*Яхно Ю.Е.*

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ - КРОК ДО ЗВИЧАЙНОГО ЖИТТЯ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ**

Кафедра спортивної медицини та фізичної реабілітації

з курсом фізичного виховання та здоров’я,

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна  
Науковий керівник: Сушецька А.С.

Однією з основних причин глибокої і тривалої інвалідизації населення в сучасному суспільстві є інсульти. Актуальність даної проблеми визначається великою поширеністю інсульту в популяції (щорічно в Україні відбувається близько 100 тис. інсультів) та високим ступенем інвалідизації хворих, що вижили після інсульту- це пов'язано з розвитком рухових, мовних та інших порушень, що призводять до соціальної та психічної дезадаптації, втрати працездатності та зниження якості життя. Відсутність своєчасного і адекватного відновного лікування хворих після інсульту веде до виникнення незворотних анатомічних і функціональних змін, а також соціальної та побутової дезадаптації людини.

У багатьох випадках інсульт призводить до порушення фізіологічних функцій в результаті паралічу і обмеження діапазону руху суглобів, а також до психологічних проблем, в тому числі до постінсультної депресії. Час відновлення після інсульту залежить від фізіологічних особливостей кожної людини, від типу самого інсульту (ішемічного або геморагічного), зони і обсягу ураження. Реабілітаційний процес слід починати якомога раніше, бажано відразу після того, як стан потерпілого стабілізується. Комплексне лікування інсульту грунтується на розумінні того, що інсульт є хронічним захворюванням і включає кілька важливих елементів: модифікацію способу життя, контроль факторів серцево-судинного ризику, вторинну профілактику, реабілітацію та відлення рухових функцій.

Основними наслідками інсульту, які вимагають реабілітаційних заходів, є наступні види порушень: • пошкодження, дефекти (плегії, парези, атаксія, афазія і спастичність, скутість у м’язах,); • порушення координації та/або рівноваги, ходьби, самообслуговування, комунікації; • порушення соціального функціонування (порушення побутових навичок, працездатності, соціальної активності і т.д.).

Метою фізичної реабілітації є допомога особі з інсультом у здобуванні навиків, що вона втратила внаслідок ураження частини мозку, повернення хворого до звичної діяльності, створення умов для його активного життя. До методів реабілітації відносяться:

1. лікарська терапія: патогенетичні засоби (гіпотензивні, антиарітмічні препарати), саногенетичні препарати (що підвищують метаболізм і мікроциркуляцію в тканинах головного мозку), симптоматичні засоби;
2. лікувальна фізкультура: лікування положенням, індивідуальні заняття, навчання правильної ходьбі; механотерапія з використанням настільних тренажерів для кистей і пальців, спеціальних пристроїв для зниження м'язового тонусу;
3. фізіотерапія: масаж сегментарних зон, виборчий і точковий масаж паретичних кінцівок, апаратна фізіотерапія - електрофорез судин на шийно-комірцеву зону з метою поліпшення мозкового кровообігу, електрофорез калію або магнію при порушенні серцевого ритму;
4. психотерапія: індивідуальні або групові (комунікативна дискусія) заняття, аутогенне тренування, психогімнастика;
5. інші спеціальні методики лікування: логопедичні заняття, спиртоновокаїнові блокади спастичних м'язів, голкорефлексотерапія і ін.

Таким чином, в лікуванні пацієнтів, які перенесли інсульт, використовують поєднання медикаментозних і немедикаментозних методів, в комплексі вони дозволяють поліпшити функціональний статус хворого, знизити тягар хвороби для людини і його сім'ї, суспільства в цілому.