

DOI: 10.33454/1728-1261-2021-4-57-60
УДК 616.831-005.1-036.868:36.05

Социальная реабилитация пациентов после инсульта

А. С. Козлова¹, Г. А. Косицына¹, К. В. Пищугина¹, Н. Г. Чёрная¹, Л. Д. Сковычева²

¹ КГБУ «Хабаровский центр социальной реабилитации инвалидов»; 680006, г. Хабаровск, ул. Индустриальная, 2В; тел.: + 7 (4212) 54-01-09; e-mail: csrihab@ADM.KHV.RU

² КГБОУ ДПО «Институт повышения квалификации специалистов здравоохранения» МЗ ХК, 680009, г. Хабаровск, ул. Краснодарская, 9; тел.: +7 (4212) 27-25-10; e-mail: zdravdv@ipkszh.khv.ru

Social rehabilitation of patients after stroke

A. S. Kozlova¹, G. A. Kositsyna¹, K. V. Pishchugina¹, N. G. Chernaya¹, L. D. Skovycheva²

¹ Khabarovsk Center for Social Rehabilitation of the Disabled; 2 B Industrialnaya Street, Khabarovsk, Russia; zip code: 680006; phone + 7 (4212) 54-01-09; e-mail: csrihab@ADM.KHV.RU

² Postgraduate Institute for Public Health Workers under Health Ministry of Khabarovsk Krai, 9 Krasnodarskaya Street, Khabarovsk, Russia; zip code: 680009; phone +7 (4212) 27-25-10; e-mail: zdravdv@ipkszh.khv.ru

Инвалидность после инсульта все еще остается существенной медицинской и социальной проблемой. Заболевание изменяет социальное положение человека и выдвигает перед ним новые проблемы личностного и социального плана. Ресоциализация – одна из важнейших задач реабилитации содействует в их преодолении.

Ключевые слова: инсульт, реабилитация, инвалиды.

Disability after stroke is still a significant medical and social problem. The disease changes the social position of a person and puts forward new personal and social problems. Resocialization is one of the most important tasks of rehabilitation helping in overcoming the problems.

Key words: stroke, rehabilitation, disabled people.

Основной целью реабилитационных мероприятий является улучшение качества жизни людей, получивших инвалидность в результате инсульта.

В КГБУ «Хабаровский центр социальной реабилитации инвалидов» занимаются активной реабилитацией инвалидов с последствиями инсульта, чаще всего позднего восстановительного периода.

Комплексная социальная реабилитация инвалидов направлена на возможность полноценного восстановления, максимального развития и использования способности инвалидов к выполнению отдельных видов жизнедеятельности: самообслуживания, самопомощи и самообеспечения, организацию независимой жизни.

Зачастую в условиях потери здоровья жизнь человека сильно меняется:

- сужается круг общения;
- снижается мобильность;
- в большинстве случаев прекращается трудовая деятельность;
- теряется уверенность в себе.

Все эти факторы ухудшают качество жизни и значительно снижают реабилитационный потенциал.

Реабилитационные мероприятия представлены работой специалистов шести отделений, эффективно взаимодействующих друг с другом. Нами оказываются социально-бытовые, социально-медицинские, социально-психологические, социально-педагогические, социально-экономические и социально-правовые услуги.

Отделение социальной реабилитации включает блок эрготерапии, где проводятся занятия по бытовой адаптации.

Для восстановления утраченных в результате болезни навыков самообслуживания и деятельности в быту в условиях действующей модели «квартира для инвалида» социальные педагоги проводят обучение пациента персональному уходу (самообслуживанию), персональной сохранности, овладению социальными навыками.

В реабилитационном процессе после перенесенного инсульта большое место занимает восстановление и развитие мелкой моторики пальцев рук, что способствует социальной адаптации к окружающему быту.

Свою клиническую эффективность доказало применение специальных тренажеров и оборудования для развития мелкой моторики.

Многофункциональный комплекс «ДОН» представляет собой универсальное устройство для лечебно-оздоровительных и развивающих занятий по восстановлению и развитию мелкой моторики. Он состоит из 11 планшетов, направленных на развитие движения верхних конечностей, мелкой моторики и на формирование бытовых навыков.

Использование наклонного стенда с зубчатой опорой по боковым краям способствует развитию концентрации внимания, умению чередовать напряжение и расслабление. Планшет с системой каналов и стержнем, скользящим вдоль канала рассчитан на развитие четкости, уверенности движений руки при письме.

Устройство в виде доски для шашек и кубиков, соответствующих размерам клеток, рассчитано на преодоление силы сцепления соприкасающихся поверхностей кубика и доски. При этом развивается точность попадания кубиком на конкретную клетку, знание цветовых различий, концентрация внимания и координация при различных заданиях. Устройство «Линейка» позволяет точно дозировать шаг движения в суставах, оценивать успех восстановления.

Ведущим компонентом восстановления двигательного навыка письма является выполнение графического орнамента, составленного из постепенно усложняющихся комбинаций прямых и закругленных линий разной направленности и амплитуды.

Для восстановления функций верхних конечностей в своей практике используем метод «зеркальной» терапии, при котором происходит активизация нейронов в визуальной и моторной областях мозга, восстановление точности и плавности движений кисти, развитие тонкой двигательной активности пальцев, формирование мотивации к самостоятельному восстановлению утраченных функций.

Обучение инвалида пользованию техническими средствами реабилитации – важнейшее направление социальной реабилитации. Экспозиция технических средств реабилитации, размещенная в Центре, постоянно обновляется и используется не только в качестве выставочного комплекса, но и для подбора технических средств и обучения пользованию ими.

Логопеды проводят занятия по восстановлению речи, используя специальные методики, консультируют родных и близких в отношении дальнейшего развития речи.

Важнейшим элементом реабилитационной деятельности является социокультурная реабилитация инвалидов, так как удовлетворяет блокированную у них потребность в информации, в получении социокультурных услуг,

доступных видах творчества. Она включает в себя комплекс мероприятий, позволяющих инвалидам адаптироваться в стандартных социокультурных ситуациях, заниматься творчеством, свободно общаться, расширять свои возможности интеграции в обычную социокультурную жизнь.

Творческая деятельность как пассивная (зритель на концерте), так и активная (т. е. творец, чтец, актер) позволяет воздействовать на человека мягко и решать множество задач.

Главные задачи:

- раскрытие творческого потенциала;
- получение нового позитивного опыта;
- коррекция психоэмоционального состояния;
- развитие эффективных форм общения;
- расширение кругозора.

Ежедневно в учреждении используется множество методов работы:

- арт-терапия;
- игротерапия;
- терапия прекрасным;
- терапия воспоминаниями;
- кинотерапия.

Все направления эффективно реализуются как в индивидуальных, так и в групповых занятиях.

Арт-терапию (лечение искусством) можно назвать одним из самых безопасных, универсальных и приятных методов реабилитации для людей любого возраста.

Наиболее востребованными видами арт-терапии являются;

1. Правополушарное рисование – метод рисования, при котором отбрасываются стереотипные академические приемы, за которые отвечает левое полушарие мозга, и активизируется правое полушарие, отвечающее за творчество, спонтанность, чувственность.

Плюс данной техники в том, что самый неподготовленный человек без изучения основ рисования может нарисовать очень эффектную картину даже за один урок.

Правополушарное рисование применяют как восстанавливающую процедуру для людей, перенесших инсульт. Положительный эффект наблюдается благодаря тому, что во время занятий интуитивной живописью происходит активизация зон головного мозга, которые мало задействованы при обычном ритме жизни. В процессе творческой активности улучшается общее кровоснабжение, работа мозга в целом улучшается, что приводит к образованию новых связей между разными частями мозга.

2. Декоративно-прикладное искусство – создание поделок, предметов интерьера, игрушек, украшений.

Наиболее популярное направление – это народная «обережная» кукла.

В процессе создания куклы творец наделяет ее особыми позитивными смыслами, и простая на первый взгляд игрушка становится особой вещью – оберегом, способным усилить веру в хорошее и в нужный момент оказать психологическую поддержку.

Участники таких занятий отмечают особый душевный подъем.

Игротерапия. Игра позволяет через несерьезную ситуацию снять ряд ограничений, действующих в реальной жизни и раскрепостить человека.

Терапия воспоминаниями. Одними из главных ценностей человека являются его воспоминания. Через воспоминания мы можем вернуться к самым важным и приятным моментам своей жизни. Делясь своим опытом с другими, повышают самооценку, чувство значимости и полезности, что является мощной профилактикой стрессовых ситуаций и депрессии.

Сила красоты. Совместно с волонтерами мы устраиваем праздники красоты, где всем желающим делают праздничные стрижки, прически и макияж. Эти праздники помогают человеку увидеть свою красоту, повысить свою самооценку, показать, что он может и достоин быть красивым.

Социальный туризм. Одним из самых востребованных методов социокультурной реабилитации является социальный туризм. Посещение музеев, достопримечательностей, цирковых и театральных выступлений позволяет расширить кругозор, получить множество положительных эмоций. Отдых при этом носит активный характер, включая разнообразные развлечения, которые помогают отвлечься от монотонности быта и работы, познать мир шире, познакомиться с различными традициями, обычаями, новыми людьми.

Праздничные концерты позволяют зарядить человека, приобщить его к искусству, подарить ощущение праздника. Наше учреждение приглашает с выступлениями взрослые и детские творческие коллективы города. Нередко в процессе концерта зрители выходят танцевать, активно подпевают исполнителям, а при исполнении особенно трогательных номеров не скрывают своих слез и эмоций.

Психологическая реабилитация направлена на коррекцию познавательных процессов (памяти, внимания, мышления, пространственных представлений) с использованием методов нейропсихологии в эмоционально-волевой и личностной сферах, психологическую помощь родственникам инвалида, перенесшего инсульт.

Наряду с методами нейропсихологической коррекции психических функций используются методы арт-терапии, звуковой гимнастики, песочной анимации.

Заслуженной популярностью среди клиентов Центра пользуется **сенсорная комната**. Основные показания к назначению: плохое эмоциональное состояние, стойкое снижение настроения, тревожность, раздражительность, нарушения сна. Пребывание в сенсорной комнате позволяет почувствовать себя в спокойной, доброй, безопасной и приятной обстановке.

Одной из самых востребованных процедур в комплексе реабилитационных мероприятий у больных с последствиями инсульта является **адаптивная физическая культура**, которая является наиболее адекватным и физиологичным методом восстановления утраченных двигательных функций.

Наша задача – привить человеку потребность в двигательной активности в процессе повседневной жизни, а не только при прохождении курсов реабилитации в специализированных учреждениях.

Чаще всего нам приходится работать в периоде отдаленных последствий инсульта, когда работа над своим физическим телом, начатая в острый период, продолжается. Специалисты адаптивной физической культуры занимаются коррекцией двигательных расстройств, используя различные методы воздействия (методы БОС, игровой и т. д.).

Одной из методик, используемых в нашем Центре, является **методика ДАС-БОС**. Это метод диафрагмально-релаксационного дыхания по методу Сметанкина. С помощью этого метода происходит произвольное сознательное управление пульсом через функцию дыхания, вследствие чего улучшается функция СС и дыхательной систем.

Тренировку функции равновесия и координации движений мы проводим на стабилоплатформе.

Применение **метода стабилотриии** дает возможность развивать координационные способности, точность движений, стабилизацию положения тела, укреплять мышечный аппарат и т. д.

Хорошо себя зарекомендовал **метод использования координационной лестницы**. Его применение способствует более быстрому улучшению показателей координации движений, функции равновесия и навыков ходьбы.

Игровой метод служит средством коррекции и компенсации первичных и вторичных дефектов и создаёт благоприятные условия для социальной реабилитации.

В групповых занятиях включается эффект резонанса, соревновательной деятельности, общения, отвлечения от личных проблем.

Для оценки эффективности проводимых реабилитационных мероприятий разработана система тест-контроля, где критерием является качество жизни человека, перенесшего инсульт.

Многопрофильная комплексная реабилитация предусматривает решение нашими

специалистами ещё целого ряда практических задач в восстановлении инвалидов, перенесших инсульт, с учётом потенциальных, компенсаторных возможностей организма. Помогая людям определить их социальные роли, восстановить утраченные и обрести новые социальные связи, способствующие их дальнейшему развитию, мы в конечном итоге решаем задачи ресоциализации.

DOI: 10.33454/1728-1261-2021-4-60-65

УДК 613.84

Вредные последствия употребления снюса

Л. Ф. Лучшева¹, А. В. Литвинов^{1,2}, А. В. Насатюк², К. Ю. Сливко^{1,2}, А. В. Федоров¹

¹ КГБОУ ДПО «Институт повышения квалификации специалистов здравоохранения» МЗ ХК, 680009, г. Хабаровск, ул. Краснодарская, 9; тел.: +7 (4212) 27-25-10; e-mail: zdravdv@ipkszh.khv.ru

² КГБУЗ «Краевая клиническая психиатрическая больница» МЗ ХК, 680038, г. Хабаровск, ул. Серышева, 33; тел.: +7 (4212) 56-04-41; e-mail: hkpb@rambler.ru

Harmful health effects of snus consumption

L. F. Luchsheva¹, A. V. Litvinov^{1,2}, A. V. Nasatyuk², K. Yu. Slivko^{1,2}, A. V. Fedorov¹

¹ Postgraduate Institute for Public Health Workers under Health Ministry of Khabarovsk Krai, 9 Krasnodarskaya Street, Khabarovsk, Russia; zip code: 680009; phone +7 (4212) 27-25-10; e-mail: zdravdv@ipkszh.khv.ru

² Khabarovsk Krai Clinical Psychiatric Hospital under Health Ministry of Khabarovsk Krai, 33 Seryshev Street, Khabarovsk, Russia; zip code: 680038, phone +7 (4212) 56-04-41; e-mail: hkpb@rambler.ru

С фармакологической точки зрения снюс – никотинсодержащее вещество, вызывающее привыкание, которое также содержит канцерогенные нитрозамины. Содержание никотина в крови у пользователя снюса и у курильщика табака примерно одинаково. Стоматологи, педагоги, социальные работники, родители, а также потребители снюса мало информированы о последствиях его употребления для здоровья, в том числе и для полости рта. Статья содержит материалы о вреде употребления снюса на общесоматическое здоровье, а также о предраковых поражениях и новообразованиях полости рта, возникающих вследствие употребления снюса, и способах выявления изменений слизистой рта на ранних стадиях у потребителей снюса.

Ключевые слова: снюс, бездымный табак, табачные продукты, лейкоплакия.

From a pharmacological point of view, snus is an addictive nicotine-containing substance that also contains carcinogenic nitrosamines. The level of nicotine in the blood of a snus user and a tobacco smoker is approximately the same. Dentists, educators, social workers, parents, as well as consumers of snus are poorly informed about the consequences of its use for health, including for the oral cavity. The article contains materials on the dangers of snus consumption on general somatic health, as well as on precancerous lesions and neoplasms of the oral cavity resulting from snus use, and ways to detect changes in the oral mucosa in the early stages of snus consumers.

Key words: snus, smokeless tobacco, tobacco products, leukoplakia.

Введение

К так называемым бездымным табачным изделиям (БТ – англ. «smokeless tabaco») относятся жевательный табак и нюхательный табак.

Известны несколько видов БТ: снюс, нас (насвай,) бетель, шамм, тумбак, табак с лаймом. Имеются убедительные данные том, что применение изделий из бездымного табака увеличивает риск развития рака, в том числе полости рта.

Снюс, изготавливаемый фабрично в Швеции, известен с 1637 года. В ЕС (кроме Швеции) с 1992 года его продажа запрещена, хотя применение не ограничено. Снюс представлен в России с 2004 года и, несмотря на попытки запрета, он продолжает продаваться. С февраля 2016 года, снюс начинают ввозить в Россию под видом жевательного табака, соответственно, и запрет на его продажу не распространяется. Шведский тип «измельченного увлажненного