

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «Компас»**

Отделение непрерывного медицинского образования



УТВЕРЖДАЮ

Директор

АНО ДПО «НОЦ «Компас»

М.С. Смирнова

2023 г.

Приказ № 09/11/23/01-ОД от «09» ноября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ВРАЧЕЙ**

«Лечебная физкультура в клинике нервных болезней»

По основной специальности

«Лечебная физкультура и спортивная медицина»

По дополнительной специальности

«Неврология»

Количество часов – 36 зачётных единиц трудоёмкости

г. Саратов

Разработчик программы:

	ФИО	Ученая степень, звание	Квалификация	Занимаемая должность	Место работы
1	Лелюхина Ирина Вячеславовна	Нет	Врач лечебной физкультуры и спортивной медицины	Руководитель отделения непрерывного медицинского образования	АНО ДПО «НОЦ «Компас»

Рецензент:

- Заведующий кафедрой клинической медицины Саратовского медицинского университета «РЕАВИЗ», доктор медицинских наук, профессор, **Трубецков Алексей Дмитриевич**.

Программа принята:

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» (количество часов – 36) принята на заседании Педагогического совета АНО ДПО «НОЦ «Компас» протокол № 44 от «08» ноября 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Лечебная физическая культура (ЛФК) – метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью для восстановления здоровья и трудоспособности организма, предупреждения осложнений и последствий заболевания.

Применение лечебной физкультуры при патологии нервной системы является залогом успешности реабилитационных мероприятий. Высокая пластичность центральной нервной системы больного позволяет путем систематических занятий ЛФК выработать новый динамический стереотип, обуславливающий точность и координацию ответных реакций основных систем организма.

Отличительной особенностью ЛФК от других методов лечения и реабилитации является использование в качестве основного лечебного средства физические упражнения – мощный стимулятор жизненных функций организма. Характерная особенность ЛФК – процесс дозированной тренировки. Используются разнообразные виды общеукрепляющих и развивающих физических упражнений.

Важным в применении средств физической культуры с лечебными и профилактическими целями является разработка показаний и противопоказаний их применения, учитывая функциональное состояние, пол и возраст больного.

Цель освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Лечебная физкультура в клинике нервных болезней» - это совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности, повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Категория обучаемых: врач лечебной физкультуры и спортивной медицины, врач-невролог.

Срок обучения: 2 недели.

Трудоемкость программы - 36 зачётных единиц.

Форма обучения: заочная.

Режим занятий: 3 академических часа в день (1 академический час – 45 минут.)

При успешной аттестации обучающийся получает удостоверение о повышении квалификации (ФЗ № 273 от 29.12.12, установленный образец, третьего вида). Освоение программы необходимо для формирования портфолио с целью дальнейшей аккредитации специалиста.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.1. Требования к результатам освоения дополнительной профессиональной программы «Лечебная физкультура в клинике нервных болезней»

Программа разработана на основании утверждённого профессионального стандарта.

Код ПС	Наименование профессионального стандарта	Реквизиты приказа Минтруда России	Код трудовой функции	Специальность	Должности
02.039	Специалист по медицинской реабилитации	№ 572н от 03.09.2018	3.4.2.	Лечебная физкультура и спортивная медицина	Врач лечебной физкультуры и спортивной медицины
02.046	Врач-невролог	№ 51н от 29.01.2019	3.1.2.	Неврология	Врач-невролог

Целевой аудиторией программы являются специалисты в области Лечебной физкультуры и спортивной медицины, которым необходимо совершенствовать профессиональную компетенцию на основе трудовой функции 3.4.2. «Назначение лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях».

2.2. В результате освоения программы обучающийся должен:

Знать	Порядок организации медицинской реабилитации, порядок оказания медицинской помощи пациентам по профилям заболеваний и (или) состояний, в связи с развитием которых назначена лечебная физкультура Стандарты первичной специализированной медико-санитарной помощи, специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи при заболеваниях и (или) состояниях, в связи с развитием которых назначена лечебная физкультура Клинические рекомендации (протоколы лечения) по вопросам оказания медицинской помощи пациентам с заболеваниями и (или) состояниями, в связи с развитием которых назначена лечебная физкультура Средства и методы лечебной физкультуры, применяемые для пациентов с различными заболеваниями или состояниями Патогенез и саногенез заболеваний, при которых применяется лечебная физкультура Механизм воздействия лечебной физкультуры на организм человека при заболеваниях и (или) состояниях на различных этапах оказания помощи Принципы назначения, механизмы действия, медицинские показания и противопоказания к назначению средств лечебной физкультуры
Уметь	Разрабатывать план применения лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи Обосновывать применение лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи Определять последовательность применения лечебной физкультуры у пациентов с заболеваниями и (или) состояниями в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи Назначать лечебную физкультуру при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи, анализировать действие лекарственных препаратов и (или) медицинских изделий Проводить мониторинг эффективности и безопасности применения лечебной физкультуры у пациентов с заболеваниями и (или) состояниями

Иметь навыки	Разработки плана применения лечебной физкультуры с заболеваниями и состояниями в зависимости от этапа медицинской реабилитации в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи
	Интерпретация данных, полученных при консультировании пациента врачами-специалистами мультидисциплинарной реабилитационной бригады, данных лабораторных, инструментальных и клинических исследований с целью получения представления о степени нарушения различных функций, структур организма, жизнедеятельности пациента (активности, участия, влияния факторов окружающей среды) вследствие заболевания и (или) состояния
	Формулирование задач лечебной физкультуры на весь период пребывания пациента в медицинской организации
	Назначение средств и методов лечебной физкультуры в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи
	Профилактика или лечение осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате проведения лечебной физкультуры

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела (модуля)	Всего, час./зет	В том числе			
			Лекции, час.	Практические. Лабораторные. Семинары. Консультации. Зачеты. Экзамены, час.	СР/Практическая подготовка	Форма контроля
1	Особенности лечебной физкультуры в клинике нервных болезней	3	2.5	0.5	0	Тест
2	Лечебная физкультура при заболеваниях нервной системы	30	29	1	0	Контрольная работа
2.1.	Травмы нервной системы	4				
2.2.	Заболевания позвоночника	4				
2.3.	Мотонейропатии	4				
2.4.	Болезнь Бехтерева	1				
2.5.	Болезнь Паркинсона	1				
2.6.	Миастения	2				
2.7.	Рассеянный склероз	2				
2.8.	Амиотрофический боковой склероз	2				
2.9.	Сирингомиелия	2				
2.10.	Параличи	4				
2.11.	Повреждения периферических нервов	3				
3	Итоговая аттестация	3	0	3	0	Тест
	ИТОГО:	36	31,5	4,5	0	

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование раздела (модуля)	Всего, час./зет по учебному плану	1 неделя	2 неделя	Всего выполнено часов
1	Особенности лечебной физкультуры в клинике нервных болезней	3	3	0	3
2	Лечебная физкультура при заболеваниях нервной системы	30	15	15	30
3	Итоговая аттестация	3	0	3	3
	ИТОГО нагрузка:	36	18	18	36

5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

5.1. Рабочая программа раздела 1. Особенности лечебной физкультуры в клинике нервных болезней.

Задачи: — сформировать объем базовых, фундаментальных медицинских знаний, формирующих профессиональные компетенции врача по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина».

Планируемые результаты:

Знать:

- порядок организации медицинской реабилитации, порядок оказания медицинской помощи пациентам по профилям заболеваний и (или) состояний, в связи с развитием которых назначена лечебная физкультура;
- стандарты первичной специализированной медико-санитарной помощи, специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи при заболеваниях и (или) состояниях, в связи с развитием которых назначена лечебная физкультура;
- клинические рекомендации (протоколы лечения) по вопросам оказания медицинской помощи пациентам с заболеваниями и (или) состояниями, в связи с развитием которых назначена лечебная физкультура;
- средства и методы лечебной физкультуры, применяемые для пациентов с различными заболеваниями или состояниями.

Уметь:

- разрабатывать план применения лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- обосновывать применение лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- определять последовательность применения лечебной физкультуры у пациентов с заболеваниями и (или) состояниями в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи.

Иметь навыки:

- разработки плана применения лечебной физкультуры с заболеваниями и состояниями в зависимости от этапа медицинской реабилитации в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- Назначение средств и методов лечебной физкультуры в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи.

Тематический план

Код	Наименование тем
1.	Особенности лечебной физкультуры в клинике нервных болезней

Содержание раздела

• Особенности лечебной физкультуры в клинике нервных болезней. Нервная система. Двигательные центры. Параличи и парезы. Реабилитационные мероприятия. Лечебная физкультура. Массаж.

5.2. Рабочая программа раздела 2. Лечебная физкультура при заболеваниях нервной системы.

Задачи: — Овладение врачом систематизированными знаниями по лечебной физкультуре, необходимыми для эффективной работы в области физической реабилитации пациентов с различными видами патологий.

Планируемые результаты:

Знать:

- Патогенез и саногенез заболеваний, при которых применяется лечебная физкультура;
- Механизм воздействия лечебной физкультуры на организм человека при заболеваниях и (или) состояниях на различных этапах оказания помощи;
- Принципы назначения, механизмы действия, медицинские показания и противопоказания к назначению средств лечебной физкультуры.

Уметь:

- Обосновывать применение лечебной физкультуры при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- Определять последовательность применения лечебной физкультуры у пациентов с заболеваниями и (или) состояниями в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- Назначать лечебную физкультуру при заболеваниях и (или) состояниях в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи, анализировать действие лекарственных препаратов и (или) медицинских изделий;
- Проводить мониторинг эффективности и безопасности применения лечебной физкультуры у пациентов с заболеваниями и (или) состояниями.

Иметь навыки:

- Разработки плана применения лечебной физкультуры с заболеваниями и состояниями в зависимости от этапа медицинской реабилитации в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- Интерпретация данных, полученных при консультировании пациента врачами-

специалистами мультидисциплинарной реабилитационной бригады, данных лабораторных, инструментальных и клинических исследований с целью получения представления о степени нарушения различных функций, структур организма, жизнедеятельности пациента (активности, участия, влияния факторов окружающей среды) вследствие заболевания и (или) состояния;

- Формулирование задач лечебной физкультуры на весь период пребывания пациента в медицинской организации;
- Назначение средств и методов лечебной физкультуры в соответствии с порядком организации медицинской реабилитации, с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи;
- Профилактика или лечение осложнений, побочных действий, нежелательных реакций, в том числе серьезных и непредвиденных, возникших в результате проведения лечебной физкультуры.

Тематический план

Код	Наименование тем
2.	Лечебная физкультура при заболеваниях нервной системы
2.1.	Травмы нервной системы
2.2.	Заболевания позвоночника
2.3.	Мотонейропатии
2.4.	Болезнь Бехтерева
2.5.	Болезнь Паркинсона
2.6.	Миастения
2.7.	Рассеянный склероз
2.8.	Амиотрофический боковой склероз
2.9.	Сирингомиелия
2.10.	Параличи
2.11.	Повреждения периферических нервов

Содержание раздела

- *Травмы нервной системы.* Травмы головного мозга. Травмы позвоночника и спинного мозга. Сосудистая эпилепсия.
- *Заболевания позвоночника.* Остеохондроз позвоночника. Дискогенные радикулиты. Пояснично-крестцовый радикулит.
- *Мотонейропатии.* Невралгия затылочных нервов. Невралгия тройничного нерва. Неврит лицевого нерва. Плечевая невралгия. Невралгия межреберных нервов. Неврит солнечного сплетения. Неврит локтевого нерва. Неврит лучевого нерва. Неврит срединного нерва. Неврит большеберцового нерва. Неврит малоберцового нерва. Неврит бедренного нерва. Невралгия (вегетативная) седалищного нерва. Полиневриты.
- *Болезнь Бехтерева.* Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Болезнь Паркинсона.* Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Миастения.* Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Рассеянный склероз.* Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Амиотрофический боковой склероз.* Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Сирингомиелия.* Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Параличи.* Спастические параличи. Лечебная гимнастика. Методика массажа. Вялые параличи. Лечебная гимнастика. Методика массажа.
- *Повреждения периферических нервов.* Лечебная гимнастика. Методика массажа. Дистракционные методы лечения.

6. ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура. Учебник. – М: КноРус. 2023
2. Яковлев А.А. Лечебная физкультура для пациентов с полинейропатиями – Екатеринбург: Ridero. 2019
3. Яковлев А.А. Лечебная физкультура для пациентов с нервно-мышечными заболеваниями - Екатеринбург: Ridero. 2019
4. Яковлев А.А. Лечебная физкультура при болезни Паркинсона - Екатеринбург: Ridero. 2019
5. Яковлев А.А. Лечебная физкультура и кинезиотерапия в системе нейрореабилитации - Екатеринбург: Ridero. 2019
6. Яковлев А.А. Лечебная физкультура для пациентов с рассеянным склерозом - Екатеринбург: Ridero. 2019
7. Яковлев А.А. Лечебная физкультура для пациентов с заболеваниями позвоночника - Екатеринбург: Ridero. 2019

Дополнительная литература

1. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001
2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина – М: Медицина. 1999
3. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура и массаж учебник / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Гэотар-Медиа, 2013.
4. Клинические аспекты спортивной медицины [Текст] : руководство / ред. В. А. Маргазин. – Санкт Петербург : СпецЛит, 2014.
5. Медицинская реабилитация [Текст] : учебник / ред. А. В. Епифанов, Е. Е. Ачкасов, В. А. Епифанов. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015.
6. Физическая и реабилитационная медицина: национальное руководство. / ред. Г. Н. Пономаренко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016.

7. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Обучение по дополнительной профессиональной образовательной программы повышения квалификации осуществляется с применением ДОТ и ЭО. Для реализации этого Центр располагает платформой для корпоративного обучения, которая соответствует всем критериям электронной информационно-образовательной среды, позволяя решить вопрос идентификации личности при подтверждении результатов обучения и осуществлять образовательный процесс. При этом используется следующий порядок идентификации слушателей. Системный администратор формирует личные кабинеты слушателей на основе приказа о зачислении. Каждый слушатель на адрес электронной почты, указанный при регистрации на Портале НМФО, получает логин и пароль, который необходимо изменить при первом посещении личного кабинета. После этого слушатель получает доступ к учебным материалам. Электронные учебные материалы включают в себя лекции, экспертную информацию, клинические случаи. Такой подход обеспечивает индивидуальный темп обучения. Учебные материалы доступны слушателям в любое время, они сами могут выбрать время и объём изучаемых материалов.

Кадровые условия.

Образовательная программа обеспечена преподавательским составом:

	ФИО	Высшее образование	Аккредитация специалиста	Учёная степень, научное звание
1	Лелюхина Ирина Вячеславовна	Диплом ТВ № 030439	2022.42655330	Нет

8. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация по Разделам 1, 2, и итоговая аттестация проходят в форме тестирования.

Лица, освоившие дополнительную профессиональную программу повышения квалификации и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают удостоверение о повышении квалификации (ФЗ № 273 от 29.12.12, установленный образец, третьего вида).

9. ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]

10. КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Раздел 1. Особенности лечебной физкультуры в клинике нервных болезней.

1. К основным принципам физической реабилитации относятся:

- 1) диспансерное наблюдение
- 2) позднее начало
- 3) раннее начало

2. Для лечебной физкультуры характерны все перечисленные черты, исключая:

- 1) активность больного в процессе лечения
- 2) метод специфической терапии
- 3) метод общетренирующей терапии

3. Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде:

- 1) исключаются активные движения головой во все стороны
- 2) исключаются статические дыхательные упражнения
- 3) исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление

4. Данные функциональные тесты используются в ЛФК:

- 1) антропометрия
- 2) гониометрия
- 3) плантография

5. Блокирование позвоночника это:

- 1) ограничение подвижности по отношению к вертикальной оси
- 2) ограничение подвижности по отношению к горизонтальной оси
- 3) обратимое ограничение его подвижности в двигательном сегменте

Критерии выставления оценок за тест:

- Оценка «5» - 5 правильных ответов;
- Оценка «4» - 4 правильных ответа;
- Оценка «3» - 3 правильных ответа;
- Оценка «2» - менее 3 правильных ответов.

Раздел 2. Лечебная физкультура при заболеваниях нервной системы.

1. Методика массажа при травматических повреждениях позвоночника в постиммобилизационном периоде включает все перечисленное, кроме:

- 1) основные приемы классического массажа мышц спины вне очага поражения
- 2) энергичный массаж зоны травмы
- 3) легкие сегментарно-рефлекторные воздействия на паравертебральные зоны пораженного отдела позвоночника

2. Упражнения с сопротивлением позволяют воздействовать на мышечные группы

- 1) сгибателей
- 2) разгибателей
- 3) всех перечисленных групп мышц

3. Реабилитационный комплекс для снятия спастичности мышц при травме спинного мозга или при инсультах включают все, кроме:

- 1) интенсивный массаж мышц туловища
- 2) лечение положением
- 3) точечный массаж

4. Массаж при неврите лицевого нерва проводится:

- 1) легкий пораженной стороны, здоровой стороны лица и воротниковой зоны
- 2) массаж воротниковой зоны

3) глубокий пораженной стороны

5. К специальным упражнениям для повышения вестибулярной устойчивости у больных с поражением центральной нервной системы относится все перечисленное, кроме:

- 1) упражнения на координацию движений+
- 2) уменьшение площади опоры
- 3) корригирующие упражнения

Критерии выставления оценок за тест:

- Оценка «5» - 5 правильных ответов;
- Оценка «4» - 4 правильных ответа;
- Оценка «3» - 3 правильных ответа;
- Оценка «2» - менее 3 правильных ответов.

11. КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Для снижения мышечного тонуса при спастических параличах используются приемы массажа, кроме:

- 1) поверхностное поглаживание и вибрация
- 2) глубокое поглаживание
- 3) разминание

2. Двигательные расстройства при неврите локтевого нерва проявляются:

- 1) снижением мышечной силы 1—3 пальцев руки
- 2) положение кисти в виде «птичий лапы»
- 3) «свисающей кисти»

3. При спастических параличах в ранний восстановительный период специальными являются физические упражнения:

- 1) пассивные
- 2) на координацию движений и равновесие
- 3) на точность движений

4. Комплекс упражнений лечебной физкультуры должен:

- 1) состоять только из специальных упражнений
- 2) начинаться с простых упражнений с постепенным введением более сложных
- 3) состоять из вводной и основной частей

5. В острую и подострую стадии поясничного остеохондроза применяются специальные упражнения

- 1) в разгибании поясничного отдела позвоночника
- 2) направленные на вытяжение позвоночника по оси
- 3) на укрепление мышц живота и спины

6. К упражнениям малой интенсивности относятся:

- 1) приседание в среднем темпе
- 2) ходьба со скоростью 90 шагов в минуту
- 3) пронация и супинация предплечья

7. Действия врача лечебной физкультуры при первичном осмотре включают все перечисленное, кроме:

- 1) подбора лекарственных средств
- 2) ознакомления с диагнозом заболевания
- 3) подбора средств ЛФК и их дозировка

8. В остром периоде шейного остеохондроза назначают упражнения:

- 1) идеомоторные на верхние конечности
- 2) на расслабление мышц плечевого пояса и дыхательные
- 3) пассивные для шейного отдела позвоночника

9. Специальные упражнения при гемипарезах включают:

- 1) укрепление парализованных и расслабление спастически сокращенных мышц
- 2) укрепления мышечного корсета позвоночника
- 3) улучшения координации в ходьбе

10. Специальные физические упражнения для руки при неврите лучевого нерва включают все, кроме:

- 1) активно в суставах руки
- 2) пассивно в суставах кисти
- 3) пассивно в суставах локтя

11. При невритах периферических нервов конечностей применяются все, кроме:

- 1) лечение «положением» конечности
- 2) упражнения на расслабление мышц
- 3) статические упражнения

12. Наиболее эффективными видами упражнений при неврите лучевого нерва являются:

- 1) прыжки
- 2) бег
- 3) гимнастические упражнения

13. Задачи лечебной гимнастики при миастении являются:

- 1) нормализация функции поджелудочной железы
- 2) обучение расслаблению мышц ног
- 3) профилактика легочных осложнений

14. К упражнениям на координацию относятся:

- 1) метание в цель
- 2) дыхательные упражнения
- 3) упражнения на расслабление

15. Лечебная гимнастика у больных с миастенией включает:

- 1) упражнения на расслабление
- 2) упражнения для мышц шеи, глаз, туловища
- 3) упражнения на балансировании

16. К специальным упражнениям ЛФК у больного с черепно-мозговой травмой относятся:

- 1) метание в цель
- 2) дыхательные
- 3) упражнения на расслабление

17. При неврите лицевого нерва применяются все, кроме:

- 1) упражнения для мышц шеи, глаз, туловища
- 2) активные упражнения для мимической мускулатуры
- 3) упражнения на расслабления мышц лица

18. Выберите, что относится к формам ЛФК:

- 1) массаж
- 2) контрастное закаливание
- 3) механотерапия

19. Механизм лечебного действия физических упражнений:

- 1) физические упражнения формируют специальные мышечные рефлексy
- 2) физические упражнения оказывают универсальное действие
- 3) расслабляющий

20. Больному остеохондрозом пояснично-крестцового отдела позвоночника рекомендуются:

- 1) с целью укрепления мышц спины занятия борьбой, боксом в спортивной секции
- 2) длительная фиксация рабочей позы в течение рабочего дня
- 3) лечебная гимнастика, утренняя гигиеническая гимнастика

Критерии выставления оценок за ответы на тест:

- Оценка «5» - 18-20 правильных ответов;
Оценка «4» - 17-18 правильных ответов;
Оценка «3» - 15-16 правильных ответов;
Оценка «2» - менее 15 правильных ответов.

Разработчик

И.В. Лелюхина

