

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

Факультет физической культуры и оздоровительных технологий

Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Заведующая кафедрой

\_\_\_\_\_ Федорова Н.И.

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г

**ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ САХАРНЫМ  
ДИАБЕТОМ**

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 \_\_\_\_\_ Прокопенкова Н.Ю

Научный руководитель,  
доцент, к.п.н. \_\_\_\_\_ Федоскина Е.М.

Оценка за работу \_\_\_\_\_

Председатель ГЭК \_\_\_\_\_ Ревенко С.Н.  
Главный врач ОГАУЗ  
«Смоленский областной  
врачебно-физкультурный  
диспансер»  
Заслуженный врач  
Российской Федерации

Смоленск 2018

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|   |    |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ.....   | 3  |
| ГЛАВА 1. ЭТИОПАТОГЕНЕЗ САХАРНОГО ДИАБЕТА.....   | 6  |
| 1.1. Этиология сахарного диабет.....  | 6  |
| 1.2. Патогенез сахарного диабет.....  | 8  |
| 1.3. Профилактика сахарного диабет.....   | 11 |
| ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ПРОТЕКАНИЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА<br>II ТИПА.....                           | 14 |
| 2.1. Психофизиологические особенности больных, страдающих сахарным<br>диабетом II типа..... | 14 |
| 2.2. Клиническое проявление диабета II типа.....  | 18 |
| ГЛАВА 3. ОСОБЕННОСТИ РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ СТРАДАЮЩИХ<br>ДИАБЕТОМ II ТИПА.....               | 20 |
| 3.1. Традиционные средства реабилитации.....  | 20 |
| 3.2. Нетрадиционные средства реабилитации.....  | 33 |
| ВЫВОДЫ.....   | 40 |
| ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....  | 44 |
| ЛИТЕРАТУРА.....   | 47 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ.....   | 52 |

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в нашей стране очень выросло число заболеваний эндокринной системы. Не последним из них является сахарный диабет, который не только сама по себе является тяжелым и опасным заболеванием, но и может привести к другим серьезным болезням.

Сейчас изменился образ жизни большинства людей: хронический стресс, малоподвижный образ, изменение климата, загрязнение окружающей среды, урбанизация и другие факторы также отражаются на здоровье человека, из-за чего риск развития их увеличился, также, как и снизился возраст развития этих заболеваний. Это очень большая проблема нынешнего общества, ведь это не только сказывается на жизни и здоровье нынешнего поколения, но и на прямую влияет на следующее.

Сахарный диабет - заболевание, обусловленное абсолютной или относительной недостаточностью инсулина и характеризующееся грубым нарушением обмена углеводов с гипергликемией и гликозурией, а также другими нарушениями обмена веществ [40].

Еще за полторы тысячи лет до нашей эры древние египтяне в своем медицинском трактате «Папирус Эберса» описывали сахарный диабет, как самостоятельное заболевание. Великие врачи Древней Греции и Рима неустанно размышляли об этой загадочной болезни. Лекарь Аретаиус придумал ей название «диабет» — по-гречески «протекаю, прохожу сквозь». Ученый Цельс доказывал, что в возникновении сахарного диабета виновато несварение желудка, а великий Гиппократ ставил диагноз, пробуя мочу пациента на вкус. Кстати, древние китайцы тоже знали, что при сахарном диабете моча становится сладкой. Они придумали оригинальный метод диагностики с помощью мух (и ос). Если мухи садятся на блюдце с мочой, значит, моча сладкая, а пациент болен [12].

Идея использования физических упражнений для лечения сахарного диабета и восстановления не нова. Еще в 600 г. до нашей эры ее высказал индийский врач Сушрута. В последующие столетия отношение к физическим

упражнениям как методу лечения диабета постоянно менялось. Сейчас все ученые и врачи знают, что идея использования постельного режима в качестве терапии диабета является ошибочной. Исследования показали, что уже после 7 дней постельного режима метаболизм сахара в крови существенно нарушается [9].

В начале 1900 г. исследователи, наконец, нашли доказательство, позволившее обосновать использование физических упражнений в процессе реабилитации лиц, страдающих диабетом. В 1919 г., когда измерение уровней содержания глюкозы в крови стало обычной процедурой, ученые доказали, что кратковременный период двигательной активности может вызывать снижение уровня содержания глюкозы в крови. Инсулиновые препараты появились в 1921 г. Вскоре после этого (1926 г.) в "Британском медицинском журнале" была опубликована статья Р.Д. Лоуренса, в которой отмечалось, что занятия физическими упражнениями могут способствовать снижению уровня глюкозы в крови под влиянием введенного в организм инсулина, тем самым уменьшая потребность в инсулине у больных, страдающих диабетом I типа [12].

Результаты исследования Лоуренса положили начало интенсивным исследованиям влияния регулярных занятий физической активностью как составной частью лечения сахарного диабета.

Теоретическая значимость: полученные знания в процессе анализа научно методической литературы могут быть использованы в лекциях по физической реабилитации в мед колледжах и институтах физической культуры.

Практическая значимость: результаты работы могут быть использованы для реабилитации больных сахарным диабетом в лечебно-профилактических учреждениях, больницах восстановительного лечения и диабетических центрах.

Объект исследования: Процесс физической реабилитации больных, страдающих инсулиннезависимым диабетом.

Предмет исследования: Средства и методы физической реабилитации больных, страдающих инсулиннезависимым диабетом.

Цель работы: по данным научно методической литературы изучить средства и методы физической реабилитации, направленные на оптимизацию

психоэмоционального состояния больных, страдающих инсулиннезависимым диабетом.

Гипотеза: Предполагается, что использование традиционных и нетрадиционных средств физической реабилитации будет способствовать улучшению их психофизического состояния.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть этиопатогенез сахарного диабета II типа;
2. Выявить психофизиологические особенности больных сахарным диабетом II типа;
3. Охарактеризовать основные традиционные и нетрадиционные методики физической реабилитации больных, страдающих сахарным диабетом II типа;

Метод исследования: анализ научной и научно-методической литературы.