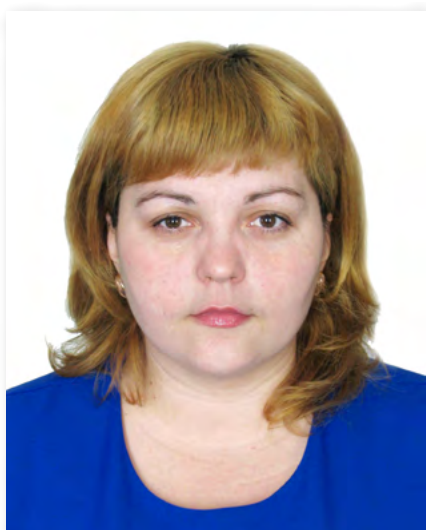




ПРОГРАММА ПОСТИНСУЛЬТНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

ВАЛЕНТИНА ПОГОРЕЛОВА,
медицинская сестра по массажу КГБУ СО «КЦСОН «Северный»

В последние годы статистика Министерства здравоохранения Российской Федерации дает неутешительные данные – в стране увеличивается численность людей, перенесших инсульт, включая молодых. Такая же динамика наблюдается по городу Енисейску и Енисейскому району, что сразу ухудшает прогнозы на восстановление утраченного здоровья местных жителей, в связи с удаленностью населенного пункта от специализированных реабилитационных учреждений.

Частично изменить ситуацию призвана программа социальной реабилитации. Она была разработана и апробирована специалистами КГБУ СО «КЦСОН «Енисейский», а после его реорганизации действует на базе КГБУ СО «КЦСОН «Северный» в рамках внедрения системы долговременного ухода.

Люди, перенесшие инсульт, практически все становятся получателями социальных услуг – уровень инвалидизации данного заболевания очень высокий, а из числа больных трудоспособного возраста к труду возвращается только каждый четвертый. При этом инсульт «молодеет».

Именно поэтому три года назад сотрудники КГБУ СО «КЦСОН «Енисейский», который в настоящее время входит в состав КГБУ СО «КЦСОН «Северный», разработали программу постинсультной реабилитации.

Для справки: инсульт – это острое нарушение мозгового кровообращения, характеризующееся внезапным (в течение нескольких минут, часов) появлением очаговой и/или общемозговой неврологической симптоматики, которая сохраняется более 24 часов.

Так как перенесенный инсульт вызывает нарушение центральной нервной системы, то, как правило, страдают одни из самых важных социальных

функций – речь и двигательная активность. Именно поэтому программа реабилитации включает в себя процесс диагностирования двигательных нарушений и реализацию алгоритма действий по восстановлению утраченных навыков как на ранних, так и на более поздних периодах. Важной и неотъемлемой частью оказания такой помощи является своевременное и качественное проведение реабилитационных мероприятий.

Начиная с 2019 года участниками программы стали более 30 человек в возрасте от 39 до 85 лет, перенесшие инсульт не ранее 3 месяцев и не более 2 лет назад. В зависимости от степени двигательных нарушений, занятия с ними проводятся либо в учреждении, либо по месту проживания. Собственно в этом и состоит практическая значимость данной программы – ее внедрение (с имеющимися специалистами и оборудованием) возможно как в полустационарных отделениях центров социаль-



ного обслуживания населения, так и в домашних условиях.

Цели программы – выявление и восстановление нарушенных двигательных навыков человека, а также создание благоприятной среды для его дальнейшей реабилитации.

Задачи:

- создание действенного реабилитационного механизма, включающего индивидуально-адаптационно-мотивационный подход;
- активное вовлечение в процесс реабилитации родственников, их просвещение, обучение и консультирование.

Курс в среднем рассчитан на 15 занятий, но при необходимости продлевается до появления у получателя услуг положительной динамики. Реабилитационные мероприятия проводятся в комплексе и включают в себя: медицинский массаж, ЛФК, механотерапию (использование специальных тренажеров и устройств), физическую терапию, эрготерапию.

Так, медицинский массаж способствует снятию у человека, перенесшего инсульт, напряжения в спастических мышцах, снижению тонуса в пораженной конечности, улучшает крово- и лимфоток в организме. Занятия лечебной физкультурой помо-

гают восстановить утраченные физические функции и навыки, улучшить двигательную активность. Механотерапия направлена на улучшение подвижности суставов и силы мышц; физическая терапия – на восстановление навыков крупной и мелкой моторики, придание правильного положения тела, подбор и адаптацию ТСП и т. д.; элементы эрготерапии – на улучшение навыков самообслуживания.

Особенность программы заключается в том, что реабилитация постинсультных граждан в каждом периоде восстановления имеет свою специфику по степени двигательных нарушений.

Например, при легкой степени, когда человек передвигается самостоятельно или с использованием ТСП, реабилитационный курс проводится на базе социально-реабилитационного отделения. При средней степени двигательных нарушений перемещение осуществляется с помощью ухаживающих лиц или ТСП – участник программы получает реабилитацию на дому, а в более позднем периоде – в отделении.

Тяжелая степень нарушений, когда у человека отсутствует самостоятельная двигательная активность (лежит, не сидит, не передвигается), предполагает реабилитационные мероприятия исключительно на дому.



В связи с тем, что в первые шесть месяцев после инсульта высока вероятность его повтора, программа включает профилактику повторных случаев и помощь при вторичных двигательных нарушениях.

В качестве иллюстрации эффективности и действенности программы приведем один из наиболее тяжелых случаев. В сентябре прошлого года пенсионерка 85 лет перенесла инсульт. По прошествии четырех месяцев, когда ее уже выписали из больницы, мы начали программу реабилитации. Занятия проводились в домашних условиях, так как в результате болезни у женщины были практически утрачены двигательные и бытовые навыки и она нуждалась в постоянном стороннем уходе. Реабилитационные мероприятия проходили двумя курсами с интервалом в 4 месяца.

Первый курс из 15 занятий включал лечебный массаж и пассивно-активную гимнастику. Родственникам, осуществляющим уход за бабушкой, были даны рекомендации по профилактике пролежней, опрелостей и вторичных нарушений. Также специалисты учреждения обучили их правильному позиционированию (лежа, сидя) в зависимости от положения тела, чтобы маломобильный человек не испытывал дискомфорта, и безопасному перемещению (в постели, с кровати на стул и обратно и т. д.).

Исходя из индивидуальных и физических особенностей, женщине подобрали инвалидную коляску.

После нескольких месяцев перерыва реабилитацию продолжили. Во время второго курса вновь провели лечебный массаж, пассивно-активную гимнастику. Родственникам показали, как правильно и без ущерба для здоровья вертикализировать пенсионерку, развивать ее самостоятельную активность в домашней среде.

В результате таких совместных усилий наша подопечная теперь при помощи поручня или родных может принимать сидячее положение, а на кровати и в инвалидной коляске вообще сидит самостоятельно. Также она уже частично обслуживает себя (ест, пьет и т. п.). Опираясь на руку родственника, начала стоять, передвигаться на короткие расстояния по дому. Сейчас у пожилой женщины сформирована устойчивая мотивация на продолжение самостоятельных тренировок, а члены семьи, благодаря программе реабилитации, смогли усовершенствовать родственный уход.

Заключительная оценка и анализ результатов по всем случаям реабилитации граждан, перенесших инсульт и участвовавших в программе, показали положительную динамику. Частично утраченные функции к самостоятельной двигательной активности и бытовому обслуживанию восстановились на треть, что указывает на эффективность и результативность проделанной работы.

В текущем году в результате реорганизации КГБУ СО «КЦСОН «Енисейский» программа постинсультной реабилитации стала частью программы школы родственного ухода КГБУ СО «КЦСОН «Северный» и тем самым получила новый импульс. Благодаря сотрудничеству учреждения с организациями здравоохранения города Енисейска и Енисейского района налажен обмен информацией о постинсультных больных и о действующей для них программе. Одновременно с этим расширился список специалистов, осуществляющих реабилитационные мероприятия, что, несомненно, повысит эффективность работы с данной категорией получателей социальных услуг.

*Фотографии предоставлены
КГБУ СО «КЦСОН «Северный»*

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ «СЕВЕРНЫЙ»**

ДИРЕКТОР Колесникова Елена Романовна
Тел. 8 (39195) 2-30-41
mbukcson.ru