

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет      заочного обучения

Кафедра          спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Заведующая кафедрой

\_\_\_\_\_ Федорова Н.И.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

РОЛЬ ЛЕЧЕБНОЙ ГИМНАСТИКИ В КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ  
ПАЦИЕНТОВ С ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ

Выпускная квалификационная работа бакалавра  
по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в  
состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»  
(профиль «Физическая реабилитация»)

Студент-исполнитель      \_\_\_\_\_ Мишуткина А.А.

Научный руководитель

доцент      \_\_\_\_\_ Виноградов В.С.

Оценка за работу      \_\_\_\_\_

Председатель ГЭК

Главный врач ОГАУЗ      \_\_\_\_\_ Ревенко С.Н.

«Смоленский областной  
врачебно-физкультурный  
диспансер»,

Заслуженный врач

Российской Федерации

Смоленск 2019

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	6
1.1. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК при заболеваниях органов пищеварения -.....	6
1.2. Особенности применения лечебной физической культуры при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.....	9
1.3. Лечебная гимнастика у больных язвенной болезнью при различных режимах двигательной активности .....	14
1.4. Особенности ЛФК при язвенной болезни на различных этапах реабилитации.....	18
Заключение.....	22
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	24
2.1. Методы исследования.....	24
2.2. Организация исследования.....	26
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	27
3.1. Обоснование методики лечебной гимнастики у больных язвенной болезнью.....	27
3.2. Оценка эффективности адаптированной методики лечебной гимнастики.....	29
Выводы.....	35
Практические рекомендации.....	37
Литература.....	38
Приложение.....	42

Актуальность. Успешное решение многоплановых задач охраны и укрепления здоровья народа обусловлено всем ходом социально-экономического развития общества. Стремительный ритм современной жизни и многочисленные нервно-психические перегрузки, ограничения двигательной активности оказывают неблагоприятное воздействие на здоровье людей. На Всесоюзных съездах гастроэнтерологов отмечалось, что во многих странах мира, в том числе и в нашей стране, язвенная болезнь (ЯБ) - самое распространенное заболевание органов пищеварения. Она поражает людей в наиболее активном, творческом возрасте, часто обуславливая временную, а порой и стойкую нетрудоспособность [7, 22, 31].

Язвенная болезнь во многих странах мира, в том числе и в нашей стране, остается самой распространенной среди заболеваний системы пищеварения, заболеваемость среди населения составляет 5-10%. Женщины болеют язвенной болезнью в 2-7 раз реже мужчин. Ежегодно под диспансерным наблюдением находится около 3 млн. больных язвенной болезнью, из них в течение года временно теряют трудоспособность 77,9% мужчин и 82,0% женщин, свыше трети пациентов пользуются больничными листами повторно [26,30].

Частота осложнений ЯБ, ведущих к стойкой нетрудоспособности, колеблется от 9,1 до 38,3%. Уровень общей летальности в группе больных гастродуоденальными язвами вырос с 6,6 до 7,8 на 100000 населения за 2001-2007 г.г.[11,29].

Несмотря на большие достижения современной фармакологии, проводимая больным ЯБ медикаментозная терапия и физиолечение не прерывают хронического течения болезни и не всегда приносят положительный результат. После прекращения курса противоязвенной терапии уменьшается число ближайших рецидивов в ранние сроки, однако отдаленные результаты остаются пока неутешительными. Многие из

фармакологических препаратов обладают побочными действиями, в том числе: индивидуальная непереносимость, подавление естественного иммунитета, дисбактериоз, кандидомикоз [1,7,20,23].

По данным В.А. Исхакова [14] в последнее время наблюдается развитие устойчивости *Helicobacter pylori* (HP) к антибактериальной терапии. В несколько раз выросла заболеваемость гастроэзофагеальной рефлюксной болезнью. В связи с этим ЯБ относят к важным медико-социальным аспектам медицины. Поиск наиболее эффективных методов профилактики и лечения этого заболевания; остается до настоящего времени актуальной проблемой и представляет собой важную государственную задачу.

Одним из эффективных средств профилактики и реабилитации при ЯБ являются физические упражнения. В настоящее время исследования о влиянии физических упражнений на работу желудочно-кишечного тракта, в значительней своей части проведены на не большом, клиническом и педагогическом материале.

Остается актуальным поиск новых способов лечения и профилактики ЯБ, в том числе немедикаментозных, путем изменения параметров и методов назначения физических факторов при данной патологии. Учитывая то, что ЯБ рассматривается как заболевание всего организма со сложными этиопатогенетическими механизмами, более рациональным, на наш взгляд, является применение реабилитационных методик общего воздействия, влияющих на несколько патогенетических звеньев ЯБ. К числу таких методов можно отнести применение лечебной физической культуры [1,8,13,27,31].

Исходя из выше изложенного, нам представляется целесообразным изучить эффективность применения лечебной физкультуры в комплексном лечении и вторичной профилактике ЯБ.

**ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ:** процесс физической реабилитации больных с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

**ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ:** методические особенности проведения лечебной физической культуры с лицами, страдающими язвенной болезнью на этапе амбулаторно-поликлинического лечения.

**ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ:** изучить влияние лечебной физической культуры на клинические показатели и функциональное состояние организма больных, страдающих язвенной болезнью на амбулаторно-поликлиническом этапе лечения.

**ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ:**

1. Адаптировать традиционную методику занятий ЛФК, рекомендуемую для применения у больных гастроэнтерологического профиля, к условиям применения на амбулаторно-поликлиническом этапе лечения пациентов с язвенной болезнью.
2. Изучить динамику клинических показателей в процессе проводимого лечения (с использованием и без лечебной гимнастики).
3. Оценить эффективность использования ЛФК в терапии больных, страдающих язвенной болезнью.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ:** применение лечебной гимнастики в значительной степени повышает эффективность профилактических мер и оздоровление больных язвенной болезнью, что имеет существенный экономический эффект (уменьшение средств на оплату бюллетеней и сокращение повторных рецидивов).

**РАБОЧАЯ ГИПОТЕЗА:** предполагалось, что применение лечебной гимнастики в сочетании с традиционной терапией приведет к усилению лечебного эффекта и ускорению достижения сроков ремиссии у больных, страдающих язвенной болезнью.