*Артеменко М.Є.*

**ФІЗИЧНІ МЕТОДИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ, ЯКІ ПЕРЕНЕСЛИ ІНСУЛЬТ**

Кафедра фізичної реабілітації та спортивної медицини

з курсом фізичного виховання та здоров’я

Харківський національний медичний університет, м.Харків, Україна

Науковий керівник: доц. Калюжка Аліна Андріївна

 Актуальність: Щорічно в Україні трапляється понад 111 тисяч нових випадків інсульту. Відновлення хворих після інсульту має важливе значення для нашої країни, адже кожного року показники смертності від цієї хвороби стрімко зростають.

Мета:встановити значимість методів фізичної реабілітації для хворих, які перенесли інсульт.

Ісульт - це захворювання, при якому з різних причин порушується кровопостачання певної ділянки мозку. В більшості випадків інсульт призводить до інвалідності та значно погіршує якість життя хворих. У них виявляють мовні розлади, руховий дефіцит, емоційні та когнітивні порушення. На відміну від інших захворювань, правильно підібрана та своєчасна реабілітаційна допомога хворим сприяє швидшому видужанню та відновленню втрачених функцій.

Індивідуальні комплекси фізичних реабілітаційних заходів, в залежності від вираженості післяінсультних змін, спрямовані на покращення функціональних можливостей хворих. Фізична реабілітація починається з ретельного обстеження хворого та оцінки змін рухових навичок, порушень чутливості. Після цього лікар-реабілітолог складає індивідуальний план реабілітаційних занять. На сьогоднішній день застосовують: метод PNF(для покращення координаціі, для виправлення дефектів постави); кінестетику (метод, який допомагає відновити втрачені рухи); рефлексотерапію (при гемі- і парапарезах); бобат- терапію (стимулює розвиток правильних рухів).

Для зменшення м’язового тонусу використовують фізіотерапевтичні методи: магнітотерапію, озокеритові і парафінові аплікації, кріотерапію, вихрові ванни для рук та ніг. Масаж, як один з методів реабілітації, виконують в медичних закладах, а після виписки - в домашніх умовах. Він знижує больові відчуття, покращує кровообіг в кінцівках, відновлює рухливість суглобів, відчуття комфорту та рівноваги.

 Тривалість періода реабілітаціі залежить від багатьох чинників та наявності супутніх захворювань. Найчастіше відновлення після ішемічного інсульту займає близько 12 місяців і більше, а після геморагічного - не менше ніж декілька років.

Висновок: фізична реабілітація є невід’ємною складовою в житті кожного хворого, який переніс інсульт. Тільки своєчасно призначені та індивідуально підібрані методи та методики фізичної реабілітації допоможуть відновити втрачені рухові функціі та навички самообслуговування, покращити якість життя таких хворих.