**РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА**

На протяжении жизни, к сожалению, каждый человек неоднократно болеет. Наиболее распространенным неинфекционным заболеванием главной системы организма - нервной системы, является инсульт.

Инсульт – катастрофическое событие, сопровождающееся острым нарушением мозгового кровообращения, которое оставляет после себя тяжелейшие последствия. Инсульт приводит к различным отклонениям в работе организма: двигательным(включая парезы, параличи, нарушение глотания), речевым, нарушениям зрительных и слуховых функций, сосудистой деменции, ухудшению памяти, нарушению сна, постинсультной депрессии и прочим нарушениям.

Всемирный День борьбы с инсультом 29 октября в 2021 проводился в 16-й раз. Учреждена дата была еще в 2006 году. Инсульт— одна из самых главных причин смертности и инвалидизации человека как в России, так и в мире.

По данным Национальной ассоциации по борьбе с инсультом

более 30% больных нуждаются в постоянном уходе,

более 20% больных инсультом не способны самостоятельно передвигаться,

только 20 % больных возвращаются в профессию.

Наша Тосненская больница проводила выездные лечебные мероприятия, посвященные этому дню.

Мы в статье «Что такое ОНМК и как его лечить», опубликованной 3 июля 2021 г. в газете «Тосненский вестник», рассказали о нарушениях мозгового кровообращения и особенно подробно остановились на понятии «инсульт», его признаках и последствиях. На страницах «Тосненского вестника», 29 октября 2021 г. мы осветили еще более серьезную проблему современности - «КОВИД + ИНСУЛЬТ».

Наша ГБУЗ ЛО Тосненская Клиническая Межрайонная Больница с 2014г. успешно оказывает помощь пациентам с острым нарушением мозгового кровообращения (ОНМК) на специализированном неврологическом отделении.

Но в очередной нашей беседе мы хотим осветить основные моменты реабилитации после инсульта.

Главный внештатный специалист по медицинской реабилитации Минздрава России, д.м.н., проф. Галина Евгеньевна Иванова на пресс-конференции «Мое движение – моя жизнь» в 2020 году выделила основные принципы реабилитации после инсульта:

1.Максимально раннее начало реабилитации;

2.Мультидисциплинарный подход в реабилитации;

3.Непрерывность и интенсивность реабилитации;

4.Санаторно-курортное лечение;

5.Контроль за спастичностью (нарушением физиологического тонуса в мышцах вследствие поражения структур головного мозга. Это состояние развивается в среднем у 19–38% пациентов, выживших после инсульта.).

Поскольку у больных после инсульта часто имеется много проблем упомянутых выше, то нельзя восстанавливать что-то одно, нужно заниматься всем комплексом нарушений. Следовательно, в реабилитации очень важна командная работа на всех этапах, поэтому в новом приказе Минздрава России № 788н «Об утверждении Порядка организации медицинской реабилитации взрослых» отводится центральное место именно мультидисциплинарному подходу.

Целью реабилитации является восстановление функций организма максимально приближенных к  доинсультному уровню и адаптация к изменившимся условиям функционирования.  В этом процессе важно понимание  краткосрочных и долгосрочных целей реабилитации.

После комплексного обследования пациента врач реабилитолог разрабатывает наиболее подходящий курс реабилитации и поддерживающего лечения, позволяющей закрепить полученный результат и свести к минимуму возможность повторных повреждений головного мозга.

Команда специалистов: невролог-реабилитолог, физиотерапевт, врач ЛФК, мануальный терапевт, логопед, медицинский психолог и др.специалисты при помощи:

лечебной физкультуры,

мануальной терапии,

массажа,

физиотерапии,

диеты помогут восстановить утраченные функции.

Курс реабилитации после инсульта подкрепляется и необходимой лекарственной терапией.

Особое внимание здесь следует уделить озонотерапии. Использование озонотерапии в реабилитационном периоде после перенесенного инсульта позволяет в несколько раз повысить эффективность восстановительных мероприятий. Озон - аллотропная форма кислорода, газ с резким характерным запахом. Озон значительно более сильный окислитель, чем кислород. В связи с этим озон окисляет многие вещества инертные к кислороду в обычных условиях.

Широкие возможности использования озона в целях лечения и профилактики, его высокая клиническая эффективность, хорошая переносимость пациентами, относительная дешевизна метода, а значит существенная доступность, - все это способствуют тому, что озонотерапия в изолированном виде или сочетании с другими лечебными факторами находит широкое применение.

Существует несколько видов озонотерапии, которые проводятся врачами. Особенно эффективна для лечения сердечно-сосудистых заболеваний внутривенная озонотерапия. Предварительно озонированный стерильный физраствор подается через капельницу.

Варианты прохождения реабилитации:

1. в стационаре;
2. амбулаторно;
3. санаторно-курортное лечение;
4. на дому.

Эффективность реабилитации зависит от времени обращения. Иногда процесс восстановления может быть очень медленным. Ранний восстановительный период до 6 месяцев – самый эффективный, и период от 6 месяцев до двух лет – поздний восстановительный период. Через два года после инсульта имеют место так называемые остаточные явления. Европейская организация по изучению инсультов, после многолетних анализов и тестирований случаев реабилитации, пришла к выводу, что наилучших результатов (организму можно восстановить максимальное количество функций) удалось достичь тем пациентам, которые начинали восстановление не позднее четвертой недели после удара, а лучше всего он проходит в первые полгода.

Главными задачами восстановительного периода являются снижение нарушений, полученных в результате инсульта:

-рекомендации близким по уходу за пациентом, пострадавшим от инсульта;

- развитие утраченных навыков самообслуживания;

- обучение самостоятельному образу жизни;

- развитие утраченных двигательных навыков пациента, в том числе прирост диапазона движения, удержание равновесия;

- возвращение к социально-бытовой активности.

На сегодняшний день в нашей стране существует сеть федеральных и региональных учреждений, где постинсультные больные получают комплексную помощь. В стране действует свыше 1900 медицинских учреждений, которые занимаются постинсультной реабилитацией.

Реабилитация таких пациентов входит в число приоритетных задач всей системы здравоохранения нашей страны. В планы нашей Тосненской больницы тоже входит открытие отделения реабилитации.

Для получения такого вида помощи пациенту необходимо обратиться к лечащему врачу, который может дать направление (форма 057У) в соответствующую медицинскую организацию в зависимости от тяжести нарушений функции и ограничения жизнедеятельности. При развитии острого случая пациент может быть включен в мероприятия медицинской реабилитации автоматически.

Стоит понимать, что некого универсального для всех комплекса реабилитации не существует. Рекомендации, в том числе упражнения, лекарства и др. подбираются под человека с учетом объема его неврологического дефицита и целей реабилитации. Одни заменяются на другие по мере продвижения по ступенькам реабилитации. Занятия и другие восстановительные мероприятия нужно продолжать, получив соответствующие рекомендации и домашние задание.  
  
Восстановление после перенесенного инсульта не бывает самопроизвольным, это всегда результат проведенной работы. Основная цель – восстановление движения.   
  
Необходимо:  
1. Выполнять рекомендации врачей-реабилитологов и заниматься ежедневно.  
2. Терпеливо двигаться к цели, помогая человеку не сокращать назначенный комплекс, а постепенно и постоянно расширять активность.  
  
Главный девиз реабилитации: упорство, терпение, уверенность.

Статью подготовили:

Заместитель главного врача по медицинской части Фарсиян Армен Спартакович,

Заведующим неврологическим отделением для больных с ОНМК Жук Сергей Николаевич,

Врач-невролог отделения для больных с ОНМК Лисовский Анатолий Дмитриевич.