

Телереабилитация – новое слово в восстановительной медицине.

Это просветительская статья для людей, которые получили травму, требующую серьезных восстановительных процедур, пациентов, ставших жертвами инсульта, а также родственников, на плечи которых в ряде случаев ложится ноша ухода, помощи и поддержки близкому человеку.

Что испытывает человек, который только вчера вел активную жизнь, строил планы, решал текущие задачи, и вдруг неожиданно для себя оказался в ситуации серьезного недуга, или получил травму, ограничившую его подвижность? Прежде всего он испытывает сильную растерянность, если не панику. Это первая реакция организма в рамках инстинкта самосохранения. Где-то в глубине души еще теплится надежда, что все обойдется, однако очень быстро голос разума подсказывает, что сама собой ситуация не решится и нужно принимать активные меры по восстановлению здоровья. И пострадавший человек, или его родственники начинают искать все возможные пути лечения. В век современных технологий у любого из нас есть возможность найти массу информации о причинах заболевания, его особенностях, способах лечения, профилактике и т.д. Однако, есть одно «но». Часто информация черпается из непроверенных источников, полученные советы противоречат один другому, даются ложные отзывы несуществующих людей, чтобы продать «чудодейственный» препарат. В итоге складывается ощущение хаоса, беспомощности и растерянность только возрастает.

Первое, что нужно делать в этой ситуации – взять себя в руки, категорически отставить в сторону все панические настроения и домыслы. Второе – четко следовать указаниям лечащего врача и не заниматься самолечением. Важно понимать, что тяжелые травмы или перенесенный инсульт требуют длительной и кропотливой реабилитации. И бывают ситуации, когда особенность состояния пациента и течение заболевания не позволяют быстро увидеть прогресс. В этих случаях отсутствие отрицательной динамики – это уже большое достижение. Важно не опускать руки.

Реабилитация – это комплекс медицинских, педагогических, психологических и иных видов мероприятий, направленных на максимально возможное восстановление или компенсацию нарушенных или полностью утраченных, в результате болезни или травмы, нормальных психических и физиологических функций (потребностей) человеческого организма, его трудоспособности. Ключевое слово здесь – комплекс. Поэтому из всех возможных вариантов клиник, санаториев, реабилитационных центров имеет смысл выбирать те, в которых есть возможность прохождения в одном месте всех необходимых восстановительных мероприятий. Кроме того, процесс реабилитации продолжится и после выписки пациента из клиники домой. И здесь важное значение приобретает качество выполняемых занятий. Врач больше не имеет возможности наблюдать за правильностью выполнения назначенных упражнений, так же как не видит, занимается ли пациент вообще. Врачи не меньше своих клиентов заинтересованы в полном восстановлении утраченных функций пациента. В связи с этим особенно актуальным становится направление телемедицины и, в частности, телереабилитации. Телемедицина – относительно новое направление медицины, основанное на применении современных коммуникационных и цифровых технологий для оказания удаленной медицинской помощи и проведения консультаций. На сегодняшний день городская больница №40 курортного района - одна из немногих клиник города и области, где у пациентов есть возможность прохождения максимального количества реабилитационных мероприятий. Кроме того, наше медицинское учреждение оснащено собственной службой

телемедицины и телереабилитации. Эта служба обеспечивается за счет имеющейся в клинике инновационной медицинской системы Nabilect. Этот комплекс позволяет проводить успешное восстановление после травм и инсультов у пациентов, которые не имеют возможности проходить необходимые процедуры на территории клиники. Как правило, пациенты знакомятся с системой Nabilect еще находясь в лечебном учреждении. Начальный курс реабилитации проходит под постоянным наблюдением врача, который отслеживает объем движений, положение центра тяжести и т.д. – чтобы знать о малейших изменениях и физических возможностях пациента. При выписке из клиники большинство пациентов выражает желание продолжить занятия с использованием комплекса на дому, т.к. видят положительную динамику в восстановлении и знают, что смогут продолжить занятия самостоятельно без потери качества выполнения. Комплекс для домашней реабилитации H.Patient представляет собой бесконтактный сенсор и миниатюрный мощный компьютер. От пациента нужно наличие дома TV и подключение к сети интернет, чтобы данные собирались в облачном хранилище и моментально отправлялись врачу. На домашний комплекс заранее устанавливается прописанная врачом программа занятий, достаточно просто включить систему, и она тут же готова к работе. В комфортной обстановке и в удобное время пациенты самостоятельно продолжают занятия, начатые совместно с врачом в лечебном учреждении, без потери качества выполнения.

Система не требует обучения пациента, помогает правильно выполнять задания за счет подсказок, поощрений и всегда доступной подробной инструкции, как делать упражнение. Комплекс дает возможность видеть и контролировать силу, амплитуду своих движений и замечает даже самые небольшие изменения, без установки дополнительных датчиков на теле. Это помогает значительно ускорить процесс реабилитации. Пациент может выбрать вариант выполнения упражнений (БОС или игра) в рамках назначенного врачом курса, что увеличивает мотивацию и интерес к занятиям. У пациентов отсутствует страх перед занятиями и даже пациенты с серьезными нарушениями движений могут заниматься самостоятельно (т.к. нет мешающих устройств на теле, неустойчивых платформ, проводов и т.д.). Кроме того, комплекс легко установить даже в небольшом помещении. Система предусматривает постоянный контроль врача за занятиями любого количества дистанционных пациентов, без необходимости выездов на дом.

Система Nabilect способна оказать существенную помощь в эффективном восстановлении двигательных дисфункций как детей, так и взрослых.

По результатам проведенных независимых исследований в детских медицинских центрах специалисты по реабилитации отмечают улучшение психоэмоционального состояния у детей благодаря игровой форме упражнений и, как результат – уменьшение утомляемости на занятии ЛФК и повышение интереса к лечебной гимнастике.

После апробации систем Nabilect в медицинских центрах у взрослых пациентов зрелого и пожилого возраста врачи-физиотерапевты и специалисты по реабилитации отмечают увеличение объема движений, улучшение мышечно-суставного чувства. Комплекс способствует более эффективной реабилитации больных после длительной иммобилизации верхних и нижних конечностей. Также, благодаря наличию игр, у пациентов активизируются проприорецепторы, что способствует переключению патологической доминанты, повышается мотивация больного.

Благодаря комплексу H. Patient пациенты, проживающие в любом населенном пункте, независимо от их удаленности, получают возможность полноценных восстановительных

занятий. Информацию о всех возможностях комплекса Habilest можно получить у своего лечащего врача или у специалистов городской больницы №40 курортного района.

Заместитель главного врача по реабилитации СПб ГБУЗ «Городская больница № 40»
Главный внештатный специалист по медицинской реабилитации и санаторно-курортному
лечению Комитета Здравоохранения Санкт-Петербурга

Сарана А.М.

