

Индивидуальная программа активной реабилитации

Максим К.

Полных лет: 42 лет

Диагноз: Инсульт

Когда перенес инсульт: 2019 года 10 ноября.

Время и дата поступления в ГАУСО «Благовещенский дом-интернат»: 10 февраля 2022 г.

Рекомендации (назначения) специалиста: Занятия ЛФК, АФК, массаж, дыхательная гимнастика, гидрореабилитация, самостоятельные занятия.

Приступили к занятиям: 10 февраля 2022

- ❑ Цель реабилитации состоит в том, чтобы совместными усилиями помочь человеку с физическими, психическими ограничениями, с помощью комплексных мероприятий найти свое место в обществе или вернуться к тому образу жизни в повседневной, общественной или профессиональной сфере, которого он достоин.



Персональные сведения предоставлены с разрешения Максима К.

Водные процедуры тонизируют мышцы, улучшают кровообращение и лимфоотток, уменьшают интенсивность боли, снижают нагрузку на суставы, помогая заново их разрабатывать.



Одним из важных звеньев реабилитации после инсульта являются водные процедуры, которые позволяют восстановить двигательную активность и чувствительность, положительно влияют на эмоциональный фон. К наиболее простым процедурам относятся полуванны, растирание.



Возможности восстановления движений спастичной руки после инсульта.



Чаще всего, пациенты не видят дальнейших улучшений и либо прекращают заниматься, либо в меньшей степени затрачивают время на упражнения. Их тоже можно понять, потому как зачем тратить усилия, если дальше ничего не происходит. Отсюда отсутствие настроения, апатия, депрессия и нет желания заниматься.

Для достижения движения в разгибателях пальцев нужно много и упорно трудиться.. Для этого необходимо только в индивидуальном подходе заинтересовать пациента в продолжении работать над самим собой.



ДОСКА МОИХ ДОСТИЖЕНИЙ ПОМОГАЕТ (Доска динамики):



Наглядно отслеживать ежедневно свои результаты.

Возможность сравнивать и делать вывод.

Помогает направить мою работу и усилия на улучшения результатов.

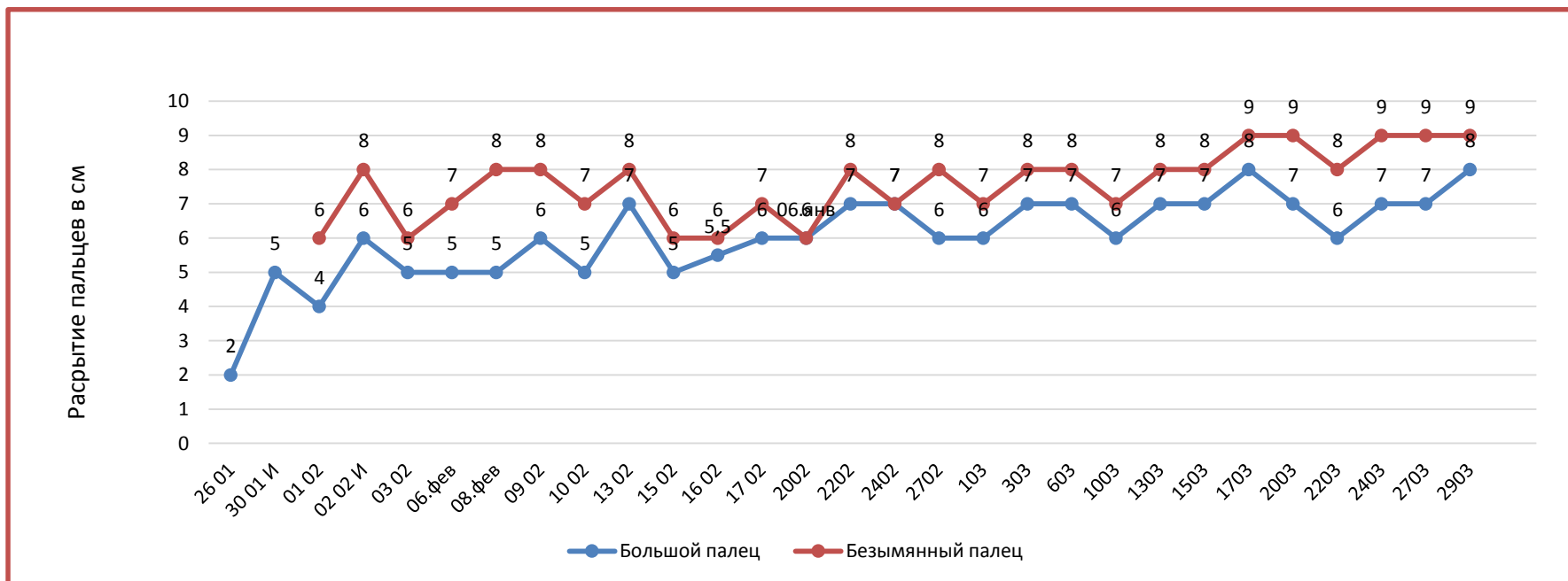
Повышает мотивацию идти к своей цели.

Улучшает мое настроение.



Диаграмма раскрытия пальцев левой руки.

Цель данной диагностики вовлечь самого пациента в процесс наблюдения и анализа своих достижений.



Применение тренажера для запястья и пальцев руки - это только часть комплексной работы. :

Тренажеры помогают достичь координации движений, сделать их безболезненными, нормализовать нервно-мышечную передачу и восстановить биологические связи между мозгом и мышцами.

При занятиях работают мышцы, ответственные за разгибание ладони и пальцев. Также нагрузку получают суставы локтя и плеча.

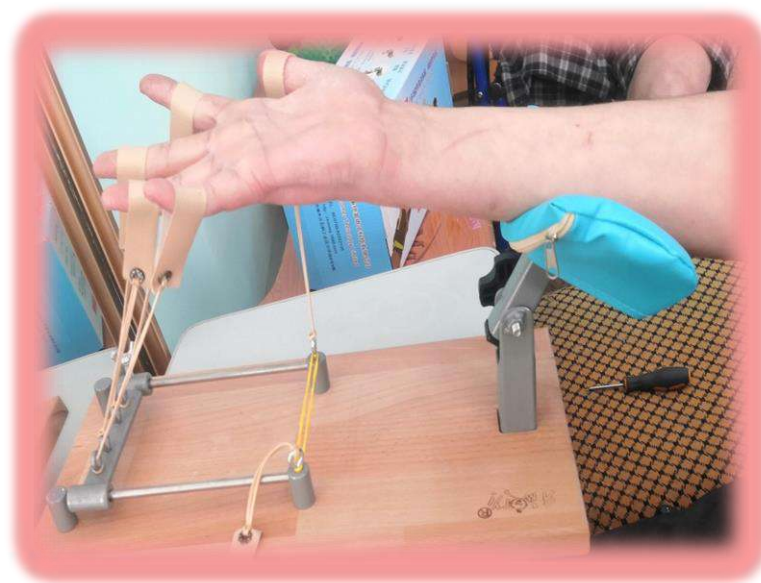
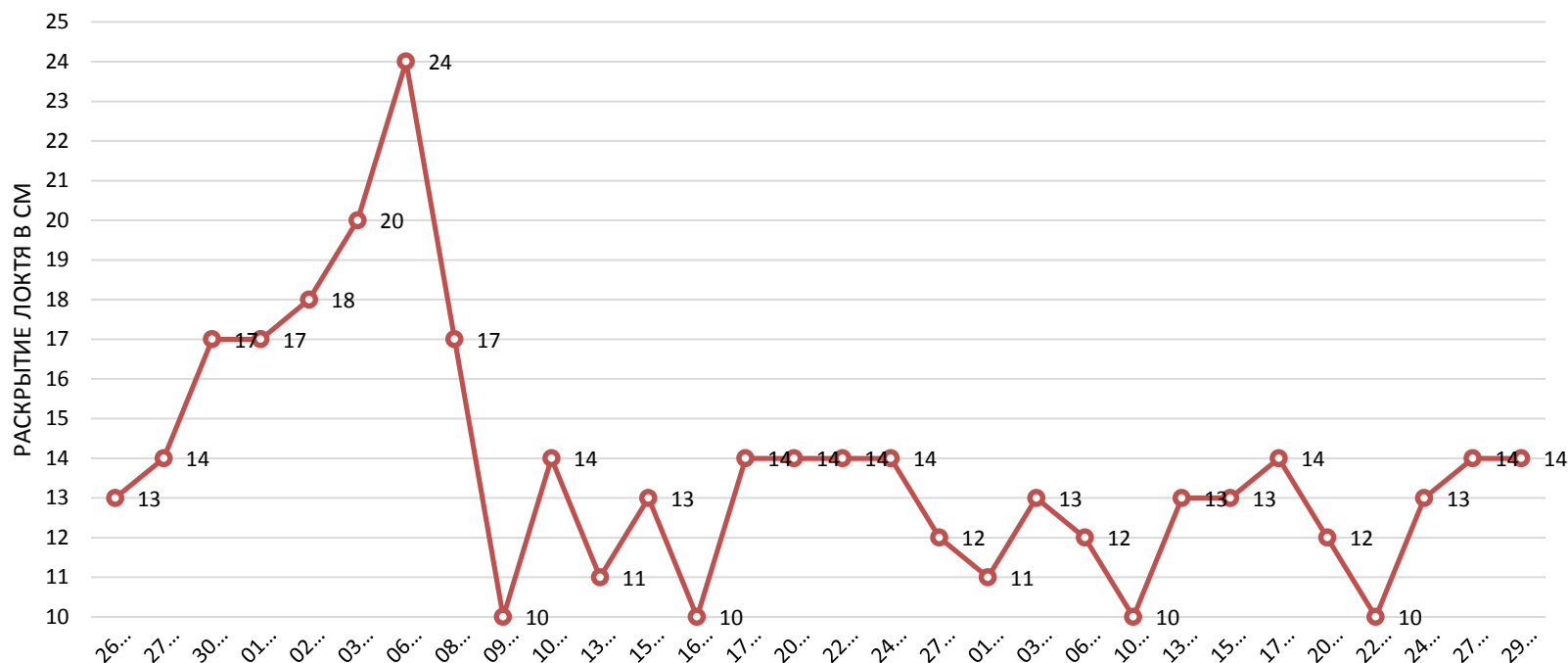


Диаграмма замера локтя



С 6 февраля угол локтя резко сократился.

Причина: Увеличили маршрут прохождения дистанции, добавили 2 лестницы (спуск, подъем).

Восстановление ходьбы после инсульта.



Простейшим способом исследования функции ходьбы является мониторинг прохождения маршрута.

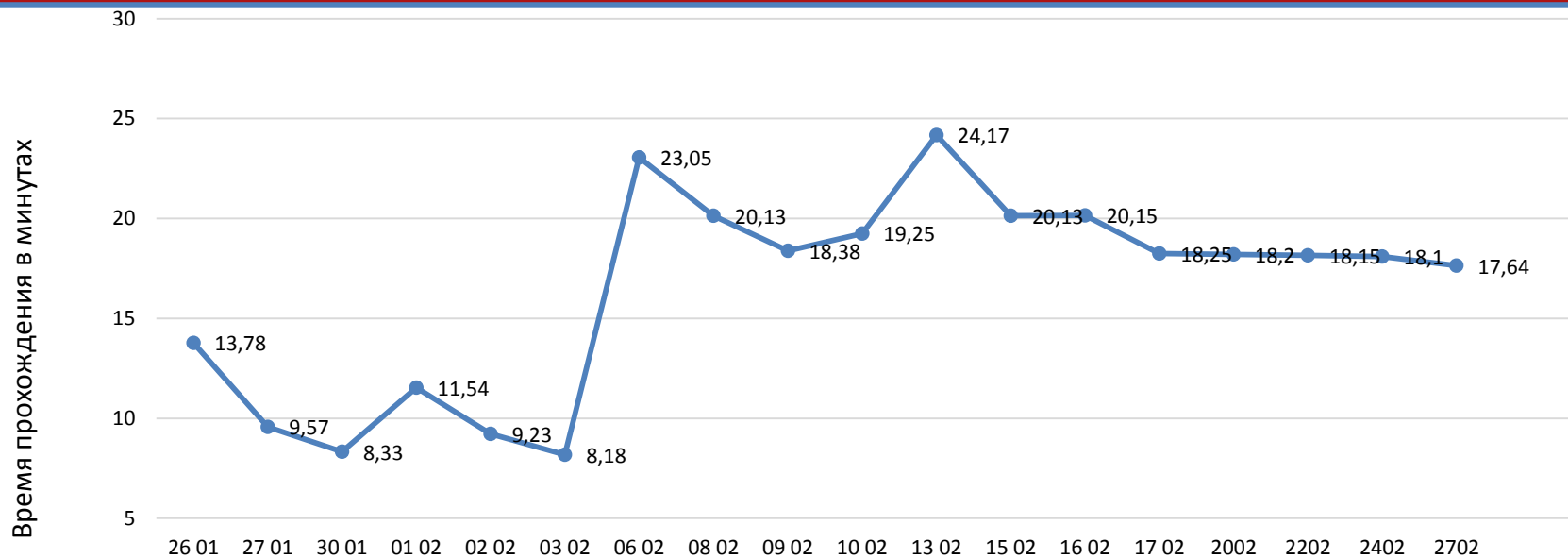
Наблюдения за пациентом.

Обращаем внимание:

- Настроение проживающего;*
- Четкость выполнения заданий;*
- Учить проживающего анализировать свою работу.*



Время тренировочного маршрута.



Маршрут с 26 января по 6 февраля:

Кабинет АФК (2 этаж) + коридор 2 этажа (45м) + 1 пролет лестничной площадки (1,5 м), лестница - 9 ступеней (3,5м.)

Итого: 50м. (кол-во прохождений 6 раз) (+, - от 2 м)

Маршрут с 6 февраля по 13 февраля:

Кабинет АФК (2 этаж) + коридор 2 этажа (45м.) + пролет лестничной площадки (1,5м,) лестница - 19 ступеней (7,5м.) + пролет лестничной площадки (1.6м) + коридор 1 этажа до кабинета ЛФК (69м,)

Итого: 125м. (кол-во прохождений 5 раз) (+, - от 2 м)

Маршрут с 13 февраля:

Кабинет АФК (2 этаж) + коридор 2 этажа (45м.) + лестница (19 ст-7,5м) + коридор 1 этажа (67м.) + лестница на 2-й этаж 21 ступенька (9.7 м) до кабинета АФК (16м.)

Итого: 145м (+, - от 2 м.)

Тренажер реабилитационный «Лесенка».



Тренажер «Лесенка» применяется для тренировки верхних конечностей.

Применяется для упражнений, восстанавливающих и корректирующих движения пальцев верхних конечностей, плечевого и локтевого суставов.

- Направлено на тренировку и развитие мелкой моторики, развитие кистей, координации движений руки;

- Применяется при стойких незначительных, умеренных и выраженных нарушениях статодинамических функций, спастичность и тугоподвижность суставов верхних конечностей.

Моя общественная работа помогает мне



- 1. Сосиализироваться в обществе.*
- 2. Благодаря своей активности я знакоюсь с разными людьми, что способствует моему кругозору.*
- 3. Моя общественная работа играет важную роль в моей жизни.*
- 4. Участие в общественной работе позволяет мне вносить свой вклад в улучшение жизни людей вокруг меня.*

О ХОДЬБЕ как методе РЕАБИЛИТАЦИИ после ИНСУЛЬТА.



Во время тренировок не было отмечено ухудшения состояния Максима. Таким образом, можно предположить, когда Максим К. даже после перенесенного инсульта тренируется интенсивнее, чем обычно принято, он видит большие изменения за небольшой промежуток времени. Это повышает эффективность реабилитации и мобильность. Максим продолжает свой путь к восстановлению...