

ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПЛЕВРИТІ

Плеврит – запалення плеври, що супроводжується появою на її поверхні фібринозних накладень або скупченням в плевральній порожнині ексудату.

Збудники при інфекційних плевритах – пневмокок, стрептокок, стафілокок, кишкова паличка, протей, вірус грипу, мікобактерії туберкульозу.

Неінфекційні плеврити – при пухлини, травми грудної клітки, інфаркті легкого, системних захворюваннях сполучної тканини, лейкозі, геморагічних діатезах, гострому панкреатиті.

Тактика лікування і реабілітації пацієнтів з ексудативним плевритом залежить від етіології захворювання, функціонального стану дихальної системи, супутніх захворювань, віку. Лікування плевриту комплексне з обов'язковим висококалорійним харчуванням з достатнім вмістом білків і вітамінів.

Невеликі плевральні зрощення, що залишилися після хвороби, не викликають суттєвих розладів дихання. Спайки в умовах форсованого дихання (при фізичній роботі) можуть бути причиною надриву плеври і виникнення спонтанного пневмотораксу. Наслідком поширеного передаються статевим шляхом може бути розвиток сколіозу, перетягування середостіння в хвору сторону, западання відповідної половини грудної клітки і звуження міжреберних просторів.

Поширені плевральні зрощення можуть викликати порушення функції органів дихання і кровообігу. Це відбивається на функціональному стані організму і супроводжується зниженням працездатності пацієнтів.

Реабілітаційні заходи при плевриті спрямовані на запобігання наслідків захворювання. Включають лікувальну фізичну культуру, фізіотерапію, масаж, кліматотерапію, психотерапію.

Завдання лікувальної фізичної культури:

- активізація кровообігу і лімфообігу, сприяє розсмоктуванню ексудату і ліквідації запального процесу;
- попередження утворення плевральних зрощень або їх розтягування;
- відновлення нормальної рухливості легких і правильного механізму дихального акту;
- підвищення загального тону і емоційного стану пацієнта.

Форми ЛФК при плевриті: лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика, дихальна гімнастика.

Спеціальні вправи, спрямовані на прискорення розсмоктування ексудату і профілактику утворення спайок – це вправи для тулуба: розгинання тулуба назад з одночасним підніманням рук вгору, нахили і повороти тулуба в сторони, обертання тулуба з різним положенням рук. Ті ж вправи із застосуванням гімнастичної палиці сприяють досягненню максимальної екскурсій легенів.

Для розтягування плевродіафрагмальних спайок в нижніх відділах грудної клітини застосовуються нахили тулуба в «здорову» бік в поєднанні з глибоким вдихом.

Для розтягування плевродіафрагмальних спайок в бічних відділах грудної клітки – нахили тулуба в «здоровий» бік у поєднанні з глибоким видихом.

Для розтягування плевродіафрагмальних спайок в верхніх відділах грудної клітки вправи проводять у вихідному положенні сидячи з фіксацією таза.

Лікувальний масаж дозволяє знімати відчуття втоми допоміжної дихальної мускулатури, покращувати кровообіг і лімфообіг, підвищувати загальну працездатність, стимулювати відходження мокрот і усувати спазм дихальної мускулатури.

Застосовуються різні методики масажу: класична методика (масаж м'язів спини та грудної клітини по ходу лімфатичних судин), точковий масаж (пальцеве натиснення в визначених точках на поверхні тіла) і самомасаж.

У реабілітації пацієнтів з плевритом застосовують різні види фізіотерапії. Мета фізіотерапії – зменшити прояви запального процесу і попередити утворення плевральних зрощень.

Показано кліматичне лікування на березі моря, в місцевих санаторіях в лісовій зоні. Після одужання показані водні процедури з метою загартовування (обливання, обтирання, душ).

Мануальну терапію при ексудативному плевриті використовують для ліквідації больового синдрому.

Застосування психотерапії дозволяє реалізувати можливості впливу на невротичний компонент соматичного захворювання, на особистість пацієнта з метою зміни його реакції на хворобу, корекції масштабу переживання хвороби, поліпшення функціонування в нових умовах захворювання.

Для ліквідації функціонального, невротичного компонента захворювання застосовують психотерапію у вигляді мотивованого навіювання в гіпнозі, аутогенного тренування і непрямого навіювання з допомогою медикаментів (транквілізаторів).