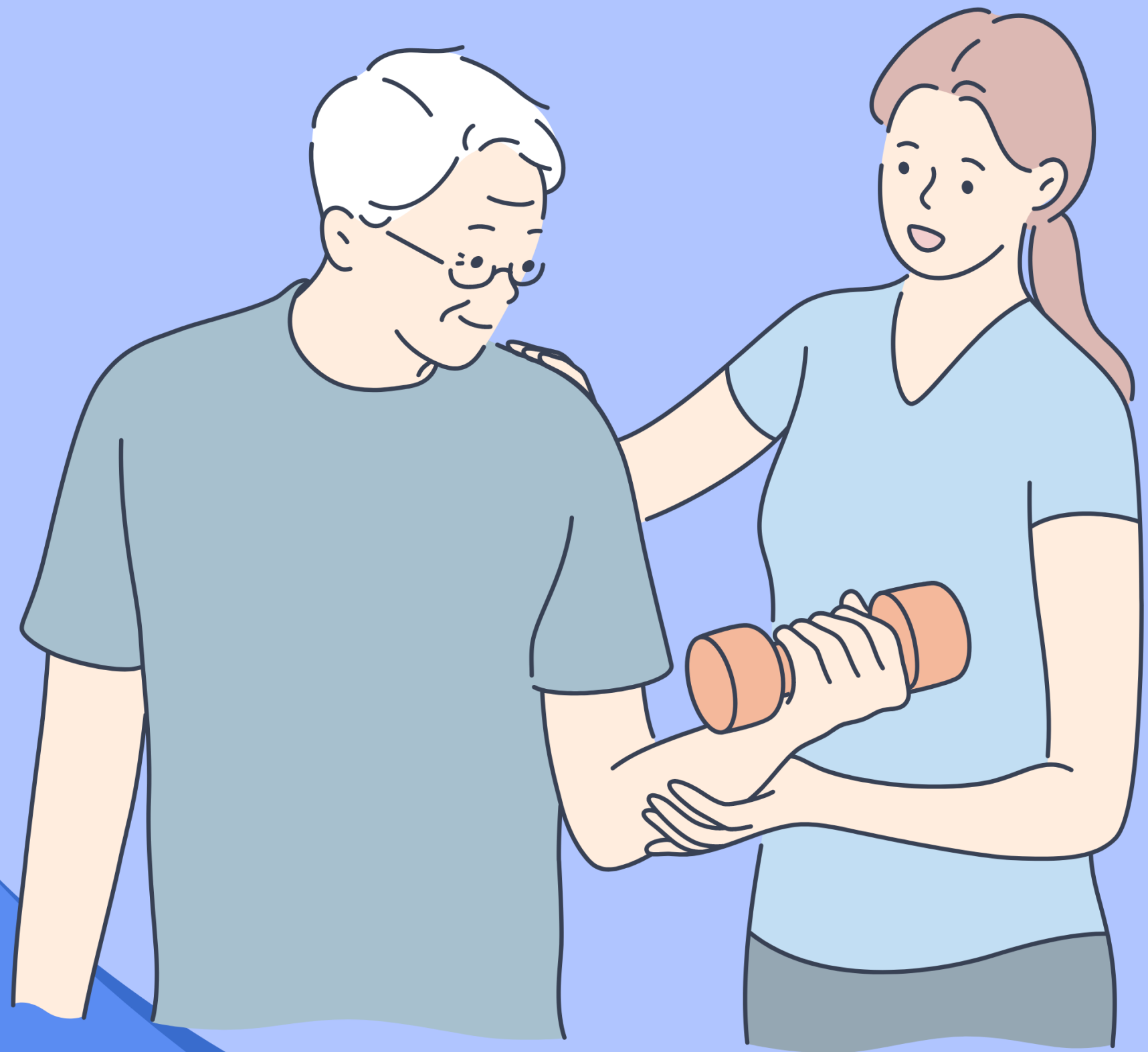


ЛФК у ВНУТРІШНІЙ МЕДИЦИНІ



ІСТОРИЯ ЛФК ТА ЗНАЧЕННЯ В СУЧАСНІЙ МЕДИЦИНІ

**РОЗУМІННЯ, ЩО ПОМІРНЕ ФІЗИЧНЕ НАВАНТАЖЕННЯ – ЗАПОРУКА
ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, З'ЯВИЛОСЯ ПОНАД 2500 РОКІВ ТОМУ.**

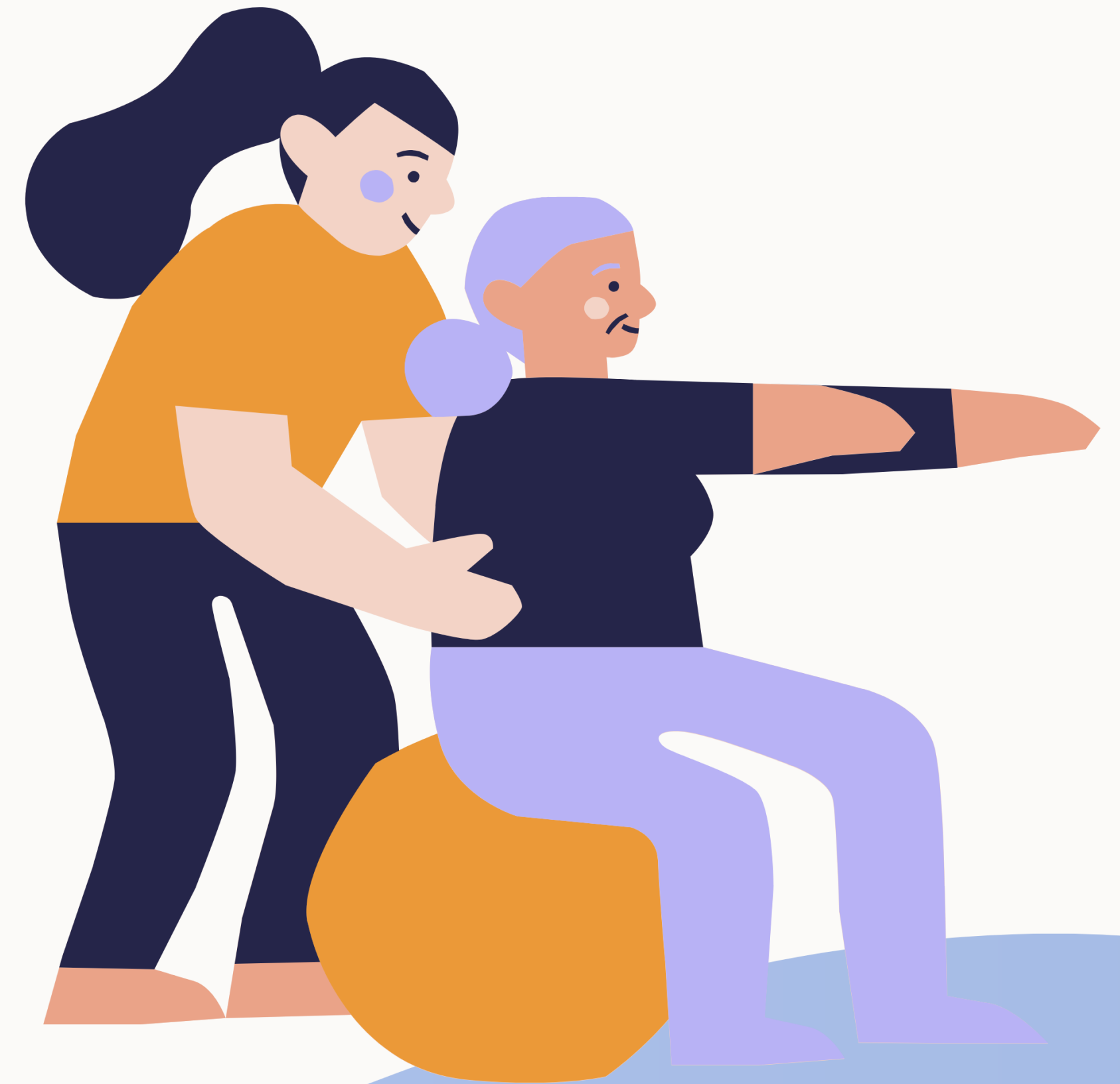
**З ТИХ ДАВНІХ ЧАСІВ ЗНАННЯ ПРО КОРИСТЬ ПОМІРНИХ ФІЗИЧНИХ
НАВАНТАЖЕНЬ ЗРОСТАЛИ, РОЗВИВАЛИСЯ НОВІ ШКОЛИ ТА НАПРЯМКИ,
ВИНАХОДИЛИСЯ ТРЕНАЖЕРИ, І ДО ХХ СТОЛІТТЯ ЛІКУВАЛЬНА
ФІЗКУЛЬТУРА (ЛФК) СТАЛА ОБОВ'ЯЗКОВИМ ЕЛЕМЕНТОМ ВИХОВАННЯ
ЛЮДИНИ, ЗДОРОВОЇ ФІЗИЧНО ТА ПСИХІЧНО.**

**ПОВНОЦІННИМ РОЗДІЛОМ МЕДИЦИНИ ЛІКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА СТАЛА ЛИШЕ У
СЕРЕДИНІ ХХ СТОЛІТТЯ. ЗАТЕ НА ДАНИЙ МОМЕНТ ЦЕ НАЙВАЖЛИВІШИЙ МЕТОД
ЛІКУВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ, ТРАВМАТОЛОГІЇ, НЕВРОЛОГІЇ, ОРТОПЕДІЇ.**



ОСНОВНА МЕТА ВИКЛАДАННЯ НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ “ЛФК ПРИ ВНУТРІШНІХ ЗАХВОРЮВАННЯХ”:

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ
ЗНАНЬ, ВМІНЬ ТА НАВИЧОК З
ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ
ВНУТРІШНІХ ОРГАНІВ, ЩО МАЮТЬ
ЗАБЕЗПЕЧИТИ ТЕОРЕТИЧНУ ТА
ПРАКТИЧНУ ПІДГОТОВКУ
СТУДЕНТІВ.



ТЕМИ ЯКІ ВИВЧАЮТЬСЯ:

- 1. ЗАГАЛЬНІ ОСНОВИ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.**
- 2. ЛФК ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ**
- 3. ЛФК ПРИ НЕДОСТАТНОСТІ КРОВООБІГУ, ІНФАРКТІ МІОКАРДА СТЕНОКАРДІЇ.**
- 4. ЛФК ПРИ ГІПЕРТОНІЧНІЙ ТА ГІПОТОНІЧНІЙ ХВОРОБІ.**
- 5. ЛФК ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ОРГАНІВ ДИХАННЯ.**
- 6. ЛФК ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ОРГАНІВ ТРАВЛЕННЯ.**
- 7. ЛФК ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ НИРОК І СЕЧОВИДІЛЬНИХ ШЛЯХІВ**
- 8. ЛФК ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ОБМІНУ РЕЧОВИН**
- 9. ЛФК ПРИ РОЗЛАДАХ МОЗКОВОГО КРОВООБІГУ**

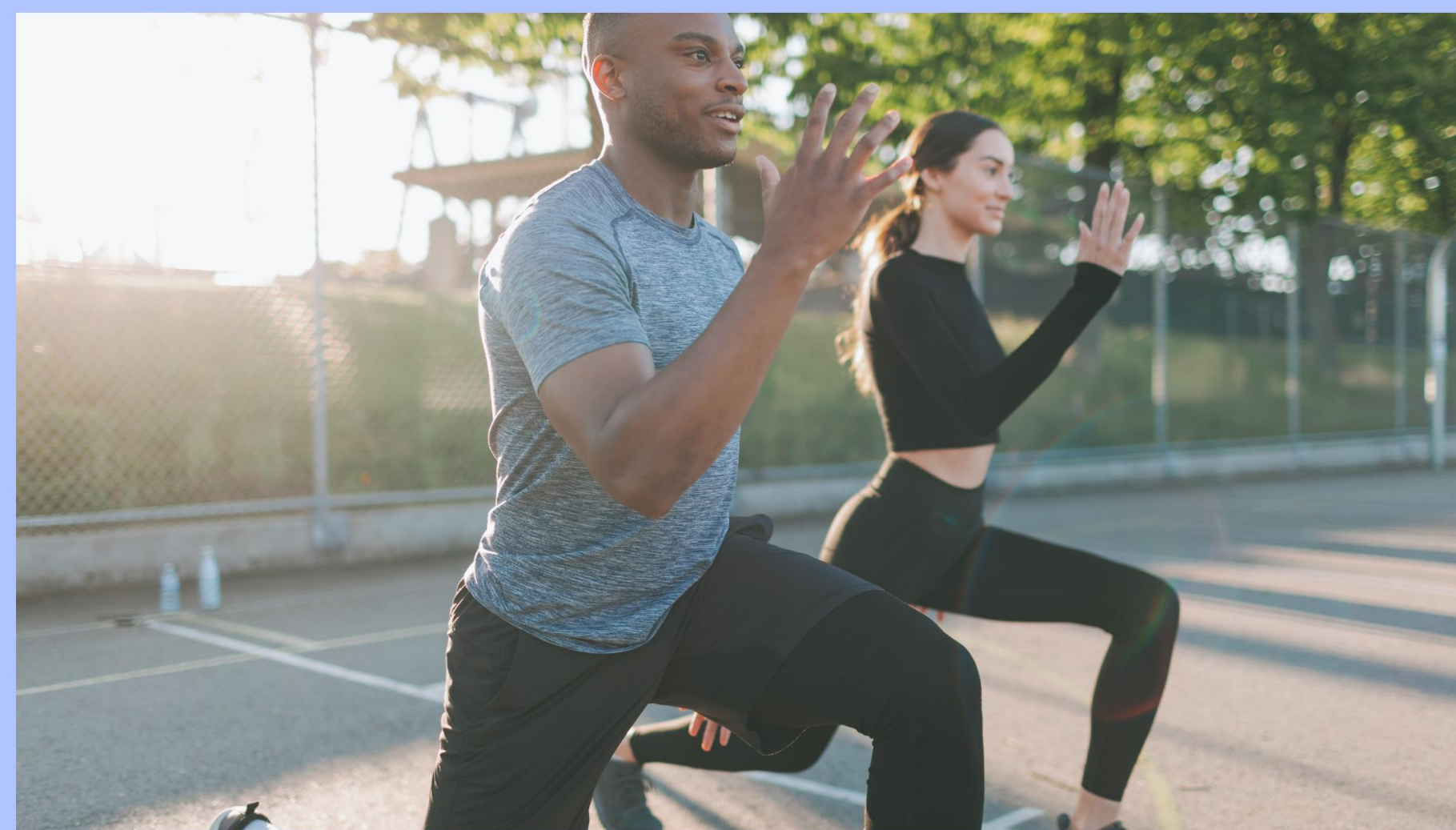


**ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА
КУЛЬТУРА - МЕТОД
ЛІКУВАННЯ, ЩО
ВИКОРИСТОВУЄ ЗАСОБИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З
ЛІКУВАЛЬНОЮ,
ОЗДОРОВЧОЮ ТА
ПРОФІЛАКТИЧНОЮ МЕТОЮ
ТА ДЛЯ БІЛЬШ
ШВИДКОГО ВІДНОВЛЕННЯ
ЗДОРОВ'Я І
ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ХВОРОГО**

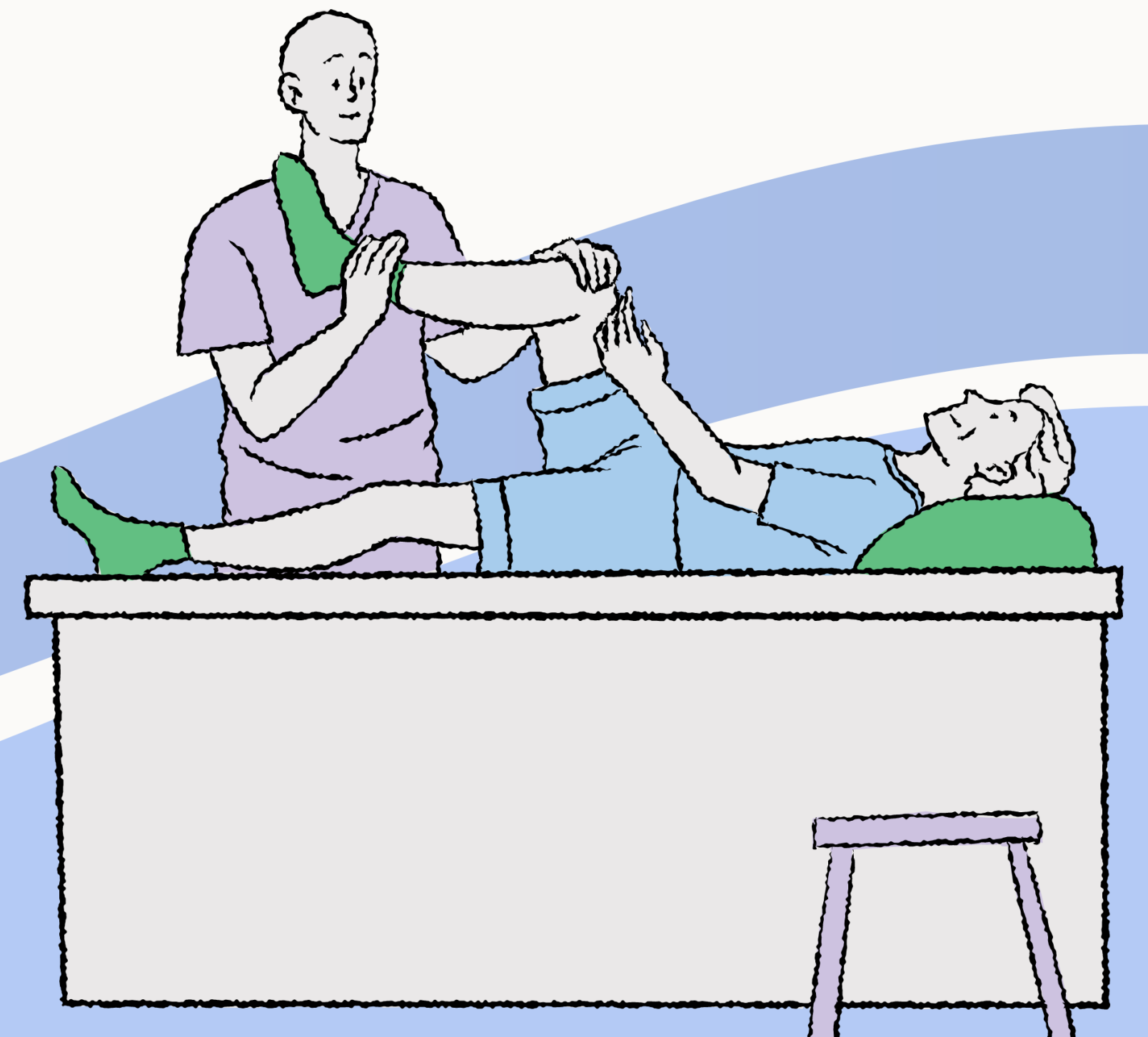
ФОРМИ І ЗАСОБИ ЛФК

ЛФК ЗАСТОСОВУЮТЬ У ТАКИХ ФОРМАХ:

- **РАНКОВА ГІГІЄНІЧНА ГІМНАСТИКА**
- **ЛІКУВАЛЬНА ГІМНАСТИКА**
- **САМОСТІЙНІ ЗАНЯТТЯ**
- **ЛІКУВАЛЬНА ХОДЬБА**
- **ТЕРЕНКУР**
- **СПОРТИВНІ ВПРАВИ ТА ІГРИ**
- **ГІДРОКІНЕЗИТЕРАПІЯ**



**ЗНАННЯ МЕТОДІВ, ЗАСОБІВ ТА ФОРМ ЛФК
ДОЗВОЛЯЄ МЕДИЧНОМУ ПРАЦІВНИКУ
ПРАВИЛЬНО ЗАСТОСОВУВАТИ ЛІКУВАЛЬНУ
ФІЗКУЛЬТУРУ В
КОМПЛЕКСНІЙ СИСТЕМІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ.**



ЗАВДАННЯ ЛФК:

- ЗБЕРЕГТИ ТА ПІДТРИМАТИ ХВОРИЙ ОРГАНІЗМ У ЯКНАЙКРАЩОМУ ФУНКЦІОНАЛЬНОМУ СТАНІ;
- ПОПЕРЕДИТИ УСКЛАДНЕННЯ, ЯКІ МОЖУТЬ БУТИ ВИКЛИКАНІ ЯК ОСНОВНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ, ТАК І ВИМУШЕНОЮ ТРИВАЛОЮ ГІПОДИНАМІЄЮ;
- СПРИЯТИ ПОКРАЩЕННЮ ДІЇ МЕДИКАМЕНТОЗНИХ ЗАСОБІВ,
- СКОРОТИТИ ТЕРМІНИ ЛІКУВАННЯ;
- ЗАЛУЧИТИ ХВОРОГО ДО АКТИВНОЇ УЧАСТІ У ПРОЦЕСІ ОДУЖАННЯ;
- ПОПЕРЕДИТИ НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ ФАКТОРІВ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА;
- ЯКНАЙШВИДШЕ ВІДНОВИТИ ФУНКЦІОНАЛЬНУ ПОВНОЦІННІСТЬ ЛЮДИНИ, СКОРОТИТИ РІЗНИЦЮ МІЖ КЛІНІЧНИМ І ФУНКЦІОНАЛЬНИМ ВИДУЖАННЯМ.



ЛФК ВІДРІЗНЯЄТЬСЯ ВІД ІНШИХ МЕТОДІВ ЛІКУВАННЯ ТИМ, ЩО ЦЕЙ МЕТОД ЛІКУВАННЯ:

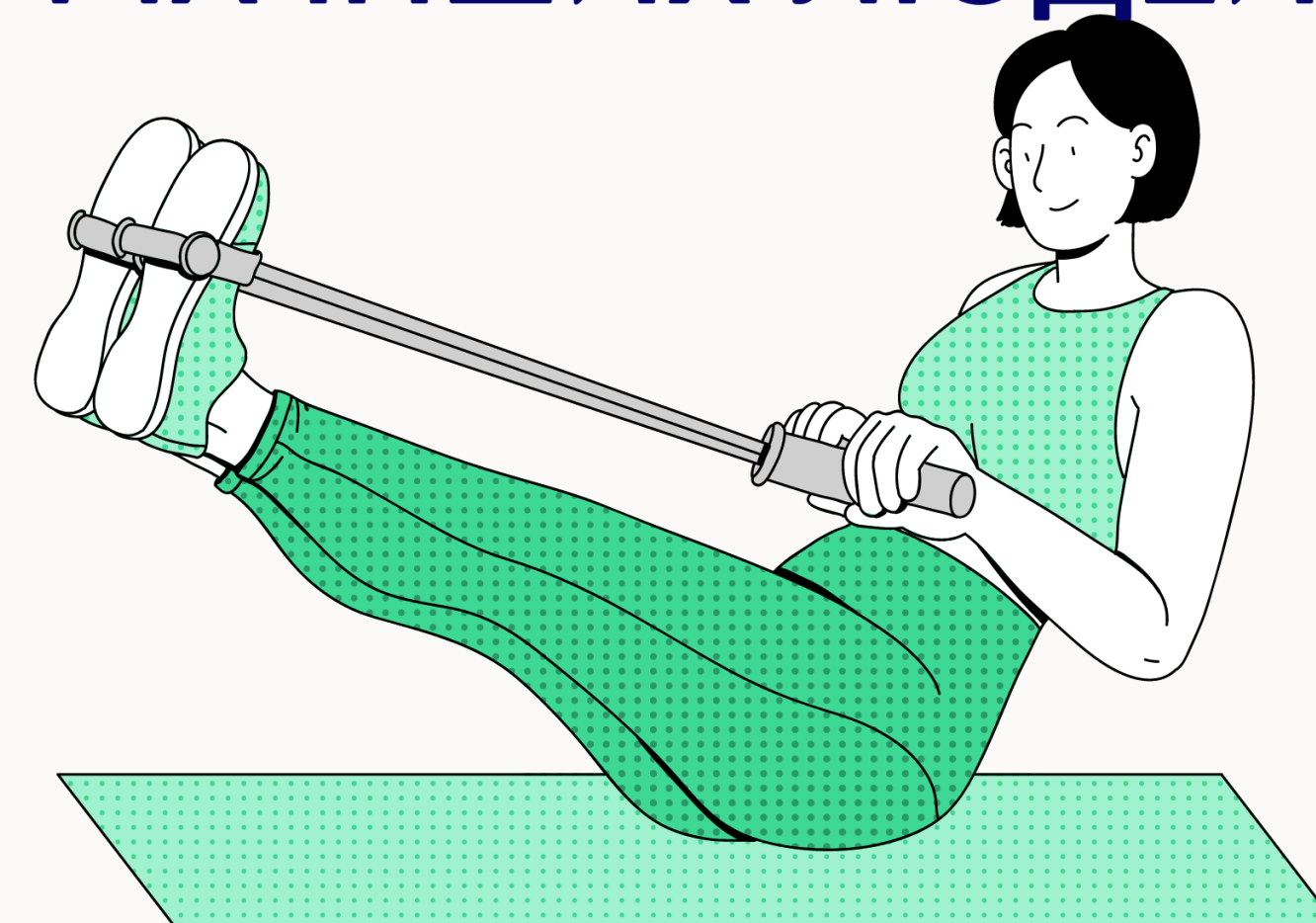
- **ЗАГАЛЬНОДОСТУПНИЙ І БЕЗКОШТОВНИЙ;**
- **ПРИРОДНИЙ - В ОСНОВІ ЛЕЖАТЬ ФІЗИЧНІ ВПРАВИ;**
- **ПІДВИЩУЄ РЕАКТИВНІСТЬ ОРГАНІЗМУ;**
- **ПОТЕНЦІЮЄ ДІЮ ЛІКАРСЬКИХ ЗАСОБІВ;**
- **НЕ МАЄ АЛЕРГІЧНИХ РЕАКЦІЙ;**
- **НЕ МАЄ ТРАВМАТИЧНОГО ВПЛИВУ;**
- **УНІВЕРСАЛЬНІСТЬ ВПЛИВУ (ЗАГАЛЬНОЗМІЦНЮЮЧИЙ І ВИБІРКОВИЙ);**
- **ЛЕГКО ДОЗУЄТЬСЯ І ВИВЧАЄТЬСЯ РЕАКЦІЯ НА НАВАНТАЖЕННЯ;
МОЖНА ДОВГОТРИВАЛО АБО ПОСТІЙНО ВИКОРИСТОВУВАТИ ДЛЯ
ЛІКУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКИ РЕЦИДИВІВ;**
- **МАЛО ПРОТИПОКАЗАНЬ, А ЯКЩО Є, ТО ТИМЧАСОВІ;**
- **ВИСОКА ЕМОЦІЙНІСТЬ ЗАНЯТЬ.**



**ГОЛОВНОЮ ОСОБЛИВІСТЮ, ЯКА ВИДІЛЯЄ ЛФК З УСІХ
ІНШИХ МЕТОДІВ ЛІКУВАННЯ, Є СВІДОМА Й АКТИВНА
УЧАСТЬ ХВОРОГО В ПРОЦЕСІ ЛІКУВАННЯ ФІЗИЧНИМИ
ВПРАВАМИ. ПАЦІЄНТ, ЯКИЙ ЗНАЄ, ДЛЯ ЧОГО
ПОТРІБНО ЗАСТОСОВУВАТИ ФІЗИЧНІ ВПРАВИ,
СВІДОМО ВИКОНУЄ ПРИЗНАЧЕНІ РУХИ, ІНКОЛИ
ЗУСИЛЛЯМ ВОЛІ ЗМУШУЄ СЕБЕ ПЕРЕБОРОТИ ЛІНОЩІ
ЧИ НЕПРИЄМНІ ВІДЧУТТЯ, ЩО МОЖУТЬ ВИНИКНУТИ В
ПРОЦЕСІ ВИКОНАННЯ ВПРАВ.**

В ДАНИЙ ЧАС ЛФК Є НЕВІД'ЄМНИМ ЕЛЕМЕНТОМ КОМПЛЕКСНОГО ЛІКУВАННЯ ХВОРИХ ТЕРАПЕВТИЧНОГО, ХІРУРГІЧНОГО, НЕВРОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ.

ВИВЧЕННЯ ЛФК НЕ ЛИШЕ РОЗШИРИТЬ ВАШІ МЕДИЧНІ ЗНАННЯ, А Й ВІДКРИВАЄ МОЖЛИВОСТІ ДОПОМАГАТИ ЛЮДЯМ ПОКРАЩУВАТИ СВОЄ ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ТА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ. ЦІ НАВИЧКИ ДОЗВОЛЯТЬ ВАМ СТАТИ ФАХІВЦЕМ, СПРОМОЖНИМ НАДАВАТИ ЕФЕКТИВНУ ПІДТРИМКУ ПАЦІЄНТАМ З РІЗНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ ТА ТРАВМАМИ. ВАША РОБОТА МОЖЕ ВНЕСТИ СУТТЄВИЙ ВКЛАД У ПОЛІПШЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧА ІНШИХ ЛЮДЕЙ.



**НА ВІЙНІ В УКРАЇНІ БАГАТО ЇЇ ГЕРОЇВ
ОТРИМУЮТЬ ПОРАНЕННЯ РІЗНОГО СТУПЕНЯ
ВАЖКОСТІ. ЗВИЧАЙНО, ЇМ НАДАЄТЬСЯ
ПЕРША МЕДИЧНА ДОПОМОГА ТА ЛІКУВАННЯ
У ВІЙСЬКОВИХ ГОСПІТАЛЯХ ТА
СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДАХ.
АЛЕ ДУЖЕ ВАЖЛИВЕ ЗНАЧЕННЯ МАЄ
ТАКОЖ І НАСТУПНА РЕАБІЛІТАЦІЯ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДЛЯ ПОВНОГО
ВІДНОВЛЕННЯ ЇХ ФУНКЦІЙ ТА МОЖЛИВОСТІ
ПОВНОЦІННО ПРАЦЮВАТИ Й ЖИТИ В
СУСПІЛЬСТВІ.**

