**Анотація до лекцій**

**Лекція 1. Місце фізичної реабілітації в системі оздоровлення людини. Механізми впливу фізичних вправ на організм хворого. Основні принципи, форми і засоби лікувальної фізкультури**

Місце фізичної реабілітації в системі оздоровлення людини Механізми впливу фізичних вправ на організм хворого. Основні принципи, форми і засоби лікувальної фізкультури.

Поняття про фізичну реабілітацію. Провідне значення фізичної реабілітації (лікувальної фізкультури) в системі всіх реабілітаційних заходів. Поняття про ЛФК. Короткий історичний нарис її розвитку. Використання лікувальної фізкультури у відновлювальній, підтримуючій і профілактичній терапії. Сучасний стан розвитку фізичної реабілітації, її роль у відновлені працездатності і вирішенні соціально-психологічних проблем хворого. Місце фізичної реабілітації в системі медико-біологічних дисциплін і зв’язок її з іншими науками.

Загальнотонізуючий, трофічний, нормалізуючий і компенсаторний вплив фізичних вправ на організм хворого. Види компенсації. Поняття про функціональну систему руху (П.К.Анохін), взаємозв'язок рухового і вегетативного стереотипу. Механізм виникнення нервового імпульсу. Руховий та вегетативний стереотипи.

Основні принципи ЛФК: раннє призначення і поступове збільшення навантаження, свідома участь хворого, загальне і спеціальне фізичне тренування в індивідуальній комплексній програмі реабілітації. Рухові режими в терапії, травматології, неврологі.

Форми, засоби і методи застосування лікувальної фізкультури. Показання і протипоказання використання фізичних вправ в системі реабілітації. Дозування фізичних навантажень. Основний засіб ЛФК – природньо-біологічна властивість людини – рух.

Фізична реабілітація — це комплекс послуг, які надаються виключно фахівцем з фізичної реабілітації або під його керівництвом і контролем. Медична реабілітація. Діагностика і прогнозування, Головним завданням фізичної реабілітації. Принципи фізичної реабілітації. Засоби фізичної реабілітації. Діяльність закладів фізичної реабілітації. Освіта .Основних термінів галузі фізичної реабілітації

**Лекція 2. Фізична реабілітація при сколіозі, порушеннях поставі і плоскостопості**

Чотири фізіологічних вигинів хребта. Два з них — шийний та поперековий — спрямовані опуклістю вперед (лордоз), а грудний і куприковий — назад (кіфоз). Лікування вад постави і деформації опорно-рухового апарату комплексне. Застосування фізичних вправ зумовлюється багатостороннім впливом на організм: підвищують загальний тонус, активізують діяльність ЦНС, серцево-судинної, дихальної та інших систем організму, стимулюють обмінні процеси, забезпечують перерозподіл м’язового напруження, зміцнення м’язів, створення м’язового корсета. Вади постави. Постава — це звична поза людини, яка невимушено стоїть, набута без зайвого м’язового напруження. Нормальна постава. Порушеннями або вадами постави. Порушення або вади постави. Сутулість. Круглоувігнута спина. Плоска спина. Асиметрична постава. Засоби ФР. Плоскостопість —- це деформація стопи, що характеризується сплощенням її склепіння.

 Причини. Сколіоз - хронічне, прогресуюче захворювання хребта, що характеризується дугоподібним викривленням у фронтальній площині і скручуванням(торсія) хребців навколо вертикальної осі. Три групи причин сколіозу. 4 ступеня сколіозу. Комплексне лікування сколіотичної хвороби. Спеціальні коригуючі вправи Будова і функції опорно-рухового апарату. Класифікація фізичних вправ. Ранкова гімнастика. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування лікувальної фізкультури при захворюванні опорно-рухового апарату. Механізми впливу фізичних вправ на хворих.

Загальні задачі лікувальної фізкультури при захворюваннях опорно-рухового апарату. Фізична реабілітація при захворюваннях опорно-рухового апарату. Показання, задачі, форми, засоби і спеціальні вправи при захворюваннях опорно-рухового апарату. Лікувальна фізкультура при захворюваннях опорно-рухового апарату.

Етіологія, патогенез. Роль лікувальної гімнастики, загартування і масажу в профілактиці і лікуванні опорно-рухового апарату. Залежність методики лікувальної фізкультури від стану опорно-рухового апарату, віку. Оптимальні вихідні положення. Підготовчий і тренувальний періоди лікування.

Ознаки, що характеризують правильну поставу. Види постави. Характерні ознаки різних її порушень. Захворювання, які (супроводжують) порушенню постави. Причини і профілактика порушень постави. Методика відновлювального лікування при порушеннях постави і плоскостопості. Задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури у дітей з порушенням постави та плоскостопістю.

Сколіоз – одна з ознак сколіотичної хвороби. Етіологія, патогенез, клінічне протікання і лікування сколіозу. Особливості коригуючої гімнастики і масажу при різних стадіях сколіозу.

**Лекція 6. Фізична реабілітація при остеохондрозі хребта**

Остеохондроз – захворювання хребта людей різного віку. Етіологія, патогенез і симптоми захворювання. Особливості клінічного прояву шийного, грудного і поперекового остеохондрозу. Консервативне і оперативне лікування. Роль фізичної реабілітації в комплексному лікуванні хворих за періодами протікання хвороби. Показання до застосування лікувальної фізкультури. Задачі, форми, засоби і методи фізичної реабілітації. Масаж та мануальна терапія при остеохондрозі

Компресійні, не ускладненні переломи хребта і кісток тазу – наслідки падіння на сідничну область, особливо у людей похилого віку. Клінічні і рентгенологічні ознаки травми. Консервативне і оперативне лікування. Задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури по чотирьох періодах консервативного лікування переломів хребта. Види переломів кісток тазу і періоди відновлювального лікування. Відновлення працездатності хворих з переломами хребта

**Лекція 7. Фізична реабілітація при інсульті**

Інсульт - раптово наступаюче гостре порушення мозкового кровообігу. Вплив фізичних вправ на нервову систему. Показання до застосування лікувальної фізкультури при захворюваннях нервової системи. Хронічна судинна недостатність. Клінічні синдроми інсульту: рухові (поза Верніке-Манна), чуттєві, трофічні розлади, порушення мови і психіки. Методика і, засоби і форми лікувальної фізкультури і масажу у постінсультних хворих. Особливості укладок і пасивно-активної гімнастики у ранньому періоді відновлювального лікування.

Причини і клінічні прояви інсульту. Завдання, формі, засоби і методика фізичної реабілітації в поетапному відновлювальному лікуванні постінсультних хворих. Роль "укладань", масажу, механотерапії, працетерапії, фізіотерапії в комплексному лікуванні.

Причини невритів, плескотів і неврологій. Особливості клінічного протікання і лікування невриту лицьового нерва. Методика лікувальної гімнастики, масажу і лікування "положенням". Неврит плечового сплетення. Верхні і нижні типи ураження. Клінічні симптоми і методика фізичної реабілітації, при невриті променевого, ліктьового і серединного нервів. Функціональні порушення при невриті (малогомілкового) нерву.

Поняття про вестибулярний аналізатор. Будова вестибулярного апарату. Види порушень функцій при захворюванні вестибулярного апарату: соматичний, вегетативно-вестибулярний ,температурний. Клінічні проявлення різних захворювань. Показання і протипоказання до застосування ЛФК. Задачі, засоби і методика спеціальної вестибулярної гімнастики.

Типи вищої нервової системи. Причини неврозів, їх класифікація. Клінічні форми і симптоми неврастенії. Значення фізичних вправ у регулюванні процесів коркової нейродинаміки і створенні режиму охоронного гальмування. Лікувальна фізкультура при різних формах неврастенії (завдання, форми і засоби). Особливості методики фізичної реабілітації при істерії і психастенії. (Писчий) спазм - координаторний невроз професійного характеру. Гімнастика і масаж при даній патології.

**Лекція 10 Фізична реабілітація при хронічних хворобах серця**

Поняття про гіпертонічну та гіпотонічну хворобу. Причини, патогенез і клінічні прояви захворювання. Показання і протипоказання до призначення фізичних вправ у залежності від стадії захворювання. Механізми впливу фізичних вправ на хворих, які страждають гіпертонію. Поняття про толерантність до фізичних навантажень. Підвищення толерантності до фізичних навантажень шляхом зниження подвійного добутку ("ДП"). Методика тренування на велотренажері. Задачі, форми, засоби і спеціальні вправи при гіпертонічній та гіпотонічній хворобі Методика масажу. Інфаркт міокарда виникає через припинення кровопостачання до частини міокарда, загибелі внаслідок цього клітин і припинення нормального функціонування серця. Сприяють цьому надмірні фізичні або психічні навантаження тощо. Аритмія - це порушення послідовності та повноти скорочень окремих частин серця. Вона виникає через ураження серцевого м'яза та провідної системи отруйними речовинами або є наслідком надмірної нервової стимуляції вузлів серця. Дистонія - це порушення тонусу судин. Переважно виникає через виснаження нервової системи, гіподинамію, ураження м'язових елементів стінок судин. Інсульт - це гостре порушення кровообігу в головному мозку,що викликає розлад функції центральної системи й усього організму,завершується втратою окремих частин мозку або смертю. Різке зменшення еластичності судин при зростанні кров'яного тиску завершується їхнім розривом та крововиливами у мозок. Причинами хвороби є атеросклероз, гіпертонія, емоційне напруження. Атеросклероз - хронічне захворювання, що характеризується потовщенням стінок судин, звуженням їхнього просвіту, утворенням тромбів. Причинами атеросклерозу є ожиріння, вживання алкоголю, паління, цукровий діабет. Гіпертонічна хвороба - загальне захворювання, що проявляється зростанням кров'яного тиску. Йому сприяють перевантаження, ураження нирок, вживання алкоголю, паління. Також буває спадковою хворобою, через генетичні аномалії. Ревматизм — загальне інфекційно-алергічне захворювання, що супроводжується запальним ураженням сполучної тканини з переважною локалізацією у серці. Найчастіше цей процес викликає міокардит — запалення серцевого м’яза, та ендокардит — запалення внутрішньої оболонки серця, що покриває