

СОДЕРЖАНИЕ



Цели реабилитации	8
Первые этапы выхаживания пациента, перенесшего инсульт ..	9
Лечебная гимнастика	20
Ботулинотерапия	22
Физиотерапия	25
Роботизированные устройства	26
Метод обратной биологической связи (БОС-терапия)	29
Сложности получения результатов и достижения целей реабилитации	35
Домашний комплекс самореабилитации	41
Комплекс упражнений для верхних конечностей	45
Комплекс упражнений для нижних конечностей	124
Литература	189

ЦЕЛИ РЕАБИЛИТАЦИИ



Для пациента

Создание маршрута реабилитации, прохождение которого способствует улучшению качества жизни.

Для врача

Получение результата на каждом этапе реабилитации, что способствует поддержанию мотивации пациента.

ПЕРВЫЕ ЭТАПЫ ВЫХАЖИВАНИЯ ПАЦИЕНТА, ПЕРЕНЕСШЕГО ИНСУЛЬТ



1. Что такое спастичность.

Каждый год в России регистрируется около 450 тыс. инсультов. По статистическим данным, спастичность может затронуть от 17 до 80 % всех пациентов, перенесших инсульт.

После инсульта мозг теряет способность управлять и контролировать процессы мышечного напряжения и расслабления. Эти нарушения ведут к образованию патологического напряжения в определенных мышцах, которое называется патологическим гипертонусом. Со временем интенсивность напряжения может увеличиваться. Напряжение и чувство скованности в мышцах пациента перерастает в патологический затянувшийся спазм (а период расслабления отсутствует). Подобное состояние мышц называется спастичностью и сопровождается болью и нарушением движения, координации, способности удерживать равновесие.

Согласно современному определению, спастичность — это нарушение сенсомоторного контроля из-за повреждения верхнего мотонейрона, проявляющееся перемежающейся и двигательной произвольной активацией мышц (группа EU-SPASM, 2006)¹.

Спастичность, возникающая после инсульта, называется постинсультной спастичностью. Она развивается в верхних и нижних конечностях в связи с повреждением центральной нервной системы головного мозга и зависит от того, насколько сильно пострадал мозг и какие его зоны были повреждены. Пораженная спастичностью конечность со временем может полностью потерять способность совершать движения. Это связано с укорочением длины мышц из-за

¹ (SPASM) E. T. N. t. D. S. M. o. S. 2006. Centre for Rehabilitation and Engineering Studies University of Newcastle Stephenson Building Claremont Road Newcastle upon Tyne NE1 7RU UK.