 2018
© ВСВ «Медицина», оформлення, 2018

ЗМІСТ

<i>Передмова</i>	4
ТЕМА 1. «Основи реабілітації та медсестринський процес»	5
ТЕМА 2. «Основи фізіотерапії. Організація роботи у фізіотерапевтичних відділеннях і кабінетах. Техніка безпеки»	20
ТЕМА 3. «Електричний струм низької напруги постійного напряму: гальванізація та електрофорез»	29
ТЕМА 4. «Імпульсний електричний струм низької частоти, постійного та змінного напрямку»	43
ТЕМА 5. «Електричний струм високої напруги і частоти, магнітотерапія»	64
ТЕМА 6. «Ультрависокочастотна та мікрохвильова терапія. Лікування ультразвуком»	79
ТЕМА 7. «Світлолікування. Аерозольтерапія»	93
ТЕМА 8. «Водолікування, пелоїдотерапія, теплолікування» ..	110
ТЕМА 9. «Основи лікувальної фізичної культури. Засоби та форми ЛФК»	129
ТЕМА 10. «Основи лікувального масажу»	167
ТЕМА 11. «Реабілітація пацієнтів із захворюваннями внутрішніх органів і систем»	184
ТЕМА 12. «Реабілітація пацієнтів із хірургічними та неврологічними захворюваннями»	218
ТЕМА 13. «Відновне лікування та реабілітація пацієнтів у педіатрії»	239
ТЕМА 14. «Відновне лікування та реабілітація пацієнтів у геріатрії»	263
<i>Еталони відповідей до тестових завдань</i>	275
<i>Література</i>	276

ПЕРЕДМОВА

У сучасній охороні здоров'я важливим є реабілітаційний напрям, який передбачає комплексне, поетапне, відновне лікування патологічних станів та різноманітних захворювань.

Медична реабілітація — це система медичних, соціально-економічних, професійних, психологічних, педагогічних заходів, спрямованих на запобігання розвитку патологічних процесів, які призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності; відновлення порушених функцій органів і систем; ефективне та раннє повернення пацієнтів та осіб з інвалідністю (дітей і дорослих) до суспільнокорисної праці; протидію інвалідності; підготовку пацієнтів до побутових і трудових навантажень.

Провідна роль належить фізичній реабілітації, завдяки якій покращується якість лікування, здійснюється профілактика ускладнень при різних захворюваннях, прискорюється відновлення функцій органів і систем, відновлюється працездатність, зменшується ймовірність розвитку інвалідності.

Важливу роль у проведенні реабілітаційних заходів відіграють медичні сестри, які повинні мати глибокі теоретичні знання механізмів дії та особливостей застосування основних природних і преформованих фізичних чинників, знати значення і правила проведення лікувальної фізкультури і лікувального масажу, вміти здійснювати етапи медсестринського процесу під час проведення реабілітаційних заходів, володіти необхідними навичками і методами психологічної, соціальної та професійної реабілітації.

Навчально-методичний посібник рекомендований для студентів, викладачів медичних (фармацевтичних) закладів вищої освіти, слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти, медичних сестер, інструкторів з лікувальної фізкультури та масажу.

ТЕМА 1

«Основи реабілітації та медсестринський процес»

І. Науково-методичне обґрунтування теми:

Реабілітація — відновлення порушених функцій організму та працездатності осіб з обмеженими можливостями, яке спрямоване на найбільш ефективне і якомога раннє повернення хворої людини до суспільно корисної праці.

Процес реабілітації спрямований на всебічну допомогу пацієнтам та особам з інвалідністю для досягнення ними максимально можливої при даному захворюванні фізичної, психічної, професійної, соціальної та економічної повноцінності.

II. Навчальні цілі:

Знати:

- поняття реабілітації, її цілі та завдання;
- основні принципи та засоби реабілітації;
- види, етапи, періоди реабілітації;
- реабілітаційні програми та установи;
- види медико-соціальних експертних комісій (МСЕК), їхні функції;
- етапи медсестринського процесу.

Вміти:

- реалізувати медсестринський процес з метою проведення реабілітації;
- визначити етапи реабілітації;
- скласти план реабілітаційних заходів.

Зміст теми

Упродовж останніх років в Україні відбулися значні соціально-культурні зміни, більша увага приділяється потребам і проблемам найменш соціально захищених громадян, серед яких пацієнти з хронічними захворюваннями, особи з інвалідністю (об-

МЕДИЧНА ТА СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

меженими можливостями) та постраждали внаслідок бойових дій, люди літнього та старечого віку.

Незважаючи на впровадження нових та високоефективних методів діагностики та лікування, залишається актуальним покращення якості та збільшення середньої тривалості життя людей, які страждають на хронічну патологію органів та систем. Зокрема, захворювання серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, злоякісні новоутворення, цукровий діабет найчастіше є причиною втрати працездатності та розвитку інвалідності. Тому особлива роль належить відновному лікуванню пацієнтів із цією патологією.

На сьогодні виникла потреба проведення реабілітації осіб, які постраждали внаслідок бойових дій на сході країни. Проведення реабілітаційних заходів забезпечують лікувально-профілактичні заклади та центри медико-психологічної реабілітації осіб, які перенесли бойову психічну травму.

З метою проведення фізичної реабілітації та забезпечення повноцінного життя осіб з інвалідністю, організовано центри з підготовки спортсменів з інвалідністю, що сприяє підтриманню їхньої матеріальної та соціальної незалежності, трудової адаптації та інтеграції у суспільство.

Проведення реабілітаційних заходів у осіб з інвалідністю регламентується законами України «Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні», «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні» та іншими актами законодавства щодо забезпечення прав осіб на реабілітацію (абілітацію) з метою їхньої подальшої інтеграції у суспільство (Наказ Міністерства соціальної політики України від 14.03.2018 р. № 355 «Питання комплексної реабілітації осіб з інвалідністю»).

Планомірний розвиток медичної та соціальної реабілітації дасть змогу повернути багатьох людей до повноцінного життя.

Термін «реабілітація» (походить від лат.: «habilitatis» — придатність, здатність, спроможність; префікс «re» — зворотна або повторна дія) — відновлення придатності, здатності, спроможності. Реабілітація — це процес відновлення здоров'я і працездатності хворих та осіб з інвалідністю.

Реабілітація — це система державних, соціально-економічних, медичних, професійних, педагогічних, психологічних та інших заходів, спрямованих на запобігання розвитку патологічних

Тема 1

процесів, які призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності, і на ефективне та раннє повернення пацієнтів і осіб з обмеженими можливостями (дітей і дорослих) до суспільно корисної праці.

Комплекс реабілітаційних заходів розпочинають із першого дня перебування пацієнта в лікарні. Проводять їх за індивідуальною програмою під час перебування у стаціонарі і продовжують у реабілітаційному центрі, спеціалізованому санаторії, поліклініці.

Мета реабілітації — найбільш повне відновлення втрачених можливостей організму, а в разі неможливості — часткове відновлення або компенсація втрачених функцій і сповільнення прогресування захворювання.

Завдання реабілітації:

- відновити функції органів та систем (повністю або частково);
- залучити пацієнта до трудового процесу;
- пристосувати пацієнта до повсякденного життя і праці;
- здійснювати диспансерне спостереження за реабілітованими пацієнтами;
- адаптувати пацієнта до праці на попередньому робочому місці;
- перекваліфікувати пацієнта та працевлаштувати на тому самому підприємстві;
- перекваліфікувати пацієнта в реабілітаційному центрі та працевлаштувати.

У педіатрії метою реабілітації є не лише повернення дитини до стану, який був до захворювання, а й розвиток фізичних і психічних здібностей відповідно до віку та повернення її до дитячого колективу.

Принципи реабілітації:

- ранній початок реабілітаційних заходів;
- комплексність реабілітаційних заходів;
- індивідуальність реабілітаційних заходів;
- етапність і систематичність процесу реабілітації;
- безперервність і наступність реабілітаційних заходів;
- колективна реабілітація;
- повернення пацієнта чи осіб з інвалідністю до активної праці;
- контроль адекватності навантажень;

МЕДИЧНА ТА СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

- контроль ефективності реабілітації;
- системність та циклічність реабілітаційних заходів;
- новизна та різноманітність у підборі і застосуванні фізичних вправ.

Основні реабілітаційні засоби:

- медикаментозні;
- психотерапевтичні;
- лікувальна фізкультура (ЛФК);
- фізіотерапевтичні;
- масаж;
- мануальна терапія;
- фітотерапевтичні;
- працетерапія;
- санаторно-курортне лікування.

Види реабілітації:

- медична (фізична, психологічна);
- соціальна (побутова);
- професійна (виробнича).

Проведення реабілітації потребує зусиль фахівців різного профілю.

Медична реабілітація

Медична реабілітація є фундаментом реабілітаційного процесу. Від її ефективності залежать застосування подальших видів реабілітації, їхні тривалість і обсяг.

Завдання медичної реабілітації:

- відновлення здоров'я;
- усунення патологічного процесу;
- запобігання ускладненням і рецидивам;
- відновлення або часткова чи повна компенсація втрачених функцій;
- підготовка до побутових та виробничих навантажень;
- запобігання стійкій втраті працездатності (інвалідності).

Періоди медичної реабілітації:

- лікарняний;
- післялікарняний.

Медична та соціальна реабілітація : навч.-метод. посіб. /
М42 С.С. Сапункова, Л.О. Піц, А.Ф. Гутніцька та ін. — К. : ВСВ «Ме-
дицина», 2018. — 280 с.
ISBN 978-617-505-714-8

Навчально-методичний посібник складено відповідно до навчальної програми з дисципліни «Медична та соціальна реабілітація» спеціальності «Медсестринство».

Викладено матеріал з основ реабілітації, фізіотерапії, лікувальної фізкультури, масажу, медичної та соціальної реабілітації при різних видах патології в дорослих, дітей та осіб літнього і старечого віку. Кожен з розділів видання містить науково-методичне обґрунтування теми, постановку цілей, стислий зміст із висвітленням етапів медсестринського процесу, а також завдання для самоконтролю та рекомендовану літературу.

Для студентів та викладачів медичних (фармацевтичних) закладів вищої освіти, слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти, інструкторів з лікувальної фізкультури та масажу, практикуючих медичних сестер.

УДК 364.048.6
ББК 51.1(2)3я73