

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В РЕАБИЛИТАЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ ПЕРЕНЁСШИХ ИНФЕКЦИОННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ COVID-19

Тигунова Алина Сергеевна

студент, Кокшетауский высший медицинский колледж, Казахстан, г. Кокшетау

Заремба Татьяна Николаевна

научный руководитель, Кокшетауский высший медицинский колледж, Казахстан, г. Кокшетау

«Всё «дышит», и не нужно бояться того, что за вдохом следует выдох.

Самое худшее — это попытаться остановить или заблокировать дыхание. Тогда неминуемо задохнёшься.»

Бернар Вербер.

Возникновение COVID-19 в мире определило перед специалистами разного профиля здравоохранения задачи, связанные не только с быстрой диагностикой и лечением, но и оказанием высококачественной медицинской помощи, включающей реабилитационные мероприятия после и во время пере-несения(течения) новой коронавирусной инфекции. Пациенты выздоровевшие от коронавирусной инфекции, в большинстве процентов случаев жалуются на ухудшения качества жизни: быструю утомляемость, нехватку дыхания, одышку, потливость. Все пациенты проходят постковидную реабилитацию, в процессе которой выявляется дефицит знаний и умений в области дыхательной гимнастики.

По данным ВОЗ за 2020-2023 года около 80% пациентов выздоравливают от коронавирусной инфекции, но в 40 % случаев такие пациенты жалуются на ухудшения качества жизни. Эффективная медицинская реабилитация пациентов с пневмонией, активизированной новым коронавирусом SARS-CoV-2, располагает решающим значением для возобновления и оптимизации результатов амбулаторной медицинской помощи.

В связи с этим нами было проведено исследование на базе ГКП НА ПХВ “Городская поликлиника” при управлении здравоохранения Акмолинской области, кабинет ЛФК. Где совместно с инструктором ЛФК и медицинской сестрой участникам исследования на занятиях предлагалось выполнять элементы дыхательной гимнастики по Стрельниковой. Тренировки проводились 5 раз в неделю продолжительностью по 40-50 минут. В утреннее время после 2-2,5 часов после завтрака. Курс реабилитации длился 2 недели.

За период проводимого исследования нами были изучены имеющиеся данные по реабилитации пациентов после перенесенной коронавирусной инфекции. Установлена высокая актуальность проблемы физической реабилитации лиц, перенесших COVID-19-ассоциированную пневмонию. Проведён анализ работы медицинского персонала в данной сфере реабилитации после пневмонии, вызванной новым коронавирусом SARS-CoV-2. Доказана эффективность применения дыхательной гимнастики в реабилитационном процессе для пациентов, перенёсших инфекционное заболевание COVID-19. В частности, после реабилитации у пациентов наблюдались достоверное повышение толерантности к физическим

нагрузкам, улучшение функционального состояния кардио-респираторной, значительно повышены показатели качества жизни. У пациентов снизился уровень быстрой утомляемости, значительно снизился уровень нехватки дыхания во время физической нагрузки, во время физических нагрузок одышка пациентов не беспокоит, до минимума снизилась потливость, которая беспокоила пациентов до прохождения реабилитации. Пациенты прошедшие реабилитацию после перенесенного инфекционного заболевания COVID-19 отмечают, что их больше не тревожит общее состояние, как физическое, так и психоэмоциональное.

Список литературы:

1. Временные методические рекомендации. Профилактика, диагностика и лечение новой коронавирусной инфекции (COVID-19). Версия 7. От 03.06.2020. Министерство здравоохранения Российской Федерации.
2. Ачкасов Е.Е. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания. Учебное пособие для студентов лечебных и педиатрических факультетов медицинских вузов под редакцией. 2011 г.
3. Peter Thomas et. al. Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting: clinical practice recommendations. Australian Physiotherapy Association