

## **Выписка из индивидуальной карточки пациента – восстановительная программа.**

### **1. Идентификационные данные: ВК**

- Дата рождения (возраст пациента): 28 лет
- Дата обследования: февраль 2000 г.

### **2. Врачебный диагноз: параплегия, L2-L3**

- вид дисфункции, снижение двигательной способности: снижение двигательной способности нижних конечностей
- когда обнаружено заболевание / когда произошла травма: 1996 г. (дорожно-транспортное происшествие)

### **3. прежнее лечение:**

- операционное лечение перелома
- домашнее восстановительное лечение

### **4. становление вертикального положения пациента: да**

- один раз в день
- этап становления вертикального положения
  - А. продвинутый
  - В. стойка (длительность становления вертикального положения непрерывно – до двух часов)
- участие пациента в процессе становления вертикального положения: самостоятельность (переход из положения сидя в положение стоя – вход в параподий)
- проблемы, имеющие место во время становления вертикального положения: отсутствуют
- способность к передвижению:
  - А. самостоятельно передвигается в коляске
  - В. использует параподий в качестве альтернативного средства передвижения
- другие заявленные проблемы: отсутствуют

### **5. Клиническое состояние:**

- Состояние костно-мышечной системы:
  - А. Диапазон пассивного движения в суставах нижних конечностей: сохраняется в пределах физиологии; высокая функциональная способность плечевого пояса, верхних конечностей и туловища выше места повреждения.
- Функциональное состояние:
  - Полное самообслуживание

- Вспомогательное оборудование:  
**Е** – нуждается в специализированном оснащении (коляске и динамическом параподии)

#### 6. Рекомендации:

Дальнейшая программа восстановительного лечения, сохраняющая уровень функциональной способности пациента (варьирование степени трудности упражнения)

#### Программа упражнений с использованием Динамического параподия

№ п/п	Цель	Исходное положение	Метод / упражнение	Вспомогательное оборудование / специальное оснащение	Количество повторов / длительность упражнения	Результат
1.	Сохранить диапазон движения в области плечевого пояса и верхних конечностей	Стоя	Медленные активные упражнения	Динамический параподий	5 x 5 повторов	Активное движение в области суставов верхних конечностей и плечевого пояса
2.	Повышение работоспособности дыхательной системы	Стоя	Дыхательное упражнение с вовлечением или без вовлечения вспомогательных дыхательных мышц	Динамический параподий	3 x 5 повторов	Максимальная вентиляция лёгких
3.	Сохранить диапазон движения в области плечевого пояса и верхних конечностей	Стоя	Активные и связанные с преодолением сопротивления упражнения – симметричные, асимметричные, возможность применения дополнительной нагрузки	Динамический параподий	5 x 5 повторов	Активное движение в области суставов верхних конечностей и плечевого пояса; тренировка выносливости и мышечной силы
4.	Сохранение диапазона подвижности позвоночника	Стоя	Максимально возможное отклонение вбок головы и туловища с привлечением верхних конечностей (включая	Динамический параподий	5 x 5 повторов	Самостоятельное контролирование головы и туловища, упражнения на равнове-

			наклоны) - снижение высоты фиксации грудной клетки			сие, при- выкание к измене- нию поло- жения те- ла в про- странстве, трениров- ка актив- ных оса- ночных мышц
5.	Тренировка попеременных нагрузок на нижние конечности с контролированием равновесия	Стоя	Упражнения с балансирова- нием в динамическом параподии, сохранение отклонения	Динамический параподий	5 x 5 повторов	Развитие чувства равнове- сия
6.	Самостоятельная ходьба	Стоя	Попеременная ходьба	Динамический параподий	3 попытки увеличения дистанции до появления усталости	Развитие способно- сти к передви- жению в выпрям- ленном положе- нии
7.	Самостоятельная ходьба с изменением направления ходьбы	Стоя	Попеременная ходьба – тренировка изменения направления движения (полоса препятствий – столбики)	Динамический параподий	3 x скорость выполнения маневров	Развитие способно- сти к передви- жению в выпрям- ленном положе- нии, тре- нировка работо- способно- сти
8.	Улучшение вентиляции лёгких	Стоя	Дыхательное упражнение (максимальный вдох с длительным выдохом)	Динамический параподий	3 x 5 повторов	Улучше- ние рабо- тоспособ- ности ды- хательной системы, макси- мальная вентиля- ция лёгких
9.	Расслабление	Стоя	Упражнения на расслабление	Динамический параподий	3 мин.	Расслаб- ление по- сле интен- сивных физичес- ких упра- жнений

Программа упражнений представляет собой дополнение к программе упражнений в лежачем и сидячем положениях (фиксация).