

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

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ У ЛИЦ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ВЕРХНИХ
ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Выпускная квалификационная работа

по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»

Профиль - Физическая реабилитация

Студент – исполнитель

Зеброва Ю.Е.

Научный руководитель

Федоскина Е.М.

к.п.н., доцент

Оценка за работу

Председатель ГЭК

Главный врач ОГАУЗ «Смоленский областной
врачебно-физкультурный диспансер»,

Заслуженный врач

Российской Федерации

Ревенко С.Н.

Смоленск 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	5
1.1. Виды и симптомы заболеваний верхних дыхательных путей.....	5
1.2. Лечение и профилактика заболеваний верхних дыхательных путей.....	11
1.3. Характеристика средств физической реабилитации при заболеваниях верхних дыхательных путей.....	
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	19
2.1. Методы исследования.....	19
2.2. Организация исследования.....	25
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ..	26
Выводы.....	35
Практические рекомендации.....	36
Литература.....	37
Приложение.....	42

Введение

Актуальность исследования. Технический прогресс создал такие «благоприятные» условия в жилищных и производственных помещениях, что привело к снижению адаптационных возможностей человека. Организм человека стал уязвим для малейших сквозняков, температурных колебаний. Возросло количество респираторных и вирусных заболеваний, к которым относится и тонзиллит. У многих людей инфекция верхних дыхательных путей стала протекать тяжело, с различными осложнениями [1].

По мнению [31] “заболевания верхних дыхательных путей распространены по всему миру и встречаются у каждого четвертого жителя. К ним относят ангину, ларингит, фарингит, аденоидит, синусит и ринит. Пик заболеваний приходится на межсезонье, тогда случаи воспаленных процессов принимают массовый характер. Причиной тому становятся острые респираторные заболевания или вирус гриппа. По статистике взрослый человек переносит до трех случаев заболевания, у ребенка воспаление верхних дыхательных путей возникает до 10 раз в год”.

“Незаменимым способом лечения и реабилитации больного хроническим тонзиллитом является физическая реабилитация. Она способствует мобилизации естественных сил организма, повышает его тонус и тренированность. Эффективность реабилитации, во многом, определяется комплексным подходом, т.е. сочетанием лекарственной терапии, а также лечебным применением физических упражнений, лечебным массажем, физиотерапией, диетотерапией и др.” [7]

Потребности настоящего времени, связанного с попытками реформировать систему здравоохранения и социальной защиты в стране, диктуют необходимость систематизировать сведения о возможностях реабилитации больных с заболеваниями органов дыхания с целью их разумного применения в практике врачей [14,23] .

Согласно мнению авторов [17,34,35], к настоящему времени сложилась

довольно сложная ситуация. С одной стороны, в России (ранее в СССР) разработана и научно обоснована большая часть реабилитационных методик.

С другой стороны, практикующие врачи по сути дела не имеют возможности полноценно пользоваться этими данными. Во-первых, потому что у них зачастую нет адекватной первичной подготовки либо в области механизмов действия немедикаментозных лечебных факторов, либо в области современных представлений о патофизиологических особенностях течения пульмонологических заболеваний и о реакции системы дыхания при сопутствующей патологии. Во-вторых, сведения о возможности полноценной медицинской респираторной реабилитации опубликованы отрывочно в различных изданиях, зачастую устарели или не имеют достаточного научного обоснования с позиций доказательной медицины [9,11].

Ориентация на зарубежные источники [31], в которых “реабилитация пульмонологических больных построена, практически, на физических тренировках (притом, что зарубежные фирмы достаточно активно работают в области производства многих приборов, предназначенных именно для реабилитации), также не дает полноценных сведений в этой области. Кроме того, несомненно, отрицательную роль играет иногда чрезмерно агрессивная политика фармацевтических компаний, в результате которой невольно создается ложное представление о возможности решить все проблемы при заболеваниях легких и о противопоставлении лекарственной терапии возможному применению немедикаментозных методик”.

В данной работе будет предпринята попытка систематизировать данные о средствах физической реабилитации при заболеваниях верхних дыхательных путей, оценить их возможности и представить наиболее адекватные реабилитационные комплексы.

Практическая значимость: разработанная нами методика физической реабилитации может использоваться в практической работе инструкторов-методистов лечебной физической культуры в больницах и центрах восстановительного лечения.

Объект исследования: процесс физической реабилитации больных с хроническим тонзиллитом.

Предмет исследования: методика физической реабилитации больных с хроническим тонзиллитом.

Цель исследования: разработать и экспериментально доказать эффективность методики физической реабилитации больных с хроническим тонзиллитом.

Гипотеза исследования: мы предположили, что предложенная нами методика физической реабилитации будет способствовать более быстрому функциональному восстановлению пациентов с хроническим тонзиллитом.

Задачи исследования

1. Изучить анализ научно-методической литературы по данной проблеме;
2. Разработать методику физической реабилитации, направленную на оптимизацию физического состояния больных с хроническим тонзиллитом;
3. Экспериментально доказать эффективность разработанной методики физической реабилитации.