

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ
«Казанский медицинский
колледж»
Хисамутдинова З.А.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

специалистов со средним медицинским образованием

**«ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ТРАВМАХ НЕРВНОЙ
СИСТЕМЫ, ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА»
(36 часов)**

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ «ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»

Казань 2020

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
I. Паспорт программы	3
II. Содержание программы: учебный план, тематические планы	5
III. Требования к результатам освоения программы	10
IV. Требования к условиям реализации программы	11
V. Контрольно-оценочные средства	13

I. Паспорт программы

1.1. Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием «**Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах нервной системы, опорно-двигательного аппарата**» являются систематизация и развитие профессиональных компетенций, совершенствование знаний и умений в рамках выполняемой ими профессиональной деятельности по специальности «Лечебная физкультура» в должности «Инструктор по лечебной физкультуре».

Для овладения указанным видом профессиональной деятельности обучающийся должен

иметь практический опыт:

- работы с федеральными и региональными нормативными правовыми актами;
- определение самочувствия, исследование параметров кардиореспираторной системы до и после проведения процедуры;
- проведения процедур лечебной физкультуры при заболеваниях и травмах нервной системы, опорно-двигательного аппарата;
- коммуникационного взаимодействия в профессиональной деятельности;
- соблюдения этических и деонтологических норм поведения;
- совершенствования своих профессиональных знаний и умений;
- обеспечения инфекционной безопасности и инфекционного контроля;
- соблюдения охраны труда, техники безопасности;
- ведения утвержденной медицинской и учетно-отчетной документации;

уметь:

- использовать необходимые нормативно-правовые документы в профессиональной деятельности.
- эффективно общаться с пациентами и коллегами в процессе профессиональной деятельности;
- соблюдать права пациента в процессе проведения процедур;
- подготовить рабочее место, тренажеры и другой спортивный инвентарь;
- оценивать изменения в состоянии пациента при проведении процедур лечебной физкультуры;
- разрабатывать комплексы лечебной физкультуры в рамках своих должностных обязанностей;
- выполнять назначенные процедуры лечебной физкультуры;
- обеспечивать соблюдение правил сочетания лечебной физкультуры с массажем и физиотерапевтическими процедурами, вытяжением, мануальной терапией;
- вести медицинскую документацию;
- проводить беседы по профилактике заболеваний и здоровом образе жизни;
- консультировать пациента по вопросам организации лечебно-оздоровительного режима, диетического питания;
- оформлять медицинскую документацию;

знать:

- содержание основных нормативных документов в профессиональной деятельности;
- причины, механизмы развития, клинические проявления, возможные осложнения, методы диагностики, принципы лечения и профилактики заболеваний и травм;
- медицинскую этику и деонтологию;
- особенности общения в профессиональной деятельности среднего медицинского работника;
- права пациента в соответствии с действующим законодательством;
- методики проведения процедуры лечебной физкультуры при заболеваниях и травмах нервной системы, опорно-двигательного аппарата;
- общие показания и противопоказания к проведению процедур лечебной физкультуры;
- правила оформления медицинской документации.

1.2. Планируемые результаты обучения

Слушатель, освоивший дополнительную профессиональную программу повышения квалификации, должен обладать **профессиональными компетенциями**, включающими в себя способность и готовность:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.	Предоставлять пациенту информацию о физической реабилитации в понятном для него виде
ПК 2.	Проводить процедуры лечебной физкультуры пациентам с различными болезнями
ПК 4.	Осуществлять контроль состояния пациентов во время проведения процедур лечебной физкультуры
ПК 5.	Оформлять/вести медицинскую документацию

Срок освоения программы повышения квалификации по очно-заочной форме обучения — 36 часа.

II. Содержание программы

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование специальных модулей/ модулей дисциплин	Всего аудиторных часов	в том числе					Форма контроля
			теоретические занятия		практические занятия			
			лекции	в том числе электронное обучение	практические занятия	в том числе симуляционное обучение	в том числе дистанционное обучение	
	2	3	4	5	6	7	8	9
.	«Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах нервной системы, опорно-двигательного аппарата»	34	11	6	23	4	8	Текущий контроль
	Экзамен	2	2					
	Всего	36	13	6	23	4	8	

**5. Тематический план и содержание универсального модуля
«Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах нервной системы, опорно-двигательного аппарата»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	В том числе объем часов электронного/ дистанционного, симуляционного обучения	Уровень освоения
1	2	3	4	5
Раздел 5.1. Методические основы лечебной физкультуры		2		
Тема 5.1.1. Организация лечебной физкультуры в медицинских организациях	Нормативно-правовые акты по организации работы отделения, кабинета лечебной физкультуры. Организация работы отделения реабилитации и кабинета по лечебной физкультуре в медицинских организациях. Положение о работе инструктора лечебной физкультуры, его функциональные обязанности.	2	0	1
Раздел 5.2. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах нервной системы		12		
Тема 2.1. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах центральной нервной системы	Современные принципы реабилитации неврологических больных. Методики лечебной физкультуры, позиционирование на различных этапах реабилитации. Краткая клиническая характеристика травм и заболеваний центральной нервной системы. Показания, противопоказания к применению лечебной физкультуры. Методика обследования двигательных функций при спастических параличах. Сочетание лечебной физкультуры с физиотерапевтическими процедурами, массажем.	1	ЭО-1	1
	<i>Практические занятия</i> - Проведение процедур лечебной физкультуры при спастических параличах.	3	ДО-1	2

	<ul style="list-style-type: none"> - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
Тема 2.2. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах периферической нервной системы	Краткая клиническая характеристика травм и заболеваний периферической нервной системы. Основные клинические проявления поражений периферических нервов. Оценка тонуса мышц, их двигательной функции. Показания, противопоказания к применению лечебной физкультуры. Методика проведения лечебной физкультуры при вялых параличах. Сочетание лечебной физкультуры с физиотерапевтическими процедурами, массажем.	2	ЭО-1	1
	<i>Практические занятия</i>	2	СО-1	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при вялых параличах. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
	<i>Практические занятия</i>	2	СО-1	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при атаксии и гиперкинезах. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
	<i>Практические занятия</i>	2	ДО-1	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при функциональных расстройствах нервной системы. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
Раздел 3. Лечебная физкультура при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата		20		
Тема 3.1. Лечебная физкультура при травмах опорно-двигательного аппарата	Понятие о травме. Клинико-физиологическое обоснование использования лечебной физкультуры при переломах длинных трубчатых костей, костей таза, позвоночника. Задачи лечебной физкультуры. Показания и противопоказания к применению лечебной физкультуры. Особенности построения комплексов лечебной физкультуры в период иммобилизации, постиммобилизационном и восстановительном периодах. Понятие о бытовой и трудовой реабилитации. Сочетание лечебной физкультуры с физиотерапевтическими процедурами, массажем.	2	ЭО-1	1
	<i>Практические занятия</i>	4	0	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при травмах конечностей. 			

	<ul style="list-style-type: none"> - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
	<i>Практические занятия</i>	3	СО-1	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при переломах позвоночника и костей таза. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
	<i>Практические занятия</i>	2	ДО-2	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при обморожениях, ожогах и ампутации конечностей. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
Тема 3.2. Лечебная физкультура при заболеваниях позвоночника и суставов	Краткая клиническая характеристика заболеваний позвоночника и суставов. Задачи лечебной гимнастики. Показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры. Методики лечебной физкультуры в различные периоды лечения. Сочетание лечебной физкультуры с массажем, физиотерапевтическими процедурами. Методики бытовой и трудовой реабилитации.	2	ЭО-2	1
	<i>Практические занятия</i>	3	СО-1, ДО-2	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры при заболеваниях позвоночника и суставов. - Выполнение заданий в тестовой форме. - Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации. 			
Тема 3.3. Лечебная физкультура в пред- и послеоперационном периоде восстановительного лечения в хирургии	Понятие о раннем и позднем послеоперационном периодах. Задачи лечебной физкультуры в предоперационном и послеоперационном периоде. Противопоказания к проведению лечебной физкультуры. Методика проведения лечебной физкультуры при операциях на органах брюшной и грудной полости. Сочетание лечебной физкультуры с массажем.	2	ЭО-1	1
	<i>Практические занятия</i>	2	ДО-2	2
	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение процедур лечебной физкультуры в пред- и послеоперационном периоде восстановительного лечения в хирургии. - Выполнение заданий в тестовой форме. 			

	- Выполнение заданий в рабочей тетради. - Оформление медицинской документации.			
Всего учебной нагрузки		34		
Экзамен		2		
Всего		36		

III. Требования к результатам освоения программы

3.1. Контроль и оценка результатов освоения

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1. Предоставлять пациенту информацию о физической реабилитации в понятном для него виде	<ul style="list-style-type: none"> - Полнота знаний нормативных правовых актов по осуществлению профессиональной деятельности инструктора по лечебной физкультуре - Полнота знаний профессиональной этики и деонтологии. - Правильность предоставляемой информации о сути вмешательств. 	- Тестирование.
ПК 2. Проводить процедуры лечебной физкультуры пациентам с различными болезнями	<ul style="list-style-type: none"> - Полнота знаний должностных обязанностей. - Правильность проведения процедур лечебной физкультуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка выполнения практических действий. - Тестирование. - Демонстрация практических действий.
ПК 4. Осуществлять контроль состояния пациентов во время проведения процедур лечебной физкультуры	<ul style="list-style-type: none"> - Полнота знаний механизма действия физических упражнений. - Правильность оценки общего состояния пациента и кардиореспираторной системы после проведения процедуры лечебной физкультуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка выполнения практических действий. - Тестирование. - Демонстрация практических действий.
ПК 5. Оформлять/вести медицинскую документацию	<ul style="list-style-type: none"> - Грамотность оформления медицинской документации. 	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка выполнения практических действий. - Тестирование. - Демонстрация практических действий.

3.2. Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы

Удостоверение о повышении квалификации.

IV. Требования к условиям реализации программы

4.1. Требования к кадровому обеспечению программы

Реализация дополнительной профессиональной программы повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее медицинское или педагогическое образование.

4.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению программы

Реализация профессиональной программы предполагает наличие учебных кабинетов для ведения теоретических и практических занятий на базе образовательной организации.

Учебные кабинеты должны соответствовать требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, строительных норм и правил, в том числе в части санитарно-гигиенических условий процесса обучения, комфортных санитарно-бытовых условий, пожарной и электробезопасности, охраны труда.

Оборудование учебного кабинета

Мебель и стационарное учебное оборудование:

- классная доска;
- мебель для слушателей и преподавателя (столы и стулья);
- компьютерные столы и кресла;
- информационный стенд для обучающихся;
- шкафы для хранения инвентаря, учебно-наглядных пособий, медицинской документации;
- массажные кушетки.

Технические средства обучения:

- компьютерная техника;
- мультимедийный проектор или интерактивная доска.

Технологическое оснащение рабочих мест:

- компьютерные программы (обучающие, контролирующие);
- методические учебные материалы на электронных носителях;
- справочные материалы;
- доступ к сети Интернет.

Медицинская документация и литература:

- медицинская документация;
- литература по лечебной физкультуре.

Материально-техническая база симуляционного обучения:

- Комплект (взрослый) для проведения ручной вспомогательной искусственной вентиляции.
- Комплект твердых верхних и нижних конечностей для манекена Оживленная Анна.
- Манекен, имитирующий взрослого человека, для отработки следующих медицинских навыков: сердечно-легочной реанимации, дефибриляции.
- Манекен, имитирующий полное тело человека (женщины), предназначен для обучения навыкам расширенной сердечно-легочной реанимации в команде.
- Робот-пациент ADAM ALS ЭНСИМ – Р-АЛС.01 2018 г.
- Симулятор базовой сердечно-легочной реанимации ЭНСИМ – Б-БЛС.01 2018 г.
- Тренажер головы для диагностики различных видов черепно-мозговых и лицевых травм.
- Тренажер Максим-II-01 (ТУ 9452-003-01899511-2001).
- Тренажер Максим-I (ТУ 9452-003-01899511-2001).
- Щит для переноски пострадавших.
- Сфигмоманометр медицинский механический ВК 2002-3001.
- Электрокардиограф «Бурдик» (ЕК 10).

- Мешок дыхательный ручной для искусственной вентиляции легких типа Амбу PULMANEX ТМ.
- Кушетка КММ-01-МСК 2007 г.

4.3. Требования к учебно-материальному обеспечению программы

Учебно-методические материалы:

- учебно-методические комплексы по темам;
- учебно-методические пособия;
- методические рекомендации;
- электронно-дидактические материалы по темам;
- сборники тестов;

Основная литература:

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник / В.А Епифанов, - 2-е изд., перераб. и доп., -М.:ГЭОТАР-Медиа, 2016,-528 с.
2. Епифанов, В.А. Реабилитация в травматологии и ортопедии / В.А.Епифанов, А.В.Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. -М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 416 с.
3. Красавина Ф.А., Лукьяненко Т.А. Физическая реабилитация больных инфарктом миокарда, 2014.-60 с.
4. Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 493 с.
5. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник / С.Н. Попов, Н.М. Валеев и др. - М.: Советский спорт, 2014. - 416 с.
6. Приказ Минздрава РФ от 20.08.2001 № 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры».

Дополнительная литература:

1. Епифанов В.А. Восстановительная медицина. Учебник. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 304 с.
2. Красикова И.С. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиозов и плоскостопия. Изд-во: Корона-Принт, 2012.- 320 с.
3. Красикова И.С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет. Изд-во: Корона-Принт, 2012.- 320 с.
4. Красикова И.С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от трех до семи лет. Изд-во: Корона-Принт, 2011., 336 стр.
5. Попов Г.И. Биомеханика. Учебник - 4-е изд. - М.: Академия, 2009.- 253 с.
6. Попов С.Н., Валеев Н.М., Гарасеева Т.С. Лечебная физическая культура. Учебник для студ. учреждений высшего проф. образования , 8-е изд. испр. М.: Издат. центр «Академия», 2012. – 416 с.
7. Фадеева А. Остеохондроз. Лечение и профилактика – СПб.; Питер, 2012. – 128 с.

Ссылки на электронные источники информации:

Информационно-правовое обеспечение:

- справочная правовая система «Гарант»;
- справочная правовая система «Консультант плюс».

Профильные web-сайты Интернета:

Нормативные документы (<http://www.consultant.ru/>, <http://www.med-pravo.ru>).

Информационно-методический центр «Экспертиза» (<http://www.crc.ru>)

V. Контрольно-оценочные средства

Задания в тестовой форме

ЛФК в хирургии применяется в:

- + предоперационном периоде плановых операций
- + раннем послеоперационном периоде экстренных операций
- + позднем послеоперационном периоде плановых операций
- предоперационном периоде экстренных операций

ЛФК в раннем послеоперационном периоде применяется с целью:

- оказания лечебного эффекта на основное заболевание
- повышения физической подготовки больного
- + предупреждения и лечения послеоперационных осложнений

В комплекс лечебной гимнастики в раннем послеоперационном периоде обязательно включают:

- упражнения на увеличение силы мышц туловища и конечностей
- + дыхательные упражнения
- упражнения на координацию и равновесие
- паузы для отдыха

Противопоказаниями к ЛФК в предоперационном периоде являются:

- заболевания сердца
- нарушение функции желудочно-кишечного тракта
- + коматозное состояние больного
- + острая дыхательная недостаточность

Основные задачи ЛФК в послеоперационном периоде при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости:

- + профилактика спаечной болезни
- увеличение мощности вдоха и жизненной емкости легких
- + укрепление мышц брюшного пресса
- + улучшение кровообращения и репаративных процессов в органах брюшной полости

Сроки назначения ЛФК в послеоперационном периоде:

- + в первый день после операции
- на второй – третий день после операции
- через неделю после операции
- на поликлиническом этапе реабилитации

Специальными упражнениями для профилактики спаечной болезни брюшной полости являются:

- + диафрагмальное дыхание
- сгибание нижних конечностей, не отрывая стоп от постели
- + наклоны туловища
- дыхательные динамические упражнения с удлиненным выдохом

Задачи ЛФК в раннем послеоперационном периоде при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости:

- + предупреждение развития спаечного процесса

- + предупреждение послеоперационных грыж
- + обучение больного навыкам, компенсирующим его пребывание на постельном режиме
- тренировка функции сердечно-сосудистой системы

Специальные упражнения для активизации желчеотделения:

- + упражнения с глубоким вдохом и выдохом
- + упражнения с подтягиванием ног к животу на выдохе
- упражнение «велосипед»
- + диафрагмальное дыхание

Особенности физической реабилитации в предоперационном периоде при хронических заболеваниях легких:

- минимальная двигательная активность
- + дренажная гимнастика
- + постуральный дренаж
- мобилизация экстракардиальных факторов кровообращения

Особенности физической реабилитации в предоперационном периоде при пороках сердца:

- + минимальная двигательная активность в режиме дня
- дренажная гимнастика
- постуральный дренаж
- + мобилизация экстракардиальных факторов кровообращения
- + низкая физическая нагрузка на занятия ЛФК

При пороках сердца в предоперационном периоде применяются:

- + дыхательные упражнения
- упражнения на крупные мышечные группы
- + паузы для отдыха
- + упражнения на мелкие мышечные группы

Задачи ЛФК в раннем послеоперационном периоде при оперативных вмешательствах на органах грудной полости:

- + предупреждение развития спаечного процесса
- + овладение приемами малоболезненного откашливания
- + обучение больного навыкам, компенсирующим его пребывание на постельном режиме
- увеличение мощности вдоха и жизненной емкости легких

В ранний послеоперационный период после торакальных операций применяют упражнения:

- + диафрагмальное дыхание
- + упражнения для дистальных отделов конечностей
- упражнения для крупных и средних мышечных групп
- + надувание резиновых игрушек

Лечение положением при инсультах для руки заключается в:

- приведении плеча
- + отведении плеча
- сгибании предплечья
- + разгибании предплечья
- + супинации предплечья

Лечение положением при инсультах для ноги заключается в:

- + сгибании голени
- разгибании голени
- + разгибании стопы
- сгибании стопы

Специальные пассивные упражнения для верхней конечности при инсультах:

- + отведение плеча
- приведение плеча
- сгибание предплечья
- + разгибание предплечья

Специальные упражнения для нижней конечности при инсультах:

- приведение бедра
- + отведение бедра
- + разгибание стопы
- сгибание стопы

В комплексе лечебной гимнастики при инсультах на пораженных конечностях с первых дней заболевания применяются:

- активные упражнения
- + пассивные упражнения
- + идеомоторные упражнения
- статические упражнения
- упражнения с сопротивлением

В комплексе лечебной гимнастики при инсультах на пораженных конечностях не применяются активные упражнения:

- + сгибание пальцев
- разгибание пальцев
- + пронация предплечья
- супинация предплечья
- + приведение плеча

При инсультах на мышцах верхней конечности повышается тонус в:

- + сгибателях кисти
- + сгибателях пальцев
- разгибателях кисти
- разгибателях пальцев
- +приводящих мышцах плеча

При инсультах на мышцах нижней конечности тонус повышается в:

- сгибателях бедра
- разгибателях бедра
- сгибателях голени
- + разгибателях голени
- + сгибателях стопы

Лечение положением при инсультах применяется с целью:

- + профилактики контрактур
- укрепления мышц
- + растяжения укороченных мышц

Основные задачи лечебной гимнастики при спастических параличах

- + понижение тонуса спастических мышц
- + предупреждение развития контрактур
- укрепление ослабленных мышц

Идеомоторные упражнения способствуют:

- укреплению мышц
- расслаблению мышц
- + появлению сокращений парализованных мышц
- + появлению активных движений
- повышению силы мышц

Упражнения в расслаблении применяются с целью:

- повышения силы мышц
- повышения тонуса мышц
- + понижения тонуса мышц
- увеличения сократительной способности мышц

Пассивные упражнения способствуют:

- + улучшению кровообращения и лимфообращения
- + предупреждению тугоподвижности в суставах
- + стимуляции активных движений
- повышению силы мышц

Стимуляция активных движений начинается с выполнения:

- пассивных упражнений
- + пассивных упражнений одновременно с идеомоторными
- идеомоторных упражнений
- статических упражнений

При инсультах на верхней конечности стимуляции подлежат:

- разгибатели предплечья
- сгибатели предплечья
- + отводящие мышцы плеча
- + разгибатели кисти
- + разгибатели пальцев

При инсультах на нижней конечности стимуляции подлежат:

- + сгибатели голени
- + разгибатели стопы
- разгибатели голени
- сгибатели стопы

Задачи лечебной гимнастики при вялых параличах:

- + повышение тонуса атоничных мышц
- понижение тонуса атоничных мышц
- + укрепление ослабленных мышц
- + содействие регенерации поврежденного нерва

При восстановлении механизма ходьбы при инсультах шаги должны быть:

- + одинаковыми по длине
- + с опорой на всю стопу

- + небольшими
- с опорой на пальцы ног

Специальные упражнения для мимических мышц при нейропатии лицевого нерва:

- + улыбаться закрытым ртом
- + улыбаться открытым ртом
- + поднимать брови
- + хмуриться
- наклонять голову

Специальные упражнения для мимических мышц при нейропатии лицевого нерва:

- + закрывать глаза
- открывать глаза
- + щуриться
- + надувать щеки
- + передавать воздух с одной половины рта на другую

Артикуляционная гимнастика при нейропатии лицевого нерва заключается в произношении звуков:

- + "О", "И", "У"
- + "В", "Ф", "П"
- "К", "Л", "М"

Артикуляционная гимнастика при нейропатии лицевого нерва заключается в произношении слов:

- пчела
- + изюм
- + иволга
- + окошко

При проведении артикуляционной гимнастики при нейропатии лицевого нерва необходимо:

- + расслабить мышцы здоровой половины лица
- расслабить мышцы пораженной половины лица

Симметричность при выполнении мимических упражнений при нейропатии лицевого нерва:

- + обязательна
- необязательна

Амплитуда движений при выполнении мимических упражнений ограничивается с:

- больной стороны
- + со здоровой стороны

Мимические упражнения с помощью выполняются на:

- + больной стороне
- здоровой стороне

Облегченное исходное положение для восстановления амплитуды движений в коленном суставе:

- лежа на спине
- + лежа на животе
- лежа на боку
- сидя на стуле

Специальные упражнения при лечении переломов бедра методом скелетного вытяжения:

- + упражнения на голеностопный сустав пораженной конечности
- упражнения на верхние конечности
- + изометрические напряжения мышц пораженной конечности
- дыхательные упражнения
- + упражнения на суставы здоровой конечности

Специальные упражнения при сухожильно-мышечной контрактуре двуглавой мышцы

плеча:

- + пассивное разгибание предплечья
- + активное разгибание предплечья с супинацией
- активное сгибание предплечья
- + укрепление трехглавой мышцы плеча

Специальные упражнения для увеличения амплитуды отведения в плечевом суставе:

- + лежа на спине, отведение больной руки, скользя по плоскости пола
- + лежа на спине, нижняя треть предплечья на платформе – отведение руки
- стоя, в руках гимнастическая палка – сгибание прямых рук
- + стоя, в руках гимнастическая палка – отведение больной руки с помощью здоровой

Специальные упражнения для устранения гипотрофии дельтовидной мышцы:

- + отведение плеча с отягощением
- + сгибание плеча с отягощением
- + разгибание плеча с отягощением
- пассивное отведение плеча

Задачи ЛФК при травмах локтевого сустава и наличии гипертонуса двуглавой мышцы плеча:

- + увеличение амплитуды разгибания в локтевом суставе
- укрепление двуглавой мышцы плеча
- + расслабление двуглавой мышцы плеча
- + укрепление трехглавой мышцы плеча

Специальные упражнения при отеке кисти и нижней трети предплечья:

- упражнения на укрепление мышц предплечья и кисти с сопротивлением
- + активные упражнения на лучезапястный сустав из возвышенного положения верхней конечности
- + активные упражнения на локтевой сустав из возвышенного положения верхней конечности
- пассивные упражнения для увеличения подвижности в лучезапястном суставе

Специальное упражнение при переломе лодыжек и отеке стопы в первые процедуры постиммобилизационного периода:

- + упражнения на уменьшение отека из исходного положения лежа, нога в возвышенном положении

- тренировка правильных двигательных навыков
- активные разгибания и сгибания в поврежденном голеностопном суставе

Для увеличения амплитуды движений в суставе применяют:

- + активные упражнения
- + пассивные упражнения
- + упражнения с отягощением
- + упражнения с сопротивлением
- механотерапию

ЛФК в острой стадии синдрома Зудека:

- применяется
- + не применяется

Специальные упражнения для укрепления связочного аппарата суставов проводятся:

- + с максимальным напряжением
- + в минимальной амплитуде
- с минимальным напряжением
- в максимальной амплитуде

Изометрические упражнения широко применяются при травмах:

- + в иммобилизационном периоде
- в постиммобилизационном периоде
- в восстановительном периоде

Исходные положения при компрессионном переломе позвоночника во втором периоде стационарного этапа реабилитации:

- стоя
- сидя
- + лежа на спине
- + лежа на животе
- стоя на четвереньках

Исходные положения при компрессионном переломе позвоночника в третьем периоде стационарного этапа реабилитации:

- стоя
- сидя
- + лежа на спине
- + лежа на животе
- + стоя на четвереньках

Задачами ЛФК при компрессионном переломе позвоночника являются:

- + улучшить кровообращение в поврежденной области
- + способствовать быстрому заживлению перелома
- + максимально укрепить естественный мышечный корсет
- расслабить мышцы спины
- увеличить ЖЕЛ

Особенности проведения ЛФК на пораженную конечность в раннем постиммобилизационном периоде лечения переломов:

- + в первые процедуры используются только активные упражнения
- в первые процедуры используются только пассивные упражнения

- + упражнения выполняются в неполной амплитуде
- упражнения выполняются с максимальной амплитудой

Особенности проведения ЛФК на пораженную конечность в раннем постиммобилизационном периоде лечения переломов:

- + в упражнениях используются гимнастические палки, мячи
- применяются упражнения с отягощениями
- + упражнения выполняются из облегченных исходных положений
- упражнения выполняются с максимальной амплитудой
- используется механотерапия

Особенности проведения ЛФК в восстановительном периоде лечения переломов:

- + упражнения выполняются с максимальной амплитудой
- + используется механотерапия
- упражнения даются из облегченных исходных положений, в неполной амплитуде
- + включаются прыжки и бег

Специальные упражнения при вывихе в плечевом суставе в иммобилизационном периоде лечения:

- + идеомоторные упражнения на суставы пораженной конечности
- + изометрические напряжения мышц под иммобилизацией
- + упражнения на суставы здоровой конечности
- упражнения с кистевым эспандером на пораженную конечность

Специальные упражнения при переломе диафиза бедра и лечении методом скелетного вытяжения:

- + поднимание таза
- + изометрическое напряжение мышц бедра
- + упражнения на суставы здоровой конечности
- + упражнения на голеностопный сустав и пальцы поврежденной конечности
- дыхательные упражнения

Специальные упражнения первого этапа функционального лечения компрессионных переломов грудных и поясничных позвонков:

- упражнения на верхние конечности
- упражнения с отрывом нижних конечностей от постели
- + упражнения на нижние конечности без отрыва стоп от постели
- + упражнения в прогибании позвоночника

Специальные упражнения второго этапа функционального лечения компрессионных переломов грудных и поясничных позвонков:

- + изометрические напряжения мышц спины
- + упражнения с отрывом нижних конечностей от постели
- + упражнения на нижние конечности без отрыва стоп от постели
- + упражнения в исходном положении лежа на животе
- упражнения в исходном положении сидя

Специальные упражнения третьего этапа функционального лечения компрессионных переломов грудных и поясничных позвонков:

- + упражнения в исходном положении лежа на животе
- + упражнения в исходном положении стоя на коленях и четвереньках
- + удержание ног, согнутых под углом 45°

- упражнения в исходном положении стоя

Специальные упражнения третьего этапа функционального лечения компрессионных переломов поясничных позвонков:

- дозированная ходьба
- + упражнения на укрепление мышц брюшного пресса в исходном положении лежа
- + упражнения на укрепление мышц спины в исходном положении лежа
- упражнения в исходном положении стоя

Специальные упражнения четвертого этапа стационарного лечения компрессионных переломов поясничных позвонков:

- + дозированная ходьба
- + упражнения на восстановление подвижности позвоночника
- + упражнения на укрепление мышечного корсета
- дозированный бег

Специальные упражнения первого этапа функционального лечения переломов лонных и седалищных костей:

- динамические дыхательные упражнения
- + упражнения для нижних конечностей без отрыва бедер от валика
- упражнения для нижних конечностей без опоры на валик
- упражнения из исходного положения лежа на животе

Специальные упражнения второго этапа функционального лечения переломов лонных и седалищных костей:

- динамические дыхательные упражнения
- + упражнения для нижних конечностей без отрыва бедер от валика
- + упражнения для нижних конечностей без опоры на валик
- + упражнения из исходного положения лежа на животе
- упражнения из исходного положения стоя

Специальные упражнения третьего этапа функционального лечения переломов лонных и седалищных костей:

- + упражнения из исходного положения стоя
- дозированный бег
- + лечебный бассейн
- упражнения из исходного положения сидя

Упражнения третьего этапа функционального лечения переломов лонных и седалищных костей:

- + упражнения на тренировку силы и выносливости мышц нижних конечностей
- + упражнения на восстановление навыка ходьбы
- динамические дыхательные упражнения
- динамические упражнения на верхние конечности

Специальные упражнения раннего послеоперационного периода при ампутации верхней конечности:

- + упражнения в изометрическом напряжении мышц сохранившихся сегментов конечности
- + упражнения на здоровую верхнюю конечность
- + обучение бытовым навыкам обслуживания одной рукой
- упражнения на укрепление мышц туловища, приводящих протез в движение
- + переходы из положения лежа в положение сидя и стоя без опоры руками

Специальные упражнения, используемые в комплексе лечебной физкультуры в период овладения протезом при ампутации верхней конечности:

- + упражнения на укрепление мышц, приводящих протез в движение
- + упражнения на улучшение координации движений
- ходьба в медленном темпе
- + упражнения на совершенствование мышечно-суставного чувства

Специальные упражнения в раннем послеоперационном периоде при ампутации нижней конечности:

- + упражнения в изометрическом напряжении мышц сохранившихся сегментов конечности
- + упражнения на здоровую нижнюю конечность
- + обучение бытовым навыкам
- упражнения в равновесии
- ходьба с двумя костылями

Специальные упражнения, используемые в комплексе лечебной физкультуры в период подготовки к протезированию при ампутации нижней конечности:

- + упражнения с временными гипсовыми протезами
- динамические дыхательные упражнения
- + упражнения на тренировку опороспособности культи
- + упражнения на укрепление мышц здоровой нижней конечности

Показания для применения маятниковых механоаппаратов:

- + стойкие ограничения движений в суставах после травм
- создание облегченных исходных положений для восстановления движений
- + стойкие ограничения движений в суставах после перенесенного артрита
- + стойкие ограничения движений в суставах паралитического генеза

При переломах остистых отростков в течение месяца ограничить:

- наклоны туловища в сторону
- + ротационные движения
- + прогибание туловища назад
- наклоны вперед

При переломах поперечных отростков в течение месяца ограничить:

- + наклоны туловища в сторону
- + ротационные движения
- прогибание туловища назад
- наклоны вперед

В комплекс упражнений лечебной гимнастики при отеке конечности необходимо включать:

- упражнения на укрепление мышц
- + возвышенное положение конечности
- активные упражнения на суставы пораженной конечности, начиная с дистальных
- + активные упражнения на суставы пораженной конечности, начиная с проксимальных

Идеомоторные упражнения при травмах применяются:

- + в иммобилизационном периоде
- в постиммобилизационном периоде
- в восстановительном периоде
- щадящем периоде

При переломе плечевой кости во втором периоде реабилитации специальными упражнениями являются:

- упражнения на механоаппаратах
- упражнения с отягощением
- упражнения на суставы здоровой конечности
- + упражнения на плечевой сустав скользя по плоскости пола
- + упражнения с гимнастической палкой

При переломе плечевой кости в третьем периоде реабилитации специальными упражнениями являются:

- + упражнения на механоаппаратах
- + упражнения с отягощением
- упражнения на суставы здоровой конечности
- упражнения на плечевой сустав скользя по плоскости пола
- + упражнения с гимнастической палкой

При проведении лечебной гимнастики при поясничном остеохондрозе применяются исходные положения:

- + лежа на спине с согнутыми ногами
- + лежа на здоровом боку
- лежа на больном боку
- на четвереньках
- сидя

Лечебная гимнастика при шейном остеохондрозе проводится:

- в ватно-марлевом воротнике Шанца
- + в корсете для грудного отдела
- в корсете для поясничного отдела

После специальных упражнений при остеохондрозе позвоночника назначаются упражнения на:

- + сопротивление
- + расслабление
- растяжение

При выполнении упражнений при остеохондрозе позвоночника:

- + не допустимо усиление болей
- + не допустимо возникновение болей
- + допустимо усиление болей

Для укрепления мышц шеи при остеохондрозе позвоночника назначают упражнения:

- в статическом напряжении
- + с сопротивлением
- + дыхательные
- в расслаблении

Основные задачи лечебной гимнастики при плечелопаточном периартрозе:

- + уменьшить боль
- + профилактика контрактуры плечевого сустава
- + восстановить объем движений в суставе
- профилактика вестибулярных нарушений

Лечебную гимнастику при шейном остеохондрозе позвоночника назначают в:

- + остром периоде заболевания
- подостром периоде заболевания
- периоде ремиссии

В раннем подостром периоде заболевания при поясничном остеохондрозе позвоночника исключаются движения:

- + разгибание стопы
- + разгибание голени
- + разгибание бедра
- сгибание голени
- сгибание бедра

Задачи лечебной гимнастики при заболеваниях суставов:

- + улучшение кровообращения в суставах
- + борьба с атрофией мышц
- + предупреждение развития контрактур
- + предупреждение развития синкинезий

Лечение положением для суставов верхних конечностей при ревматоидном полиартрите заключается в:

- + отведении плеча на 30° С
- + сгибании предплечья до 90° С
- сгибании кисти до 110° С
- + сгибании пальцев до 135° С

Лечение положением для суставов нижних конечностей при ревматоидном полиартрите заключается в:

- + отведении бедра до 25°;
- + ротации бедра наружу до 45°;
- + разгибании голени до 180°
- сгибании стопы до 120°

Лечебную гимнастику при заболеваниях суставов начинают с:

- + дистальных отделов конечности
- проксимальных отделов конечности

Задачи лечебной гимнастики в остром периоде заболевания ревматоидным полиартритом:

- + поддержание функции внешнего дыхания и кровообращения
- + предупреждение образования контрактур
- + сохранение функционально выгодного положения конечностей
- увеличение амплитуды движений в пораженных суставах

Задачи лечебной гимнастики в подостром периоде ревматоидного полиартрита:

- + увеличение общей подвижности больного
- + увеличение амплитуды движений в пораженных суставах
 - + улучшение функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем

- повышение тонуса мышц

Специальные упражнения в период ремиссии при ревматоидном полиартрите:

- + пассивные упражнения для пораженных суставов
- + механотерапия для пораженных суставов
- упражнения с сопротивлением
- лечение положением для пораженных суставов

Пассивные упражнения при заболеваниях суставов проводят с целью:

- + предупреждения развития контрактур
- + улучшения кровообращения и лимфообращения
- укрепления мышц
- повышения мышечной силы

При деформации суставов при ревматоидном полиартрите применяют:

- + пассивные упражнения
- + активные упражнения
- упражнения с сопротивлением
- + трудотерапию

Составители программы

Хисамутдинова З.А., доктор медицинских наук, директор ГАПОУ «Казанский медицинский колледж».

Лукияненко Т.А. преподаватель высшей категории ОДПО ГАПОУ «Казанский медицинский колледж».

Билялова Э.Р., преподаватель высшей категории, старший методист ОДПО ГАПОУ «Казанский медицинский колледж».