**Реабилитация как способ, направленный на восстановление функций жизнедеятельности организма.**

Реабилитация - это комплекс медицинских, педагогических, профессиональных и юридических мер, направленных на восстановление (или компенсацию) нарушенных функций организма и трудоспособности больных и инвалидов. Закон «О реабилитации после болезней и травм» в нашей стране предусматривает гарантированную государством оплату медицинской реабилитации первого уровня и оплату амбулаторного наблюдения и продолжительного стационара для пациентов, нуждающихся в длительном наблюдении при болезни, вызывающей большой социальный риск. Закон «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний» определяет, что права на социальную компенсацию у социально застрахованного лица вступают в силу, если временная потеря трудоспособности, ее частичная или полная потеря или смерть данного лица наступают при следующих обстоятельствах:

* несчастный случай на работе;
* несчастный случай по дороге на работу или с работы в транспорте работодателя;
* профессиональное заболевание.

Реабилитация - это восстановление функций организма, нарушенных в результате перенесенного или врожденного заболевания, операции, травмы. Реабилитация обычно проводится в специальных центрах.

**Виды реабилитации**

Реабилитационные меры могут быть направлены на восстановление физического или психического здоровья пациента. Также важна и социальная реабилитация, включающая социально-бытовую и социально-профессиональную адаптацию. Некоторым пациентам необходима более продолжительная и интенсивная реабилитация, это обусловлено тяжестью перенесенного заболевания.

**Физическая реабилитация**

Пациенту назначают специальные упражнения и тренировочные программы для восстановления утраченных движений в конечностях. Лечебная гимнастика проводится под обязательным руководством опытного кинезиотерапевта. Некоторым пациентам приходится заново учиться ходить. Им назначают различные физиотерапевтические процедуры, активизирующие обмен веществ в мышцах (например, электрофизиотерапевтические процедуры). Врачи определяют, имеется ли необходимость во вспомогательных средствах для облегчения жизни больного.

**Психическая реабилитация**

Логопеды обучают больного говорить. При отсутствии гортани, пациента обучают т.н. пищеводной речи, звуки которой формируются в пищеводе. Также возможно использование различных технических средств для облегчения общения пациента с окружающими.

**Социальная реабилитация**

Социальная реабилитация предоставляется лицам, которые самостоятельно не могут заботиться о себе и не получают ни от кого другого необходимую помощь. Социальная реабилитация полагается лицам после отбывания срока заключения, лицам с проблемами зависимости, бездомным, а также лицам с психическими нарушениями и безработным. Меры социальной реабилитации необходимы для возврата человека к нормальной жизни. Человеку помогают найти работу или переквалифицироваться. К социальной реабилитации также относится организация отдыха пациента и помощь в повседневных жизненных ситуациях.

**Кому нужна реабилитация?**

Реабилитация необходима больным ревматизмом, артритом или хроническими заболеваниями легких, а также после [инфаркта миокарда](https://doktorland.ru/heart-13.html), операций на сердце, операций на межпозвоночных дисках, [после инсульта](https://doktorland.ru/insult_zhizn_posle_insulta.html), тяжелых травм и т.д. Кроме того, реабилитация может помочь пациенту избавиться от болезненного влечения (например, к алкоголю, снотворным препаратам или наркотикам).

**Способы и методы реабилитации**

В зависимости от перенесенного заболевания или травмы применяют различные реабилитационные меры.

**Кинезиотерапия**

Кинезиотерапия - использование движения для восстановления после болезни. Лечебная физкультура применяется для пациентов с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата. Например, при артрозе, заболеваниях межпозвоночных дисков, ревматизме, спастическом параличе, а также при травмах позвоночника. Применением изометрических упражнений пытаются преодолеть атрофию мышц, возникшую вследствие нарушения опорно-двигательного аппарата. Основная цель кинезиотерапии - остановить дальнейшее прогрессирование заболевания. Существуют специальные упражнения лечебной физкультуры, предназначенные для восстановления подвижности определенных суставов. Кинезиотерапевт обучает этим упражнениям пациента, который затем регулярно выполняет их самостоятельно. Некоторым пациентам приходится заново учиться ходить, брать вещи, сидеть.

**Физиотерапия**

Физиотерапия - лечение различных заболеваний с помощью физических методов воздействия, которые способствуют ускорению процесса выздоровления. К этим методам относятся использование света, инфракрасных и ультрафиолетовых лучей, тепла, электрического тока, а также массаж и лечебная физкультура. Кроме того, применяют и водные процедуры. В ваннах с массажным душем используются и лекарственные вещества. Применяются и [грязевые ванны](https://doktorland.ru/gryazelechenie_glinolechenie.html).

**Ежедневный труд**

Пациент заново должен научиться многим движениям: иногда он не может нормально пользоваться различными предметами домашнего обихода, выполнять работу по дому или обращаться с рабочим инструментом. Терапевт по социально-трудовой реабилитации показывает, каким образом пациент, несмотря на немощь, может самостоятельно есть, готовить еду, работать. Если пациенту требуется протез, то врач обучает, как им пользоваться. Во время трудовой терапии пациент, потерявший способность выполнять свою обычную работу, трудится в специальных мастерских и приобретает новые навыки.

**Речевая терапия**

После инсульта, черепно-мозговых травм, менингита и других заболеваний часто нарушается память и центр речи. Пациента заново учат говорить. В некоторых случаях логопед проводит обучение с помощью картинок, а вызываемые ими ассоциации пациент должен выразить словом, так постепенно учат говорить. Иногда больной не способен нормально говорить. В этом случае логопед реабилитационной клиники обучает его другим средствам общения. Например, при удаленной гортани пациента обучают пищеводной речи или языку жестов.

**Помощь психолога**

Особенно большие проблемы возникают у пациентов с болезненным влечением, потому что у них часто отсутствует воля и желание выздороветь. При строгом контроле за таким пациентом физическая зависимость часто исчезает довольно быстро, однако без дальнейшего наблюдения алкоголики, наркоманы или токсикоманы не защищены от быстрого прогрессирования заболевания. Часто консультация психолога необходима не только пациенту, но и членам его семьи. Эффективна работа в группах взаимопомощи, где люди делятся опытом и помогают друг другу. В случае, если пациент избегает или боится контактов с другими людьми, необходима профессиональная помощь психолога или психиатра. Также крайне важна и помощь социального работника, который поможет человеку адаптироваться и найти работу по силам. Кроме того, социальный работник расскажет о предоставляемых льготах и возможностях их получения.

Реабилитация особенно эффективна в том случае, если активное участие в ней принимает сам пациент, таким образом он помогает себе.

**Восстановление после несчастных случаев**

Реабилитационные меры применяются после несчастного случая или при профессиональном заболевании. Трудовая реабилитация включает в себя приобретение новой специальности.

**Профилактический курс реабилитации**

В реабилитационном центре применяется много методов лечения, например, лечебные ванны, [ингаляции](https://doktorland.ru/ingalyaciya.html), лечение минеральными водами и т.д. Об условиях лечения, различных санаториях и предоставляемых услугах можно узнать у своего лечащего врача.

**Кто оплачивает реабилитацию?**

Учреждения социального страхования выплачивают пособие по нетрудоспособности, компенсацию в случае потери трудоспособности или одноразовое пособие, если потеря трудоспособности определена на 10-24% пожизненно. Также оплачиваются лечение, уход, медицинская и профессиональная реабилитация и вспомогательные средства для реабилитации.

**Где проводят реабилитацию?**

Различные клиники и центры медицинской реабилитации обеспечивают пациенту развитие или восстановление его физического, психологического, социального и профессионального потенциала или адаптацию человека к жизни в обществе.

**Реабилитация пациентов с тяжелыми болезнями**

Реабилитация - комплекс мер, направленных на восстановление нарушенных функций организма и трудоспособности больных и инвалидов. Реабилитация проводится также с целью предотвращения развития остаточных явлений. Для этого применяются необходимые реабилитационные меры, в том числе и специфические, проводимые только при некоторых заболеваниях.

Еще в больнице с пациентом связывается работник социальной службы. Он отвечает на все волнующие больного вопросы. Прежде всего врач, социальный работник и пациент решают вопрос о наиболее подходящем для последнего реабилитационном центре. После этого врач выписывает направление. Есть специальные центры, в которых осуществляется реабилитация больных с практически любыми заболеваниями. В них для каждого пациента составляется индивидуальный план лечения, составляющими которого может быть гимнастика, диеты, медикаментозное лечение, консультации психолога и др. Время пребывания пациента в реабилитационном центре 3-4 недели. Если во время последнего осмотра врач делает заключение, что пациент еще не здоров, то лечение продлевается. Врач определяет трудоспособность пациента после реабилитации. Если пациент перенес тяжелое заболевание, его сразу направляют в реабилитационный центр. Позднее лечение продолжается в домашних условиях. Участковый врач может ежегодно направлять больного на восстановительное лечение в санаторий.

**Возвращение на работу**

Страховые компании работают по принципу «лучше реабилитация, чем пенсия». Это значит, что после травмы или тяжелого заболевания человек должен приступить к выполнению своих профессиональных обязанностей. Если из-за перенесенной травмы он не может выполнять прежний объем работ, то нагрузку увеличивают постепенно: сначала человек работает только пару часов в день, через несколько недель время работы увеличивают.

Если после перенесения болезни или травмы трудоспособность человека восстанавливается, но, например, из-за аллергии или инвалидности, он не может выполнять прежнюю работу, то в этом случае ему предоставляется возможность приобрести новую профессию (подбирают ту сферу деятельности, которая ему по силам).

Зарплату выплачивают по листку нетрудоспособности, но лишь до определенного срока. До истечения этого срока человек должен пройти медицинскую комиссию, которая решит вопрос о его трудоспособности. Если человек нетрудоспособен (временно или даже пожизненно), то ему назначают инвалидность. Пациент должен постоянно находиться под наблюдением семейного врача, который следит за его состоянием и работоспособностью.

Неважно, хочет ли человек попасть в реабилитационный центр, переквалифицироваться или получать пенсию по инвалидности, заявление в соответствующую социальную службу он должен написать собственноручно. Каким бы тяжелым ни был случай, врачи не будут искать больного. Правда, есть одно исключение из правил. Если несчастный случай произошел на работе, работодатель должен сообщить об этом в соответствующую инстанцию, которая позаботиться о пострадавшем и примет необходимые меры.