

Тема: Загальні основи фізичної та реабілітаційної медицини при серцево-судинних захворюваннях

Актуальність проблеми

- Серцево-судинні захворювання — провідна причина смертності у світі
- Реабілітація — ключовий етап відновлення після серцевих подій
- Зменшення ризику ускладнень і покращення якості життя

Мета фізичної та реабілітаційної медицини (ФРМ)

- Відновлення фізичних функцій
- Покращення толерантності до фізичних навантажень
- Попередження повторних подій (інфаркт, інсульт тощо)
- Соціальна адаптація пацієнта

Етапи кардіореабілітації

1. Гострий (стаціонарний)
2. Підгострий (санаторний або амбулаторний)
3. Довготривалий (підтримуючий, домашній)

Основні методи ФРМ при серцево-судинних захворюваннях

- Лікувальна фізкультура (ЛФК)
- Дозоване аеробне тренування
- Масаж, фізіотерапія
- Психотерапія та освітні програми

Види фізичного навантаження

- Ходьба (скандинавська ходьба) , велосипед, плавання
- Дозування за шкалою Борга, за ЧСС
- Індивідуальний підбір програми

Протипоказання до фізичних навантажень

- Гостра серцева недостатність
- Нестабільна стенокардія
- Виражені порушення ритму
- Важка гіпертензія

Роль мультидисциплінарної команди

- Лікар ФРМ
- Кардіолог
- Фізичний терапевт
- Психолог, дієтолог
- Соціальний працівник

Очікувані результати реабілітації

- Покращення якості життя
- Зниження частоти госпіталізацій
- Відновлення працездатності
- Зменшення симптомів

Висновки

- ФРМ — невід'ємна частина лікування серцево-судинних захворювань
- Індивідуальний підхід — запорука успіху
- Активна участь пацієнта — ключ до стабільного результату