Курбель А.А., Пруденко М.Ю.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ С ХОБЛ

Харьковский национальный медицинский университет,

Кафедра физической реабилитации и спортивной медицины с курсом физического воспитания и здоровья

Научный руководитель: ас. Дорогань К.В.

**Актуальность**. Профилактика и лечение ХОБЛ является важной проблемой по сегодняшний день, так как процент улучшения качества жизни пациентов с этим заболеванием остается неизменным на данный момент в течение многих лет. Существует несколько рациональных способов лечения и профилактики хронической обструктивной болезни легких: оценка проблем пациента, психологическая помощь, физическая тренировка, улучшение нутритивного статуса. Эти способы позволяют предупредить обострение заболевания и улучшить самочувствие пациентов.

**Цель**. Целью этого исследования является изучение динамики улучшения качества жизни больных ХОБЛ при применении всех критериев реабилитации данного заболевания и обоснование эффективности применения данной терапии.

**Материалы и методы.** Для реализации поставленной цели нами было исследовано 10 пациентов, 5 из которых выполняли все критерии реабилитации на протяжении 1,5 месяца, и 5 из которых лечились только медикаментозно и не выполняли критерии физической реабилитации. В эти критерии входили такие методы: отказ от курения, поддержка нутритивного статуса (диета богатая белками и калориями, прием белковых препаратов эншнур или нутризон, частое дробное питание небольшими порциями), физическая тренировка (изменение паттерна дыхания, интенсивные тренировки- 60%, тренировки дыхательной мускулатуры, верхней и нижней группы мышц, аэробный режим тренировок), тренировка с помощью дыхательных тренажеров. Для оценки и анализа данных, были использованы методы описательной статистики. Было изучено влияние физической реабилитации на улучшение состояния здоровья больных ХОБЛ.

**Результаты исследования.** Данные индивидуальных исследований показали, что больные которые находились в группе, выполняющей критерии реабилитации отмечают следующие показатели:   улучшение физической работоспособности (100%), увеличение выносливости и снижение одышки при длительной ходьбе (100%), снижение выраженности депрессии и степени тревоги, связанных с заболеванием (100%), двое больных(40%) отметили, что не могут отказаться от курения. Также стоит выделить, что 3-е пациентов из данной группы были выписаны на 1 неделю ранее других больных. В целом группа отмечает, что реабилитация будет продолжена не только в условиях стационара, что еще раз доказывает ее эффективность на качество жизни.

**Выводы:**Легочная реабилитация является процессом направленным на достижение оптимального функционального состояния и качества жизни больного, что мы доказали на практике в нашем исследовании. 100% основной группы пациентов отмечают положительные результаты после курса реабилитации. Практически каждый больной, страдающий ХОБЛ, может быть вовлечен в реабилитационные программы. Абсолютных противопоказаний к легочной реабилитации не существует, хотя следует подчеркнуть, что отсутствие мотивации больного и может служить серьезным препятствием для завершения пациентом предложенных программ и достижения значимого эффекта от них.