

**ГБПОУ «Зауральский колледж колледж физической культуры и
здоровья**

Цикловая комиссия общепрофессиональных дисциплин

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

по учебной МДК. Лечебная физкультура и массаж

НАЗВАНИЕ: «Методические рекомендации по решению
ситуационных задач по лечебной физкультуре»

ЦЕЛЬ: Оказать методическую помощь студентам 3 курса для
организации самостоятельной работы на уроке и внеурочной
деятельности

Составитель:
преподаватель Рудак Л.Н.

Шадринск, 2017

Содержание

Пояснительная записка	3
Лечебная физическая культура при травмах ОДА	4
Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы»	6
Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания.....	7
Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ».....	10
ЛФК при заболеваниях ЦНС и периферической НС	12
ЛФК при нарушении осанки, сколиоз, плоскостопии	13
Литература.....	14

Пояснительная записка

В подготовке квалифицированного специалиста в области физической культуры и спорта лечебная физическая культура занимает особое место. Педагог по физической культуре должен уметь применять физические упражнения в профилактических и лечебных целях.

Предлагаемые ситуационные задачи по лечебной физкультуре преследуют две цели. Во-первых, это проверочный критерий того, насколько хорошо студенты усвоили теоретический материал частных методик лечебной физкультуры при различных заболеваниях.

Во-вторых, подбор задач имеет не только контролирующую цель, но и более глубоко разобраться в теоретическом материале.

В сборнике представлены задачи разного уровня трудности – от простых до более сложных проблемных. Это дает преподавателю возможность выбора их для проведения занятий, а студенту возможность анализа различных ситуаций, имеющих место в профессиональной деятельности.

Поскольку рамки методической разработки определяются учебной программой, то данные для ответа студент найдет в лекционном материале и литературе по изучаемому курсу (список литературы приведен в конце сборника).

Лечебная физическая культура при травмах ОДА

Задача 1. Больной 68 лет. Диагноз: медиальный перелом шейки правого бедра. 4 дня назад произведен металлоостеосинтез трехлопастным гвоздем.

Задание:

1. Сформулируйте задачи ЛФК в послеоперационном периоде.
2. Перечислите специальные упражнения, направленные на восстановление функции конечности.
3. Определите сроки назначения больному активных движений в коленном суставе поврежденной конечностью.
4. Определите сроки назначения больному дозированной осевой нагрузки на оперированную конечность.

Пример решения задачи:

1. *Задачи в послеоперационном периоде: улучшение кровообращения в зоне повреждения; стимуляция процессов регенерации; профилактика снижения силы и выносливости мышц нижней конечности.*
2. *Специальные упражнения: изометрические напряжения мышц бедра и голени (2-3с); упражнения с легким сопротивлением, статические удержания конечности, ходьба с помощью костылей.*
3. *Активные движения в коленном суставе к концу 2-й недели.*
4. *Осевая нагрузка при прочной фиксации отломков, хорошего торцевого упора можно полную нагрузку оперированную конечность.*

Задача 2. Больной 42 года. Диагноз: перелом диафиза правого бедра в средней трети, проведено скелетное вытяжение за бугристость большеберцовой кости. Травму получил 12 дней назад.

Задание:

1. Определите, в каком периоде лечения находится больной.
2. Сформулируйте общие задачи ЛФК.
3. Перечислите специальные упражнения. Направленные на функциональное восстановление конечности.
4. Определите сроки назначения больному активных движений в коленном суставе.

Задача 3. Больной 25 лет. Диагноз: повреждение глубокого сгибателя правой кисти, произведено хирургическое сшивание сгибателей на уровне основной фаланги 2 пальца. Травму получил 7 дней назад. Имobilизация – тыльная гипсовая повязка.

Задание:

1. Определите, в каком периоде находится больной.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите специальные упражнения, направленные на функциональное восстановление конечности.
4. Перечислите средства ЛФК, применяемые в этом периоде лечения.

Задача 4. Больной 30 лет. Диагноз: полный подкожный разрыв пяточного сухожилия. Произведена пластика сухожилия по В.А.Чернавскому 6 недель назад. Послеоперационное течение гладкое.

Задание:

1. Определите, в каком периоде находится больной.
2. Сформулируйте задачи ЛФК.
3. Перечислите специальные упражнения, направленные на функциональное восстановление конечности.
4. Перечислите средства ЛФК, применяемые в этом периоде лечения.

Задача 5. В отделение ЛФК направлена женщина с диагнозом: перелом луча в типичном месте. С момента травмы прошло 24 дня. На левом предплечье гипсовая лангета, которую планируют снять через 2 дня.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом периода лечения и проблем пациента.
2. Укажите методические особенности проведения занятия ЛГ.
3. Приведите примеры специальных упражнений для пораженной конечности.

Задача 6. Больной 37 лет., газосварщик, во время работы получил удар металлической трубой по правому предплечью. Непосредственно после травмы не смог пользоваться правой рукой, появилось чувство онемения пальцев кисти. При рентгенологическом обследовании костной патологии не обнаружено. Клинически активных движений в правой руке нет, пассивные умеренно болезненны в правом плечевом суставе. К вам больной обратился на 18 день после травмы. Схема последовательности Ваших действий при назначении процедуры ЛФК.

Задача 7. Больной Р., 19 лет, студент, при неосторожном обращении с ножом получил резаную рану внутренней поверхности левого предплечья в нижней трети. Проведена первичная хирургическая обработка раны, шов сухожилий глубоких и поверхностных сгибателей по Розову. Наружная иммобилизация гипсовой лангетой. При осмотре пальцы кисти обычного цвета, теплые на ощупь. Болевая и температурная чувствительность сохранены. Через 4 недели гипсовая повязка снята. Приступил к разработке движений в суставах кисти. Какие упражнения разрешаются больному в этом периоде травмы? Возможно ли использование специальных тренажерных устройств?

Задача 8. Больной Ж., 44 лет, инженер, поскользнулся на улице и упал, ударившись затылочной областью головы об асфальт. В течение 30-40 секунд находился в бессознательном состоянии. О случившемся ничего не помнит. Жалуется на головную боль, головокружение, тошноту. Однократно была рвота. При осмотре состояние удовлетворительное. Пульс 54 уд/мин. АД 140/100 мм.рт.ст. До травмы регулярно делал УГГ. Возможно ли в настоящее время больному выполнять УГГ? В чем заключаются ее особенности у данного больного?

Задача 9. Больной 22 лет, велосипедист, во время тренировки получил закрытый винтообразный перелом обеих костей правой голени в средней трети. После 4 недель лечения методом постоянного скелетного вытяжения наложена циркулярная гипсовая повязка, в которой выписан на амбулаторное лечение.

Задание:

1. Ваши рекомендации по двигательному режиму и занятиям ЛГ.
2. Какие специальные упражнения показаны больному?

Задача 10. Больная Л. 21 год, МС по лыжам, во время тренировки получила закрытый оскольчатый перелом левой плечевой кости в верхней трети. Консервативное лечение путем наружной иммобилизации торакобрахиальной гипсовой повязкой. На 2 день после снятия повязки направлена в кабинет ЛФК. На рентгенограмме отмечается формирование костной мозоли.

Какие средства и формы ЛФК следует использовать и какова их дозировка?

Задача 11. Больной 27 лет, мотогонщик во время тренировки упал с мотоцикла и получил стабильный неосложненный сгибательный с клиновидной компрессией перелом тела первого поясничного позвонка. На вытяжении по наклонной плоскости лежит 32 дня. Занимается ЛФК по методике Древинг-Гориневской. Хорошо тренирован мышечный корсет, «ласточку» держит 2 минуты. Просит в связи с отсутствием болей, разрешить встать на ноги и ходить. Ваши рекомендации по двигательному режиму и курсу лечения у больного.

Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Задача 1. На лечении в санатории-профилактории находится ребенок 13 лет, с диагнозом вегето-сосудистая дистония по гипотоническому типу. Предъявляет жалобы на периодически возникшую сильную головную боль, головокружение, слабость. При осмотре: астеническое телосложение, сниженное питание, пульс 84 уд/мин, АД 92/68 мм рт.ст.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Перечислите методические особенности проведения занятия ЛГ.

Задача 2. У пациента 56 лет находящегося на стационарном лечении по поводу гипертонической болезни 2 степени, через 2 дня после гипертонического криза отмечается слабость, одышка при умеренной физической нагрузке, нижние конечности отечны, проводится медикаментозное лечение, назначен палатный двигательный режим.

Задание:

1. Перечислите основные задачи с учетом проблем пациента.
2. Составьте комплекс ЛГ, определите форму его проведения.
3. Перечислите возможные противопоказания к занятию.

Задача 3. На лечение в отделение ЛФК направлен пациент 54 года с диагнозом ИБС.

Стенокардии напряжения сопутствует гипертоническая болезнь 1 степени. Больной нормостеничного телосложения, АД 130/85 мм рт ст, пульс 78 уд/мин. Приступ болей бывает 1-2 раза в месяц, чаще с психоэмоциональной нагрузкой.

Задание:

1. Определите задачи ЛГ, возможные противопоказания к занятию.
2. Перечислите методические указания к проведению ЛГ.
3. Укажите формы ЛФК рекомендуемые данному пациенту.

Задача 4. На стационарном лечении в кардиологическом отделении находится пациент 62 года с диагнозом ИБС, острый инфаркт миокарда. Болен 4 день. После проведенного медикаментозного лечения самочувствие улучшилось, болевой синдром купирован, одышки нет, пульс 87 уд/минуту, ритмичный, АД 112/72 мм рт ст.

Задание:

1. Определите возможность проведения ЛГ.
2. Укажите методические особенности проведения ЛГ с учетом проблем пациента.
3. Приведите примеры специальных упражнений.

Задача 5. На стационарном лечении в кардиологическом отделении находится больной 53 года с диагнозом острый крупноочаговый инфаркт миокарда. АД 130/90 мм рт ст, пульс 76 уд/минуту, отеков нет. Предъявляет жалобы на нарушение стула (запор).

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
 1. Перечислите возможные противопоказания к занятию.
 2. Приведите примеры специальных упражнений

Задача 6. У пациента 56 лет находящегося на стационарном лечении по поводу гипертонической болезни 2 стадии, через 2 дня после гипертонического криза отмечается слабость, одышка при умеренной физической нагрузке, нижние конечности отечны, проводится медикаментозное лечение, назначен палатный двигательный режим.

Задание:

1. Перечислите основные задачи с учетом проблем пациента.
 1. Составьте комплекс ЛГ, определите форму его проведения.
 2. Перечислите возможные противопоказания к занятию.

Задача 7. Больной Д. 23 лет, мотогощик, во время соревнований получил закрытый перелом бедра. Лечение наружной иммобилизацией тазобедренной гипсовой повязкой. Через 2 месяца после снятия гипсовой повязки направлен в кабинет ЛФК.

Задание:

1. Какие исследования нужно провести больному до начала лечения в кабинете ЛФК?
2. Какая частота пульса в момент занятий ЛФК будет оптимальной у больного при занятиях ЛФК, если пульс покоя 70 уд/мин?

Задача 8. Больной Ж., 28 лет, МС по марафонскому бегу, последние три месяца жалуется на: тахикардию (90 уд/мин.) головную боль, повышение АД до 150/90 мм.рт.ст. Врачом поликлиники диагностирована гипертоническая болезнь 1 стадии. Больной направлен в кабинет ЛФК.

Задание:

1. Какие средства и формы ЛФК показаны больному и их ориентировочная дозировка?

Задача 9. Больной Р., 29 лет КМС по штанге, страдает избыточным весом (+15 кг при росте в 167 см), направлен на занятия ЛФК с диагнозом: практически здоров. Пульс покоя 72 уд/мин., АД 120/70 мм.рт.ст.

Ваши рекомендации?

Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания

Задача 1. Больная 30 лет. Диагноз: левосторонняя плевропневмония в язычковом сегменте. Поступила в стационар 3 дня назад с жалобами на боли в грудной клетке, усиливающиеся при дыхании, кашель с небольшим количеством мокроты слизисто-гнойного характера, потливость, субфебрильная температура.

Задание:

1. Показана ли больной ЛФК.
2. С какого дня следует начинать ЛФК.
3. Какие средства, формы и методы ЛФК следует использовать.
4. Определите продолжительность занятия ЛФК в течение дня.

Задача 2. Больной 52 года. Диагноз: ХНЗЛ, бронхоэктазы в нижних долях легких с обеих сторон, дыхательная недостаточность 2 степени.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК.
2. Опишите методику дренажных упражнений.
3. Показана ли больному нагрузка аэробного характера.

Задача 3. Больная 34 года. Диагноз: в течение 17 лет страдает бронхиальной астмой. Перед поступлением в стационар ремиссия в течение 7 месяцев. Поступила в отделение реанимации в астматическом статусе, на 2-й день переведена в терапевтическое отделение в удовлетворительном состоянии.

Задание:

1. С какого момента можно начинать ЛФК.
2. Какие средства ЛФК следует использовать.
3. Показаны ли больной упражнения в расслаблении.
4. Дайте рекомендации по ЛФК при выписке из стационара.

Задача 4. Больной 39 лет. Диагноз: нижнедолевая левосторонняя пневмония. Поступил в клинику повторно (через 3 месяца после первой госпитализации). Состояние удовлетворительное, температура 37,5С, кашель с небольшим количеством мокроты, слабость, потливость.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК.
2. Каковы сроки назначения ЛФК.
3. оказаны ли больному дренажные упражнения.
4. Можно ли ограничиться одной процедурой в день.

Задача 5. Больная 72 года. Диагноз: ХНЗЛ, дыхательная недостаточность 3 степени. Жалобы на одышку при незначительной физической нагрузке, кашель с трудно-отделяемой мокротой, температура тела 37,5 С.

Задание:

1. Имеются ли противопоказания для ЛФК. Какие именно.
2. Можно ли применять тренировки аэробного характера.
3. Определите соотношение дыхательных и общетонизирующих упражнений в процедуре ЛФ.

Задача 6. На лечение в пульмонологическом отделении находится больная 35 лет, диагноз: острая правосторонняя нижнедолевая пневмония. Больна 12 дней, с 5 дня лечения занятия ЛФК проводились индивидуальным методом в палате. В настоящее время самочувствие улучшилось, температура тела нормализовалась, сохраняется кашель с мокротой, одышка, пульс 86 уд/ми, АД 120/90 мм.рт.ст.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента, оптимальный двигательный режим.

2. Перечислите используемые средства ЛФК, формы ЛФК, методы проведения

Задача 7. На амбулаторном лечении находится пациент 39 лет, диагноз: острый бронхит, после 9 дней лечения сохраняется кашель, мокрота отходит плохо, беспокоит одышка, сон в горизонтальном положении невозможен из-за усиления кашля, при дыхании слышны хрипы, температура тела нормальная, ЧД 22 раза в минуту, пульс 88 уд/мин, АД 110/80 мм. рт.ст.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Определите двигательный режим.
3. Укажите используемые средства и формы ЛФК, методы проведения.
4. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.
5. Приведите примеры специальных упражнений с учетом возникших осложнений.

Задача 8. На 3 день пребывания в стационаре больному с острой двухсторонней нижнедолевой пневмонией назначена ЛГ. Пациентка 28 лет, беспокоит кашель, мокроты мало, температура снизилась до 37,5 С, самочувствие улучшилось, пульс 92 уд/мин, ЧД 26 раз в минуту, АД 105/80 мм.рт.ст.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента, оптимальный двигательный режим.
2. Перечислите используемые средства ЛФК, формы ЛФК, методы проведения ЛГ.
3. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ (и.п. длительность занятия, темп, дозировка, соотношение дыхательных и гимнастических упражнений).

Задача 9. На лечение в отделение ЛФК поликлиники направлен ребенок 11 лет. Диагноз: бронхиальная астма, болен 2 года, 3 недели назад после участвовавших приступов удушья, прошел курс стационарного лечения. Самочувствие значительно улучшилось, приступов удушья и одышки нет.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Определите двигательный режим.
3. Укажите используемые средства и формы ЛФК.
4. Перечислите методические особенности проведения занятия ЛГ.

Задача 10. В пульмонологическом отделении на лечении находится больной с диагнозом: бронхоэктатическая болезнь с локализацией бронхоэктазов в правой нижней доле. Больной поступил на лечение 7 дней назад с жалобами на усиление кашля с большим количеством мокроты, повышение температуры тела до 39,5С, В настоящее время температура снизилась до 37,2-37,4С самочувствие улучшилось.

Задание:

1. Определите возможность проведения Л занятий ЛГ.
2. Перечислите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
3. Приведите примеры специальных дренажных упражнений.

Задача 11. Пациент 16 лет, страдающий бронхиальной астмой посещает занятие ЛГ, нагрузку переносит удовлетворительно. Придя на 5 занятие, отмечает, что 3 часа назад был приступ удушья, купированный инъекцией эуфелиина, на момент осмотра одышки нет. При глубоком дыхании слышны сухие хрипы. АД 110/70 мм рт ст, пульс 82 уд//мин.

1. Определите возможность проведения ЛГ.
2. Перечислите методические особенности проведения занятия ЛГ.

Задача 12. На лечение в отделение реабилитации направлен ребенок 4 лет, диагноз бронхиальная астма. Состояние удовлетворительное, приступы удушья 1-2 раза в месяц. Психомоторное развитие ребенка соответствует возрасту.

Задание:

1. .Определите основные задачи ЛФК.
2. .Составьте комплекс ЛГ для занятий малогрупповым методом.
3. .Выберите закаливающие процедуры.

Задача 13. Больной Ю, 38 лет, водитель автобуса, физически хорошо развит, раньше занимался спортом, поступил в клинику с диагнозом: двусторонняя очаговая пневмония. Пульс 72 уд/мин., АД 130/70 мм.рт.ст.

Задание:

1. Подберите оптимальные И.П.

2. Соотношение специальных и общеукрепляющих упражнений.
3. Приведите примеры специальных упражнений.

Задача 14. Больная Ф., 29 лет, страдает бронхиальной астмой с детства. В клинику поступила в астматическом статусе.

Ваша тактика по назначению режима двигательной активности и ЛФК?

Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ

Задача 1. Больной 24 года. Диагноз: язвенная болезнь желудка в стадии обострения. Поступил с болями в эпигастральной области, слабость, тошнота, рвота. В анамнезе дважды обострения язвенной болезни желудка в течение двух лет. Последнее обострение возникло 4 дня назад на фоне стрессовой ситуации.

Задание:

1. Имеются ли противопоказания для ОФК.
2. Когда следует назначить ЛФК.
3. Какие из средств показаны в начале курса.
4. Какие исходные положения противопоказаны в начале курса.

Задача 2. На лечение в гастроэнтерологическое отделение поступил пациент 24 года с диагнозом хронический гастрит с повышенной секреторной функцией. После проведенного медикаментозного лечения самочувствие улучшилось.

Задание:

1. Определите период лечения и его основные задачи.
2. Укажите методические особенности проведения ЛГ.
3. Приведите примеры специальных упражнений.

Задача 3. В отделение ЛФК направлена больная 45 лет с диагнозом дискинезия ЖВП по гипертоническому типу. Прошла курс стационарного лечения. Продолжает амбулаторно. Занятия ЛГ регулярно посещать не может.

Задание:

1. Определите задачи ЛГ.
2. Дайте рекомендации пациентке для самостоятельных занятий.

Задача 4. В санаторий поступила на лечение пациентка 35 лет с диагнозом: хронический гастрит со сниженной секрецией. Последнее обострение отмечает 5 месяцев назад. В настоящее время беспокоят незначительные боли в эпигастральной области после нарушения диеты. Других жалоб нет. Пациентка повышенного питания, PS 72 уд/мин, АД 120/80 мм.рт.ст.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК.
2. Составьте комплекс ЛГ (до 12 упр.)
3. Дайте рекомендации по занятиям ЛГ для самостоятельного выполнения дома.

Задача 5. На лечение в зал ЛФК направлена пациентка 31 год. Диагноз сахарный диабет, 2 степень, легкая форма. Заболевание впервые выявлено. Назначено медикаментозное лечение, даны рекомендации по соблюдению диеты.

Задание:

1. Перечислите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Перечислите средства и формы ЛФК.
3. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.
4. Дайте рекомендации по использованию спортивно-прикладных упражнений.

Задача 6. Больной 61 год, диагноз хронический анацидный гастрит, хронический холецистит. Находится в стационаре.

Задание:

1. Какие из средств ЛФК показаны больному?
2. Какие из средств ЛФК противопоказаны?
3. Перечислите исходные положения при занятиях ЛГ.

4. Ограничьте продолжительность процедуры ЛГ.

Задача 7. На лечение в санаторий поступила пациентка 32 года, страдающая ожирением 2 степени. Масса тела превышает допустимую норму на 35%. Больная адинамична, резко повышенного питания, одышка при умеренной физической нагрузке, отмечает склонность к повышению АД, бывают боли в области сердца.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Рекомендации по двигательному режиму.
3. Перечислите методические особенности проведения занятий.
4. Дайте рекомендации по использованию спортивно-прикладных упражнений.

Задача 8. Больной С., 35 лет. Диагноз: ожирение 2 степени. Обратился за консультацией по поводу занятий оздоровительной тренировкой в группе здоровья.

Задание:

- 3 Определите обязательное условие использования средств ЛФК в тренировочных занятиях.
- 4 Перечислите наиболее благоприятные виды движений при ожирении.
- 5 Укажите, на основании, каких показателей пульса можно судить о правильности подбора мощности нагрузки.

Задача 9. Больная И., 40 лет. Диагноз: ожирение 1 степени экзогенного характера (70кг до лечения и 64 кг после лечения).

Задание:

- 3 Сформулируйте задачи ЛФК.
- 4 Перечислите формы ЛФК какие можно использовать.
- 5 Перечислите физические упражнения для больной.
- 6 Определите эффективность курса лечения.

Задача 10. На лечение в отделение реабилитации направлена пациентка 34 года, диагноз сплахноптоз. Жалобы на неприятные ощущения и чувство тяжести после еды, боли в животе, отрыжку, неустойчивый стул, иногда возникает головокружение и сердцебиение, беспокоит общая слабость. Проведенное медикаментозное лечение существенного эффекта не дало.

Задание:

1. Определите ведущие задачи ЛФК с учетом проблем пациента.
2. Укажите методические особенности проведения ЛГ.

Задача 11. Больной А. 24 лет, поступил в клинику с диагнозом язвенная болезнь желудка в стадии обострения. Жалобы на боли в эпигастральной области, слабость, тошнота, рвота. Из анамнеза установлено, что болен в течении 6 лет, причем весной и осенью отмечает обострение.

Последнее обострение возникло 4 дня назад после стрессовой ситуации.

Задание:

1. Имеются ли противопоказания к ЛФК?
2. Когда следует начинать ЛФК?
3. Какие средства ЛФК показаны в начале курса?
4. Какие И.П. противопоказаны в начале курса ЛФК?

Задача 12. Больная Н., 65 лет, поступила в клинику с диагнозом анацидный гастрит, хронический холецистит. В настоящее время находится на стационарном лечении.

Задание:

1. Какие из средств ЛФК показаны больной?
2. Какие из средств противопоказаны.
3. Какие И.П. следует использовать в процедуре ЛФК?
4. Каковы рекомендации на амбулаторный период лечения?

ЛФК при заболеваниях ЦНС и периферической НС

Задача 1. На лечение в отделение реабилитации поступил пациент 68 лет с остаточными явлениями острого нарушения мозгового кровообращения. Больной прошел курс лечения в неврологическом отделении. С момента заболевания прошло 2 месяца. При осмотре правая рука согнута в локтевом и лучезапястном суставах, пронирирована, пальцы сжаты в кулак, произвольные движения ограничены. Правая нога выглядит длиннее, ходьба затруднена, описывает полукруг. Больной ходит с трудом при упоре на здоровую руку.

Задание:

1. Как называется поза больного с чем она связана.
2. Определите основные задачи ЛФК.
3. Опишите методику проведения лечения положением для данного больного.

Задача 2. У пациента 47 лет 4 дня назад появились острые боли в пояснице, иррадиирующие в правую ногу. Ходьба невозможна из-за боли. После проведенного медикаментозного лечения боль уменьшилась, но сохраняется вынужденное положение.

Задание:

1. Определите проблемы пациента и возможность проведения ЛФК.
2. Перечислите периоды лечения и задачи ЛФК для каждого периода.
3. Приведите примеры специальных упражнений, используемых в остром периоде.

животе. При поддержке стоит неровно. Левая стопа слегка развернута кнутри, внутренние мышцы левой голени слегка уплотнены.

Задание:

1. Оцените состояние и физической развитие ребенка.
2. Определите задачи ЛФК с учетом проблем ребенка.
3. Приведите примеры специальных упражнений.

ЛФК при нарушении осанки, сколиоз, плоскостопии

Задача 1. На лечение в отделение реабилитации направлен ребенок 3 лет. Диагноз – нарушение осанки – сутуловатость. При осмотре ребенка: сниженного питания, мышцы гипотоничны, лопатки крыловидно оттопырены, грудной кифоз увеличен, голова наклонена вперед, плечи сведены, поясничный лордоз сглажен.

Задание:

1. Оцените состояние ребенка.
2. Определите задачи ЛФК.
3. Укажите наиболее оптимальные формы ЛФК и средства.
4. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.
5. Дайте рекомендации по режиму ребенка и особенности организации рабочего места и сна ребенка.

Задача 2. На лечение в отделение реабилитации направлен ребенок 7 лет. С диагнозом сколиотическая болезнь 1 степени. При осмотре: выраженная асимметрия надплечий, лопаток, треугольник талии, практически исчезающие при дополнительном мышечном напряжении, отмечается небольшое увеличение грудного кифоза, весо-ростовой коэффициент соответствует норме, мускулатура гипотонична.

Задание:

1. Определите задачи ЛФК.
2. Укажите наиболее оптимальные формы ЛФК и средства.
3. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.
4. Дайте рекомендации по режиму ребенка и особенности организации рабочего места и сна ребенка.

Задача 3. На лечение в отделение реабилитации направлен ребенок 3 лет. Диагноз – нарушение осанки – сутуловатость. При осмотре ребенка: сниженного питания, мышцы гипотоничны, лопатки крыловидно оттопырены, грудной кифоз увеличен, голова наклонена вперед, плечи сведены, поясничный лордоз сглажен.

Задание:

1. Оцените состояние ребенка.
2. Определите задачи ЛФК.
3. Укажите наиболее оптимальные формы ЛФК и средства.
4. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.

Дайте рекомендации по режиму ребенка и особенности организации рабочего места и сна ребенка.

Задача 4. На занятие в отделение ЛФК направлен ребенок 13 лет с диагнозом правосторонний сколиоз 3 степени. При осмотре ярко выражена асимметрия туловища, выражен передне-задний гибус, имеется смещение таза.

Задание:

1. Укажите задачи лечения.
2. Средства и формы используемые в этом случае. Укажите средства пассивной коррекции.
3. Приведите примеры специальных упражнений.

Задача 5. На лечение в отделение ЛФК направлен ребенок 8 лет с диагнозом прогрессирующая миопия. Ребенок пониженного питания, мышечная система маловыражена. При осмотре выявлено нарушение осанки – сутуловатость.

Задание:

1. Определите двигательный режим ребенка и основные задачи ЛФК.
2. Приведите примеры специальных и общеукрепляющих упражнения.
3. Укажите упражнения противопоказанные ребенку.

Задача 6. На лечение в отделение реабилитации направлен ребенок 3 лет. Диагноз – нарушение осанки – сутуловатость. При осмотре ребенка: сниженного питания, мышцы гипотоничны, лопатки крыловидно оттопырены, грудной кифоз увеличен, голова наклонена вперед, плечи сведены, поясничный лордоз сглажен.

Задание:

1. Оцените состояние ребенка.
2. Определите задачи ЛФК.
3. Укажите наиболее оптимальные формы ЛФК и средства.
4. Перечислите методические особенности проведения занятий ЛГ.
5. Дайте рекомендации по режиму ребенка и особенности организации рабочего места и сна ребенка.

Литература:

1. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж [Текст]: учебно-методическое пособие для мед. работников. -2-е изд. – М.: Советский спорт, 2004.
2. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура [Текст]: Учебник для студентов вуза. – М.: ВЛАДОС, 1996.
3. Лечебная физическая культура : учебник для студ. Высш. Учеб. Заведений / [С.Н.Попов, Н.М. Валеев, Т.С.Гарасева и др.] ; под ред. С.Н.Попова, - 4-е изд., стер. М : Издательский центр «Академия», 2007.
4. Учебник инструктора по лечебной физкультуре [Текст]: учебник для институтов физической культуры /Под ред. В.Л. Правосудова. – М.: Физкультура и спорт, 1980.