

ВВЕДЕНИЕ

Инструктор (методист) по лечебной физической культуре (ЛФК) должен уметь проводить индивидуальные и групповые занятия с больными при различных заболеваниях и на различных стадиях болезни, а также в период реабилитации после них.

При лечении больного нужно учитывать, что методист ЛФК имеет дело не только с больным организмом, но с больным человеком, что надо лечить не болезнь, а каждого конкретного больного, ибо люди неодинаковы по полу, возрасту, конституции, физической подготовленности, могут иметь различные сопутствующие заболевания, а поэтому одни и те же болезни могут протекать по-разному.

Необходимо оценить состояние больного на данном этапе болезни, определить показания к лечебной физической культуре, задачи на данном этапе лечения, составить план занятий физическими упражнениями с учетом комплексного лечения больного и назначенного лечащим врачом двигательного режима.

Методика составления лечебных комплексов физических упражнений

Лечебный комплекс физических упражнений целесообразно составить на двойном тетрадном листе в клетку. На первой странице в правом верхнем углу студент пишет свою фамилию, имя, отчество, № группы, специализацию. Затем идет название данного комплекса, его назначение. Например:

- комплекс физических упражнений лечебной гимнастики;
- комплекс для утренней гигиенической гимнастики;
- комплекс для производственной гимнастики;
- комплекс специальных дыхательных упражнений (при данном заболевании);
- комплекс корректирующих упражнений (при различных деформациях тела).

Далее в определенной последовательности описываются данные о больном, о его болезни, о комплексном лечении другими методами и классической методике лечебной физической культуры.

1. **Больной:** фамилия, имя отчество, возраст, профессия, отношение к физической культуре или спорту, время заболевания.

2. **Диагноз:** (развернутый) основного заболевания и сопутствующих, а также лечение у других специалистов, например:

- нарушение осанки:
плоско-вогнутая спина;
кругло-вогнутая, круглая, плоская.