Реабилитация после инсульта.

В настоящее время инсульт «молодеет» и часто поражает людей в трудоспособном возрасте. Острые нарушения мозгового кровообращения (инсульты) являются одной из наиболее частых причин инвалидности и смертности. Из 100 больных, перенесших инсульт, в первые 3- 4 недели умирает 35-40 человек. Из переживших инсульт к трудовой деятельности возвращается не более 10–12%, а 25–30% остаются до конца жизни инвалидами.

Инсульт - это нарушение процесса кровообращения в одном или множестве участков головного мозга. Выделяют два различных типа инсульта – ишемический (сужение, частичное или полное закупоривания артерии) и геморрагический (повреждение или полный разрыв сосуда). Симптомами инсульта, при которых жизненно важно немедленно вызвать бригаду скорой помощи, являются: внезапная слабость и/или онемение мышц лица и/или конечностей, как правило, на одной стороне тела, затруднённая речь, резкое падение зрения (на один или оба глаза), пульсирующая головная боль, головокружение, беспричинное нарушение координации движений.

Важно запомнить: чем быстрее будет оказана медицинская помощь при инсульте, тем выше шансы сохранить головной мозг, а зачастую и жизнь пациента. Максимально эффективное время экстренной терапии - 3-6 часов от первого проявления заболевания. По прошествии этого периода изменения в пострадавших участках головного мозга могут стать необратимыми. К наиболее частым последствиям инсульта относят частичный или полный паралич, речевые нарушения, проблемы координации. Чем раньше пациенту будет оказана первая помощь, тем с меньшим количеством нарушений он столкнется. Особая роль восстановления нарушенных функций отводится реабилитации. Реабилитационные мероприятия начинаются уже в блоке интенсивной терапии. В первую очередь необходимо определить, насколько нарушены способности пациента глотать, говорить, ходить, выполнять обычные повседневные действия. Достичь максимального клинического эффекта реабилитации возможно лишь прибегнув к помощи опытных специалистов. Специалисты - реабилитологи внимательно изучают причины и клиническую картину заболевания у каждого пациента, анализируют степень повреждения головного мозга и нарушения основных функций, оценивают тяжесть послеинсультного состояния. После этого разрабатывается индивидуальная схема лечения и курс восстановления с предварительным планированием длительности каждого этапа. В период, когда пациент находится в лежачем положении, реабилитация заключаются в систематическом переворачивании, специализированном противопролежневом массаже и проведению дыхательной гимнастики. Необходимо постоянно разговаривать с пациентом даже при отсутствии у него выраженной реакции на речь: пассивное слушание активизирует внимание, постепенно возвращается понимание речи. В период, когда пациент уже может совершать некоторый объём движений, больному проводится пассивные движения, гимнастика, массаж, физиотерапия. Специалисты - реабилитологи занимаются устранением нарушения речи и восстановлением памяти пациента. Третий этап — период поздней реабилитации: период активного восстановления двигательных, умственных, психических, эмоциональных функций и навыков. Пациент уже может самостоятельно заниматься гимнастикой, пытается сидеть в постели и вставать с неё. На данном этапе важную роль играет эрготерапия (лечение трудом - мероприятия, направленные на развитие мелкой ручной моторики), занятия с логопедом и психологом.

Больному важно осознавать, что восстановление после любого инсульта, не должно заканчиваться. Начатые в стационаре реабилитационные мероприятия должны продолжаться в санатории, в поликлинике и дома с помощью родных и близких. Кратковременные ежедневные процедуры не только помогут вернуть былые навыки и качества, но и предотвратят новые инсультные атаки. Сколько времени займет период восстановления? Это зависит от того, какая именно часть мозга повреждена, насколько обширна область повреждения. Кроме того, большую роль играет возраст и наличие сопутствующих заболеваний. Очень важны усилия самого пациента, а также поддержка членов семьи и друзей. У некоторых больных период восстановления после перенесенного инсульта происходит в течение первых 3-4 месяцев, у других пациентов это занимает от 1 года до 2-х лет.  
Успех восстановления утраченных после инсульта функций у пациента во многом зависит от регулярности занятий, поэтому медицинский персонал и родственники должны неуклонно и упорно побуждать пациента систематически заниматься подобранными для него физическими упражнениями. Он также должен быть уверен, что окружающие его люди сделают все от них зависящее, чтобы содействовать его выздоровлению. Пациент должен использовать каждый, даже малейший шанс вернуться к нормальной жизни, выполняя максимальное количество действий без помощи медицинского персонала. Грамотная комплексная медицинская программа позволяет пациенту вернуться к привычному образу жизни.

**Берегите себя и своих близких!**

Костарева А.Л.

Гл. специалист (эксперт) филиала по Восточному УО

ТФОМС Свердловской области