

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ

(РУДН)

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ДРУЖБЫ НАРОДОВ
(РУДН)**

МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование дисциплины:

Лечебная физкультура

**Рекомендуется для подготовки кадров
высшей квалификации в ординатуре
по направлению 31.00.00 «Клиническая медицина»**

по специальности 31.08.50 «физиотерапия»

1. Цели и задачи дисциплины:

Цель обучения: на основе изучения основных понятий дисциплины подготовить врача-специалиста, обладающего системой общекультурных и профессиональных компетенций, способного и готового для самостоятельной профессиональной деятельности по специальности «физиотерапия» с использованием методов лечебной физкультуры

Задачи дисциплины:

- Сформировать обширный и глубокий объем базовых, фундаментальных медицинских знаний, формирующих профессиональные компетенции врача физиотерапевта, способного успешно решать свои профессиональные задачи с применением методов лечебной физкультуры.

- Подготовить специалиста к самостоятельной профессиональной лечебно-диагностической деятельности, умеющего провести дифференциально-диагностический поиск, оказать в полном объеме медицинскую помощь, в том числе при неотложных состояниях, провести профилактические и реабилитационные мероприятия по сохранению здоровья во все возрастные периоды жизни пациентов, способного успешно решать свои профессиональные задачи.

- Подготовить врача-специалиста, владеющего навыками и врачебными манипуляциями по физиотерапии, смежным специальностям,

- Сформировать и совершенствовать систему общих и специальных знаний, умений, позволяющих врачу свободно ориентироваться в вопросах организации и экономики здравоохранения, страховой медицины, медицинской психологии.

1. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина входит в Блок 1 «Вариативная часть».

2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины (компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины)

Врач-специалист, завершивший обучение по программе лечебной физкультуры, по специальности «физиотерапия», должен обладать следующими компетенциями:

Универсальные компетенции

– готовностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (УК-1);

Профессиональные компетенции

лечебная деятельность:

готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (ПК-6);

реабилитационная деятельность:

готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (ПК-8);

В результате изучения дисциплины ординатор должен:

Знать:

– определение понятия «здоровья», его структуру и содержание, закономерности формирования здорового образа жизни; определение понятия «профилактика», «медицинская профилактика», «предболезнь» и «болезнь»;

– закономерности функционирования организма и механизмы обеспечения здоровья с позиции теории функциональных систем;

– теоретические основы лечебной физкультуры

- особенности проявления клиники и течения распространенных заболеваний у взрослых, детей, лиц пожилого и старческого возраста;
- современные принципы лечебной физкультура, в лечении распространенных заболеваний у взрослых, детей, лиц пожилого и старческого возраста.
- сущность методик исследования различных функций человека для оценки состояния его здоровья, основные закономерности и роли причин, условий и реактивности организма в возникновении заболеваний;
- этиологию, патогенез и патоморфологию, ведущие проявления, исходы наиболее важных воспалительных, деструктивных, иммунопатологических, опухолевых и других болезней;
- методологические основы лекарственных и нелекарственных методов профилактики и лечения распространенных заболеваний человека;
- основные положения законодательных актов, регламентирующих реформы;
- основы клинической фармакологии, фармакокинетики и принципы фармакотерапии наиболее часто встречающихся заболеваний;
- принципы диетотерапии, психотерапии при лечении распространенных заболеваний взрослых и детей;
- организацию методами лечебной физкультуры, врачебного контроля, бальнеотерапии.

Уметь:

- применять принципы санологии и профилактической медицины при проведении оздоровительных и профилактических мероприятий,
- применять методы лечебной физкультуры
- дать рекомендации по коррекции факторов риска основного заболевания;
- оценивать и объяснять основные закономерности формирования и регуляции физиологических функций человека в процессе его жизнедеятельности;
- оценивать и объяснять возрастные особенности организма человека и его функциональных систем;
- ориентироваться в общих вопросах нозологии, включая этиологию, патогенез и морфогенез;
- представлять роль патологических процессов в развитии различных по этиологии и патогенезу заболеваний;
- использовать теоретические основы лекарственных и нелекарственных методов профилактики и лечения распространенных заболеваний человека.
- организовать лечебно-диагностический процесс и проведение профилактических мероприятий в отделениях поликлиники и стационара;
- формировать здоровый образ жизни, проводить экспертизу временной и стойкой нетрудоспособности пациентов, соблюдать правила врачебной этики и медицинской деонтологии;
- определить показания и противопоказания к применению лечебной физкультуры, , комплекса реабилитационных мероприятий при лечении распространённых заболеваний
- осуществить раннюю диагностику по клиническим симптомам и синдромам, дифференциальную диагностику, оценить тяжесть состояния больного, определить показания к госпитализации;
- определить объём и последовательность специальных диагностических мероприятий, оценить их результаты;
- оценить необходимость участия врачей смежных специальностей в комплексном лечении.

Владеть

- методами лечебной физкультуры
- основными техническими средствами для обеспечения работы в специализированном отделении;
- современными информационными технологиями: ориентироваться и действовать в современном информационном поле, знать технологические возможности современного программного обеспечения;
- использовать персональный компьютер для создания базы данных о пациентах, нормативных документов и составления статистических отчетов.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2	3	4
Аудиторные занятия (всего)	45				
В том числе:					
Лекции					
Практические занятия	36		36		
Самостоятельная работа (всего)	36				
В том числе:					
Самостоятельные работы	27		27		
Контрольная работа	9		9		
Общая трудоемкость	час	72	72		
	зач.ед.	2	2		

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание разделов дисциплины

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1.	Формы и средства лечебной физкультуры.	Физические упражнения. Спортивно-прикладные упражнения. Игры. Лечебная гимнастика. Физические упражнения. Спортивный инвентарь Тренажеры.
2.	Лечебная ходьба	Лечебная дозированная ходьба. Скандинавская ходьба. Терренкур.
3.	Клиническое применение лечебной физкультуры	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях органов дыхания. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
4.	Лечебная физкультура в реабилитации пациентов с моторными расстройствами.	ЛФК при реабилитации пациентов с ДЦП. ЛФК при реабилитации пациентов, перенесших острое нарушение мозгового кровообращения.

5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№№ разделов данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин
1.	Профиль «Хирургия»	Раздел 7. Клиническое применение методов ЛФК
2.	Профиль «Терапия»	Раздел 7. Клиническое применение методов ЛФК
3.	Профиль «Акушерство и гинекология»	Раздел 7. Клиническое применение методов ЛФК

5.3. Разделы дисциплин и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	Контр	СРС	Всего час.
1.	Формы и средства лечебной физкультуры.		10		3	7	20
2.	Лечебная ходьба		8		2	7	17
3.	Клиническое применение лечебной физкультуры		10		2	7	19
4.	Лечебная физкультура в реабилитации пациентов с моторными расстройствами.		8		2	6	16

6. Практические занятия (семинары)

№	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1.	1.	Формы и средства лечебной физкультуры.	10
2.	2.	Лечебная ходьба	8
3.	3.	Клиническое применение лечебной физкультуры	10
4.	4.	Лечебная физкультура в реабилитации пациентов с моторными расстройствами.	8

7. Рейтинговая система оценки знаний обучающегося по курсу:

Текущий контроль знаний и успешности освоения учебной программы в условиях очного обучения проводится в виде устного опроса или компьютерного тестирования во время проведения практических занятий.

Рубежный контроль знаний проводится не реже одного раза в семестр. Проводится путем устного собеседования. В процессе рубежного контроля ординатор должен показать свои знания по пройденным разделам дисциплины, навыки и умения. Также осуществляется контроль за посещением практических занятий. Оценка знаний производится по системе БРС. Ординатор, полностью выполнивший учебный план дисциплины, допускается к итоговой аттестации по дисциплине. Итоговая аттестация проводится путем устного собеседования.

Вид задания	Число заданий	Кол-во баллов за 1 задание	Сумма баллов (макс.)
Освоение теоретических вопросов	7	0 - 3	21
Освоение тем практических занятий	7	0 - 6	42
Подготовка реферата	1	0 - 17	17
Зачет	1	0 - 20	20
ИТОГО			100

Соответствие систем оценок (используемых ранее оценок итоговой академической успеваемости, оценок ECTS и балльно-рейтинговой системы (БРС) оценок успеваемости)

(В соответствии с Приказом Ректора №996 от 27.12.2006 г.):

Баллы БРС	Традиционные оценки в РФ	Баллы для перевода оценок	Оценки	Оценки ECTS
86 - 100	5	95 - 100	5+	A
		86 - 94	5	B
69 - 85	4	69 - 85	4	C
51 - 68	3	61 - 68	3+	D
		51 - 60	3	E
0 - 50	2	31 - 50	2+	FX
		0 - 30	2	F

8. Примерная тематика рефератов

1. ЛФК при гипертонической болезни
2. ЛФК при парезе лицевого нерва
3. ЛФК при бронхиальной астме
4. ЛФК при невралгии лучевого нерва
5. ЛФК при дорсопатиях

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

а) основная литература:

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура : учебное пособие / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов. - 4-е изд., доп.; - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 704 с.
2. Медицинская реабилитация /под ред.В.М. Богомолова. Книга I . – Изд. 3-е, испр. и доп. – М.: Изд. «БИНОМ», 2010. – 416 с.
3. Медицинская реабилитация /под ред.В.М. Богомолова. Книга II . – Изд. 3-е, испр. и доп. – М.: Изд. «БИНОМ», 2010. – 424 с.
4. Медицинская реабилитация /под ред.В.М. Богомолова. Книга III . – Изд. 3-е, испр. и доп. – М.: Изд. «БИНОМ», 2010. – 368 с.
5. Пономаренко Г.Н. Медицинская реабилитация : учебник / Г.Н. Пономаренко. - 2-е изд, перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 365 с
6. Семененко Л.А. Основы реабилитации (лечебная физкультура): учебное пособие / Л.А. Семененко. - СПб. : Издательство "Лань", 2018. - 68 с.
7. Физическая и реабилитационная медицина: нац. рук. /под ред. Г. Н. Пономаренко. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 688 с.
8. Физиотерапия: национальное руководство / под ред. Г.Н. Пономаренко. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 864 с.
9. Физическая реабилитация. В 2 т. Т. 2 / под ред. С.Н. Попова. – М.: Изд. «Академия», 2013. – 304 с.

б) дополнительная литература:

1. Александров В.В. Основы восстановительной медицины и физиотерапии : учебное пособие / В.В. Александров. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 208 с.
2. Епифанов В.А., Епифанов А.В., Баринов А.Н. Восстановительное лечение при заболеваниях и повреждениях позвоночника: М.: Изд. «МЕД-пресс-информ», 2016. – 395 с.
3. Епифанов В.А., Епифанов А.В. Реабилитация в травматологии и ортопедии. М.: Изд. «ГЭОТАР-Медиа», 2021. – 560 с.
4. Гольдблат Ю.В. Основы реабилитации неврологических больных. М.: Изд. «СпецЛит», 2017. – 767 с.
5. Еремушкин М.А., Киржнер Б.В., Мочалов А.Ю. Постизометрическая релаксация мышц: учебное пособие, 2-е изд. – СПб.: Изд. «Наука и техника», 2018. – 288 с.
6. Гриффин Б., Тополь Э. Кардиология: пер. с англ. /под ред. М.А. Осипова. – М.; Изд. «Практика», 2011. – 1248 с.
7. Кадыков А.С., Черникова Л.А., Шахпаронова Н.В. Реабилитация неврологических больных. М.: Изд. «МЕДпресс-информ», 2021. - 560 с.
8. Кардиореабилитация и вторичная профилактика / Под ред. Проф. Д.М. Аронова М.: Изд. «ГЭОТАР-Медиа», 2021. – 464 с.
9. Красикова И.С. Сколиоз. Профилактика и лечение. – СПб.: Изд. «Корона-Принт», 2016. -192 с.
10. Красикова И.С. Плоскостопие. Профилактика и лечение. – СПб.: Изд. «Корона-Принт», 2017. -128 с.

11. Гордиенко А.В., Барсуков А.В., Балабанов А.С. / Госпитальная терапия: учебник. М.: Изд. «СпецЛит», 2020. – 638 с.
12. Физическая и реабилитационная медицина. Под. ред. Проф Г.Н. Пономаренко. - М.: Изд. Группа «ГЭОТАР-МЕДИА». 2016г. – 685с.
13. Малявин А.Г., Епифанов В.А., Глазкова И.И. Реабилитация при заболеваниях органов дыхания. М.: Изд. «ГЭОТАР-Медиа», 2010. – 350 с.
14. Медицинская реабилитация: 2-е изд., перераб. и доп. / под ред. А.В. Епифанова, Е.Е. Ачкасова, В.А. Епифанова. – М.: Изд. «ГЭОТАР-Медиа», 2020. – 736 с.
15. Основы реабилитации : учебник / В.А. Епифанов, А.В. Епифанов, И.И. Глазкова [и др.] ; под редакцией Епифанова В.А., Епифанова А.В. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 640 с
16. Пандьян А.Д., Конвей Б.А., Херменс Х.Дж. / Нейрореабилитация. Спастичность и контрактуры в клинической практике и исследованиях. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 336 с.

в) программное обеспечение:

1. Программа тестирования «Ментор»
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:
3. Электронно-библиотечная система РУДН;
4. Учебный портал РУДН (<http://web-local.rudn.ru>);
5. Научная электронная библиотека (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>);
6. Универсальная библиотека ONLINE (<http://biblioclub.ru>);
7. Библиотека электронных журналов BENTHAM OPEN (<http://www.benthamscience.com/open/a-z.htm>);
8. Библиотека электронных журналов Elsevier (<http://www.elsevier.com/about/open-access/open-archives>)
9. Медицинская он-лайн библиотека MedLib (<http://med-lib.ru/>)

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Конференц-зал корпуса Б, оборудованный мультимедийным проектором, с общим количеством посадочных мест 60.
 2. Для самостоятельной работы ординаторов имеется выход в интернет.
 3. Наборы видеофильмов, мультимедийных презентаций кафедры.
 4. Компьютерные классы медицинского факультета, информационного библиотечного центра РУДН с доступом к электронно-библиотечной системе РУДН, сети интернет.
- Адрес клинической базы: Федеральный научно-клинический центр реаниматологии и реабилитологии, Московская область, Солнечногорский район, д. Лыткино, 777

№ п\п	Наименование модуля в соответствии с учебным планом	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Формы и средства лечебной физкультуры.	ФНКЦ РР Московская область, Солнечногорский район, д. Лыткино, 777, корпус Б, конференц-зал, лечебные подразделения ФНКЦ РР	Мультимедийное оборудование, демонстрационные материалы (видеофильмы, мультимедийные презентации кафедры), оснащение отделений ФНКЦ РР
2	Лечебная ходьба	ФНКЦ РР Московская область, Солнечногорский район, д. Лыткино, 777, корпус Б, конференц-зал, лечебные подразделения ФНКЦ РР	Мультимедийное оборудование, демонстрационные материалы (видеофильмы, мультимедийные презентации кафедры), оснащение отделений ФНКЦ РР
3	Клиническое применение лечебной физкультуры	ФНКЦ РР Московская область, Солнечногорский район, д. Лыткино, 777, корпус Б, конференц-зал, лечебные подразделения ФНКЦ РР	Мультимедийное оборудование, демонстрационные материалы (видеофильмы, мультимедийные презентации кафедры), оснащение отделений ФНКЦ РР
4	Лечебная физкультура в реабилитации пациентов с моторными расстройствами.	ФНКЦ РР Московская область, Солнечногорский район, д. Лыткино, 777, корпус Б, конференц-зал, лечебные подразделения ФНКЦ РР	Мультимедийное оборудование, демонстрационные материалы (видеофильмы, мультимедийные презентации кафедры), оснащение отделений ФНКЦ РР

*Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

10. Фонд оценочных средств

Оценочные тесты:

001. Основными средствами ЛФК являются:

- а) физические упражнения
- б) естественные факторы природы
- в) физические упражнения и естественные факторы природы

002. На сколько групп делятся физические упражнения в ЛФК?

- а) две группы
- б) три группы
- в) четыре группы

003. Назовите группы физических упражнений в ЛФК:

- а) гимнастические, спортивно-прикладные, игры
- б) прикладные
- в) двигательные

004. Из каких движений состоят гимнастические упражнения?

- а) из индивидуальных движений
- б) из групповых движений
- в) из сочетанных движений

005. Какие упражнения обычно сочетают?

- а) специальные и общеразвивающие
- б) индивидуальные и групповые
- в) динамические и статические

006. На сколько групп подразделяют упражнения по характеру мышечного сокращения?

- а) две группы
- б) три группы
- в) четыре группы

007. Какое сокращение мышцы называется изометрическим?

- а) сокращение мышцы, при котором она развивает напряжение, но не изменяет своей длины, называется изометрическим
- б) сокращение мышцы, при котором она изменяет свою длину, а тонус остается постоянным

008. Какое сокращение мышцы называют изотоническим?

- а) сокращение мышцы, при котором она развивает напряжение, но не изменяет своей длины, называется изометрическим
- б) сокращение мышцы, при котором она изменяет свою длину, а тонус остается постоянным

009. Для чего используют упражнения в равновесии?

- а) для совершенствования координации движений, улучшения осанки, а также для восстановления этой функции при заболеваниях ЦНС и вестибулярного аппарата
- б) для восстановления правильного положения позвоночника, грудной клетки и нижних конечностей

в) для восстановления общей координации движений или отдельных сегментов тела

010. Для чего используют корригирующие упражнения?

- а) для совершенствования координации движений, улучшения осанки, а также для восстановления этой функции при заболеваниях ЦНС и вестибулярного аппарата
- б) для восстановления правильного положения позвоночника, грудной клетки и нижних конечностей

в) для восстановления общей координации движений или отдельных сегментов тела

011. Для чего используют упражнения на координацию?

- а) для совершенствования координации движений, улучшения осанки, а также для восстановления этой функции при заболеваниях ЦНС и вестибулярного аппарата

- б) для восстановления правильного положения позвоночника, грудной клетки и нижних конечностей
- в) для восстановления общей координации движений или отдельных сегментов тела
012. Подразделение динамических упражнений по признаку активности:
- а) активные
- б) пассивные
- в) активные, пассивные, на расслабление
013. Как подразделяются дыхательные упражнения?
- а) грудное дыхание, брюшное дыхание
- б) динамические, статические
- в) глубокий вдох, глубокий выдох
014. С чем сочетаются динамические дыхательные упражнения?
- а) с движениями рук, плечевого пояса, туловища
- б) с движениями ног
- в) с движениями головы
015. Медленная ходьба по скорости:
- а) 60-80 шагов в минуту
- б) 80-100 шагов в минуту
- в) 100—120 шагов в минуту
- г) 120-140 шагов в минуту
016. Средняя ходьба по скорости?
- а) 60-80 шагов в минуту
- б) 80-100 шагов в минуту
- в) 100—120 шагов в минуту
- г) 120-140 шагов в минуту
017. Быстрая ходьба по скорости?
- а) 60-80 шагов в минуту
- б) 80-100 шагов в минуту
- в) 100—120 шагов в минуту
- г) 120-140 шагов в минуту
018. Очень быстрая ходьба по скорости?
- а) 60-80 шагов в минуту
- б) 80-100 шагов в минуту
- в) 100—120 шагов в минуту
- г) 120-140 шагов в минуту
019. Как подразделяются игры по нагрузке?
- а) на месте
- б) малоподвижные
- в) подвижные
- г) на месте, малоподвижные, подвижные, спортивные
020. При какой температуре физические упражнения в воде и плавание в бассейне эффективны при лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, обмена веществ, нервной системы, повреждений опорно-двигательного аппарата в период стойкой ремиссии хронического заболевания?
- а) 18-20 °С
- б) 25-27 °С
- в) 34-36 °С
021. При какой температуре физические упражнения в воде и плавание в бассейне целесообразны для больных со спастическими парезами?
- а) 18-20 °С
- б) 25-27 °С
- в) 34-36 °С

022. Какую лечебную физкультуру назначают при строгом постельном режиме?

- а) упражнения со статическим дыханием, пассивные упражнения, легкий массаж
- б) лечебную гимнастику с небольшой дозировкой физической нагрузки с допустимым учащением пульса на 12 уд. /мин.
- в) занятия лечебной гимнастикой длительностью до 20-25мин, с учащением пульса после занятия на 18- 24 уд. /мин.
- г) лечебную гимнастику назначают 1 раз в день в гимнастическом зале, длительность занятия 25-30 мин. с учащением пульса после него на 30-32 уд. /мин.

023. Какую лечебную физкультуру назначают при расширенном постельном режиме?

- а) упражнения со статическим дыханием, пассивные упражнения, легкий массаж
- б) лечебную гимнастику с небольшой дозировкой физической нагрузки с допустимым учащением пульса на 12 уд. /мин.
- в) занятия лечебной гимнастикой длительностью до 20-25мин, с учащением пульса после занятия на 18- 24 уд. /мин.
- г) лечебную гимнастику назначают 1 раз в день в гимнастическом зале, длительность занятия 25-30 мин. с учащением пульса после него на 30-32 уд. /мин.

024. Какую лечебную физкультуру назначают при палатном режиме?

- а) упражнения со статическим дыханием, пассивные упражнения, легкий массаж
- б) лечебную гимнастику с небольшой дозировкой физической нагрузки с допустимым учащением пульса на 12 уд. /мин.
- в) занятия лечебной гимнастикой длительностью до 20-25мин, с учащением пульса после занятия на 18- 24 уд. /мин.
- г) лечебную гимнастику назначают 1 раз в день в гимнастическом зале, длительность занятия 25-30 мин. с учащением пульса после него на 30-32 уд. /мин.

025. Какую лечебную физкультуру назначают при свободном режиме?

- а) упражнения со статическим дыханием, пассивные упражнения, легкий массаж
- б) лечебную гимнастику с небольшой дозировкой физической нагрузки с допустимым учащением пульса на 12 уд. /мин.
- в) занятия лечебной гимнастикой длительностью до 20-25мин, с учащением пульса после занятия на 18- 24 уд. /мин.
- г) лечебную гимнастику назначают 1 раз в день в гимнастическом зале, длительность занятия 25-30 мин. с учащением пульса после него на 30-32 уд. /мин.

026. Общие противопоказания к назначению лечебной физкультуры:

- а) острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией; острый период заболевания и его прогрессирующее течение; злокачественные новообразования до их радикального лечения, злокачественные новообразования с метастазами; выраженная олигофрения (слабоумие) и психические заболевания с резко нарушенным интеллектом; наличие инородного тела вблизи крупных сосудов и нервных стволов; острые нарушения коронарного и мозгового кровообращения; острые тромбозы и эмболии; нарастание сердечно-сосудистой недостаточности с декомпенсацией кровообращения и дыхания; кровотечения; общее тяжелое состояние больного; значительно выраженный болевой синдром; отрицательная динамика ЭКГ, свидетельствующая об ухудшении коронарного кровообращения; атриовентрикулярная блокада
- б) обострение хронических заболеваний; осложнение в течении заболевания; интеркуррентные заболевания инфекционного или воспалительного характера; острые повреждения; появление признаков, свидетельствующих о прогрессировании заболевания и ухудшении состояния больного; сосудистый криз (гипертонический, гипотонический или при нормальном АД); нарушение ритма сердечных сокращений: синусовая тахикардия (свыше 100 уд./мин), брадикардия (менее 50 уд./мин), приступ пароксизмальной или мерцательной аритмии, экстрасистолы с частотой более чем 1:10.

027. Временные противопоказания к назначению лечебной физкультуры:

а) острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией; острый период заболевания и его прогрессирующее течение; злокачественные новообразования до их радикального лечения, злокачественные новообразования с метастазами; выраженная олигофрения (слабоумие) и психические заболевания с резко нарушенным интеллектом; наличие инородного тела вблизи крупных сосудов и нервных стволов; острые нарушения коронарного и мозгового кровообращения; острые тромбозы и эмболии; нарастание сердечно-сосудистой недостаточности с декомпенсацией кровообращения и дыхания; кровотечения; общее тяжелое состояние больного; значительно выраженный болевой синдром; отрицательная динамика ЭКГ, свидетельствующая об ухудшении коронарного кровообращения; атриовентрикулярная блокада

б) обострение хронических заболеваний; осложнение в течении заболевания; интеркуррентные заболевания инфекционного или воспалительного характера; острые повреждения; появление признаков, свидетельствующих о прогрессировании заболевания и ухудшении состояния больного; сосудистый криз (гипертонический, гипотонический или при нормальном АД); нарушение ритма сердечных сокращений: синусовая тахикардия (свыше 100 уд./мин), брадикардия (менее 50 уд./мин), приступ пароксизмальной или мерцательной аритмии, экстрасистолы с частотой более чем 1:10.

028. На что избирательно действуют специальные упражнения?

а) на дыхательную систему на нервную систему

б) на опорно-двигательный аппарат в) на нервную систему

029. Что есть старение?

а) постепенный процесс, отличающийся по времени и глубине изменений в зависимости от возраста, состояния здоровья, индивидуальных генетических особенностей, условий труда и образа жизни, физической подготовленности, характера

б) период жизни

030. Что есть старость?

а) постепенный процесс, отличающийся по времени и глубине изменений в зависимости от возраста, состояния здоровья, индивидуальных генетических особенностей, условий труда и образа жизни, физической подготовленности, характера

б) период жизни

031. Возрастные градации для старших возрастов:

а) пожилой возраст — 50-64 лет; старческий возраст — 65—79 лет; долгожитель — 80 лет и старше

б) пожилой возраст — 60-74 лет; старческий возраст — 75—89 лет; долгожитель — 90 лет и старше

в) пожилой возраст — 70-84 лет; старческий возраст — 85—99 лет; долгожитель — 100 лет и старше

032. Какая система и как меняется наиболее рано?

а) центральная нервная система, ослабевают ее функции, снижается возбудимость, сила и подвижность нервных процессов, усиливается тормозной процесс, ухудшается кровоснабжение мозга, нарушается проведение нервных импульсов, регуляция, замедляется образование условно-рефлекторных связей и навыков, ухудшается реакция, страдает координация движений; ранее всего снижается функция рецепторов: ослабляется острота зрения, слуха, кожной чувствительности

б) периферическое звено кровообращения. в стенках сосудов откладываются липиды и кальций, формируется атеросклеротическая болезнь, истощается и теряет эластичность мышечный слой, сужаются сосуды. Отсюда возможность закупорки, повреждения и разрыва сосудов, особенно при силовых напряжениях. Ранее всего страдают аорта и крупные сосуды конечностей, венечные сосуды, сосуды мозга

033. С чем нужно сочетать массаж при плоскостопии

а) корригирующие упражнения

- б) баротерапия
- в) криотерапия
- г) общеукрепляющей гимнастикой

034. Назовите противопоказания для массажа по поводу состояния после ампутации конечности:

- а) отек
- б) повышение температуры тела
- в) каузальгические боли в культе
- г) острый тромбофлебит

035. Какое положение больного, страдающего ИБС при массаже?

- а) лежа на спине
- б) лежа на животе
- в) сидя
- г) лежа на левом боку
- д) лежа на правом боку

036. Какие приемы массажа используют при облитерирующих заболеваниях сосудов нижних конечностей?

- а) поглаживание
- б) растирание
- в) разминание
- г) вибрация

037. Какие приемы используют во время массажа по поводу гипертонической болезни

- а) поглаживание
- б) растирание
- в) разминание
- г) вибрация

038. К временным противопоказаниям относятся

- а) грипп
- б) гангрена
- в) цинга
- г) ангиит

039. Какую область массируют при варикозном расширении вен нижних конечностей?

- а) голень
- б) бедро
- в) поясничная
- г) крестцовая

040. При какой стадии ангиопатии при сахарном диабете можно массировать нижние конечности?

- а) I
- б) II
- в) III

041. Назовите осложнения неврита лицевого нерва

- а) содружественные движения
- б) снижение осязания
- в) контрактуры
- г) снижение зрения

042. Какие области подвергают массажу при неврите лицевого нерва?

- а) воротниковая
- б) шея
- в) лицо
- г) волосистая часть головы

043. На какой процедуре присоединяют массаж нервных окончаний при невралгии тройничного нерва?

а) 1-2

б) 3-4

в) 4-5

г) 6-7

044. Назовите приемы, используемые при массаже по поводу невралгии тройничного нерва?

а) поглаживание

б) растирание

в) разминание

г) легкая вибрация

045. В какие сроки после операции сшивания периферических нервов можно проводить массаж?

а) 1-й день

б) 2-3 день

в) 7 дней

г) 30 дней

046. Назовите противопоказания к массажу при нарушениях мозгового кровообращения

а) коматозное состояние при остром нарушении мозгового кровообращения б) период церебрального сосудистого криза

в) острое преходящее нарушение мозгового кровообращения

г) аритмии с выпадением пульса чаще, чем 6 в минуту

047. Какие приемы не рекомендуются применять при массаже парализованных (паретичных) конечностей?

а) поглаживание

б) растирание

в) разминание

г) похлопывание

д) постукивание

048. В какие сроки после острого инфаркта миокарда можно назначать массаж при неосложненном течении?

а) на 2-3 день

б) через 1 неделю

в) через 2 недели

г) через 6 месяцев

д) через 1-1,5 месяца

049. Назовите противопоказания для массажа нижних конечностей?

а) артериальная недостаточность III ст.

б) флебит

в) тромбофлебит

г) тромбангиит

д) ангиит

050. Какой прием не рекомендуется применять во время массажа лица при контрактурах?

а) поглаживание

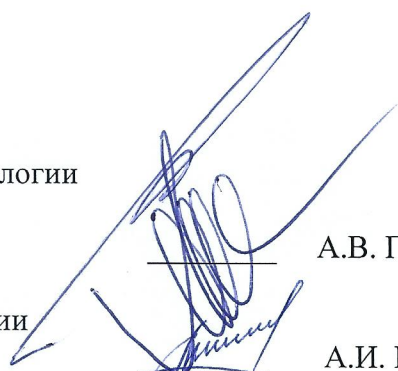
б) растирание

в) разминание

г) вибрация

Разработчики:

Профессор кафедры анестезиологии и реаниматологии
с курсом медицинской реабилитации,
член-корреспондент РАН



А.В. Гречко

Доцент кафедры анестезиологии и реаниматологии
с курсом медицинской реабилитации



А.И. Шпичко

Руководитель направления подготовки
Заведующая кафедрой анестезиологии и реаниматологии
с курсом медицинской реабилитации, доцент



М.В. Петрова