

УДК 796:616-001-036.82

А. В. Кравчук

Учреждение образования
«Гродненский государственный медицинский университет»
г. Гродно, Республика Беларусь

МЕДИЦИНСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ТРАВМ

Введение

Занятия физической культурой и спортом наряду с многообразными положительными воздействиями нередко сопровождаются различными травмами. Повреждением или травмой называют воздействие на организм человека внешнего фактора, нарушающего строение и целостность тканей, а также нормальное течение физиологических процессов. Спортивная травма – это травма, полученная при занятиях спортом. Травмоопасными являются все виды спорта, и для каждого характерны те или иные виды повреждений [3, с. 3]. По данным литературных источников, спортивные травмы составляют от 2–3 % до 5–6% всех травм [1, с. 282]. Вопросами полного или частичного восстановления потерянных возможностей организма или компенсацией нарушенной и потерянной функции здоровья спортсмена занимается медицинская реабилитация [2, с. 6, 7].

Цель

Проанализировать и оценить значимость медицинской реабилитации спортивных травм.

Материал и методы исследования

В ходе выполненной работы были проведены анализ научных статей, диссертаций, структурирование полученной информации и формулировка выводов.

Результаты исследования и их обсуждение

Профессиональная медицинская реабилитация предусматривает решение целого комплекса важнейших задач: 1) устранение нарушений физиологических функций; 2) восстановление психологического статуса пациента – его мотивация; 3) возвращение социальных и профессиональных функций; 4) активизация функциональных резервов организма и саногенетических возможностей. Если травма оказалась слишком серьезной и полное восстановление функции пораженного участка невозможно, восстановление будет направлено на замедление прогрессирования заболевания, компенсацию нарушенных функций и купирование патологического процесса. Срок реабилитации пациента, получившего спортивную травму, зависит от сложности полученной травмы: 1) легкие – с невысокой потерей функции – до 10 суток; 2) средней тяжести – несут явную потерю функции – от 10 до 30 суток; 3) тяжелые – несут ярко выраженную потерю спортивной функции – от 30 суток и более. Реабилитация некоторых травм может занимать несколько месяцев и даже лет [4]. В соответствии с периодами течения восстановительных процессов в организме медицинская реабилитация должна состоять из нескольких этапов, последовательность которых в каждом конкретном случае может отличаться:

1. Госпитальный этап (районная, городская, областная больница) начинается с момента поступления больных в лечебное учреждение в остром периоде заболевания. Реабилитационные мероприятия направлены на восстановление (реституцию) здоровья больного. Раннее начало проведения реабилитационных мероприятий во многом обеспечивает более благоприятное течение и результат заболевания, вторичную профилак-

тику инвалидности. Используют комбинированные методы лечения, учитывая общее и местное действия, что предоставляет возможность оптимизировать течение восстановительных процессов в органах и тканях с учетом состояния реактивности организма. Реабилитационные мероприятия предусматривают применение медикаментозных средств (поддерживающей, адаптационной, противорецидивной фармакотерапии), косметической и восстановительной хирургии, аппаратной физиотерапии, кинезотерапии (лечебной гимнастики и физкультуры, механотерапии и физических тренировок), комплиментарной (гомеопатии, фито-, рефлекс- и мануальной терапии) и диетотерапии, которые существенно повышают эффективность и сокращают сроки проведения восстановительного лечения.

2. Амбулаторно-поликлинический этап (поликлиники, поликлинические отделения, медико-санитарные части, медицинские центры) направлен на регенерацию и компенсацию нарушенных функций. Этот этап сегодня все чаще определяют как «городской санаторий», необходимость создания которого уже давно назрела. Организация и развитие системы «городских санаториев» дали бы возможность проводить реабилитацию больных, лиц преклонного возраста, а также работающий контингент без отрыва от производства в удобное для них время с проживанием в домашних условиях, что является экономически выгодным.

3. Санаторно-курортный этап (санатории специализированные и общего типа, профилактории, дома отдыха и т. д.) обеспечивает предупреждение рецидивов, закрепление (консолидацию) ремиссии, восстановление адаптационных резервов организма (реадаптацию).

4. Бытовая реабилитация (оздоровительные центры, спортивно-оздоровительные секции, группы общефизической и специальной (спортивной) подготовки и др.) – этап «непрерывной (перманентной) реабилитации», целью которой является расширение физиологических резервов организма, профилактика функциональных расстройств, коррекция и предупреждение возникновения нарушений физической работоспособности. Широкое применение реабилитационных мероприятий для профилактики и на ранних этапах развития заболеваний (при функциональных отклонениях или нарушениях) является дальнейшим развитием профилактического направления в медицине и отражает его положение об индивидуальном и общественном здоровье. Оно является развитием системы физического здоровья человека как фундамента психического и социального здоровья («в здоровом теле – здоровый дух») на фоне правильного формирования навыков физических упражнений и потребностей в них, что близко по существу к таким оздоровительным физическим системам, как китайская гимнастика, индийская йога и им подобным. Их применение в бытовых и производственных условиях необходимо сочетать с другими методами лечебно-профилактической направленности, которые обеспечивают синергизм действия [2, с. 13,14].

Заключение

Все вышесказанное дает возможность говорить о том, что медицинская реабилитация больных и пострадавших от спортивных травм является одной из актуальных, значимых и современных направлений развития здравоохранения в мире. Для формирования системы медицинской реабилитации необходима организационная основа, от создания соответствующей законодательной базы до формирования реабилитационных учреждений и подготовки специалистов профильными кафедрами. Приоритетным направлением реабилитации является раннее и широкое применение всего комплекса реабилитационных мероприятий на всех ее этапах – госпитальном, амбулаторно-поликлиническом,

санаторнокурортном, а также в повседневных условиях. Экономически оправданным является расширение реабилитации в сторону развития системы профилактических мероприятий с внедрением новых методов [2, с. 16].

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Здоровоохранение в Республике Беларусь: офиц. стат. сб. за 2014 г. – Минск: ГУ РНМБ, 2015. – 282 с.
2. Медицинская реабилитация в спорте: Руководство для врачей и студентов / Под общ. ред. В. Н. Сокрыта, В. Н. Казакова. – Донецк: «Каштан», 2011. – С. 6–16.
3. Предпосылки возникновения первичной спортивной травмы в различных группах видов спорта: практ. пособие / А. С. Ясюкевич [и др.]; РНПЦ спорта. – Минск: РНПЦ спорта, 2017. – С. 3
4. Реабилитация после спортивных травм [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://impuls24.com.ua/lechenie-i-reabilitatsija-sportivnyh-travm/>. – Дата доступа: 16.10.2024.

УДК 81'243:378.6.026.6

И. Ю. Моисеенко

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СОЗДАНИЮ СИТУАЦИИ УСПЕХА В ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

Введение

Задача преподавателя – стремиться создавать такие условия на занятии, чтобы каждый студент имел возможность заниматься успешно и получать высокую оценку своей деятельности. Для повышения мотивации студентов можно использовать свежие статьи из газет, аудиозаписи песен и интервью с известными людьми, видеоролики реальных событий, ролевые игры, театрализованные постановки. Интерес является главной движущей силой познавательной деятельности.

Цель

Выявить наиболее эффективные пути организации учебно-познавательной деятельности студентов для создания ситуации успеха на занятиях английского языка.

Материал и методы исследования

Используемые методы – аналитический и описательный.

Результаты исследования и их обсуждение

Успешное развитие умения читать, говорить или понимать со слуха невозможно без прочных знаний и умений в области лексики, ибо с ее помощью происходит прием и передача информации. В связи с этим на занятиях должно уделяться серьезное внимание работе над лексикой. Для запоминания лексики очень важно задействовать все виды памяти. Зрительная память тренируется путем чтения и написания слов, слуховая развивается при восприятии иностранного языка на слух и в процессе устной речи; участие моторной связано с работой органов речи и актом письменной фиксации слов. При помощи логической памяти происходит полное осмысление и всестороннее продуцирование усвоенного материала. Говоря о разных видах памяти, важно добавить, что на запоминание слов и фраз очень сильно влияет тип личности, способности, предыдущая тренированность памяти и мотивация, то есть настрой на запоминание.