

ПАМЯТКА

По лечебной физкультуре для больных, перенесших острый инфаркт миокарда (ОИМ)

1. С целью восстановления нарушенных функций организма, вторичной профилактики повторного ОИМ и других сосудистых катастроф, пациенту назначаются занятия лечебной физкультурой (ЛФК) в соответствии с этапами оказания реабилитационной помощи.

2. ЛФК выполняет следующие задачи:

- повышение физической активности;
- снижение значений артериального давления;
- улучшение сердечно-легочной деятельности;
- уменьшение преднагрузки на сердце;
- профилактика болевого приступа;
- купирование болевых синдромов, связанных с сопутствующими заболеваниями;
- улучшение функции опорно-двигательного аппарата;
- улучшение психофизического состояния;
- профилактика осложнений, связанных с гиподинамией;
- улучшение дренажной функции бронхов;

3. ЛФК оказывает комплексное влияние на организм человека:

- снижается масса тела при ожирении;
- увеличивается объем движений, улучшается тонус мышц, уменьшаются болевые ощущения;
- повышается насыщение крови кислородом, начинает превалировать брюшной тип дыхания;
- активизируется эндокринная система, что повышает стрессоустойчивость;
- нормализуется углеводный и жировой обмен;
- оптимизируются показатели сердечно-сосудистой системы.

Лечебная физкультура – один из основных методов восстановления здоровья пациентов, перенесших ОИМ и его вторичной профилактики.

В.А, Ищук, Е.Г. Спиглазова

