УДК 616.831-005
ББК 56.12
М52

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в любой форме и любыми средствами без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Авторы и издательство приложили все усилия, чтобы обеспечить точность приведенных в данной книге показаний, побочных реакций, рекомендуемых доз лекарств. Однако эти сведения могут изменяться.

Информация для врачей. Внимательно изучайте сопроводительные инструкции изготовитечя по применению лекарственных средств.

Книга предназначена для медицинских работников.

Издательство «МЕДпресс-информ» выражает благодарность за активное участие и информационную поддержку проекта Союзу реабилитологов России.

Перевод с английского: ***А.В.Алымов.***

Мерхольц, Ян

М52 Ранняя реабилитация после инсульта / Ян Мерхольц; пер. с англ. ; под ред. проф. Г.Е.Ивановой. - 2-е изд. - М. : МЕДпресс-информ, 2019. - 248 с. : ил.

ISBN 978-5-00030-677-2

Книга посвящена одной из актуальных проблем современной неврологии: физической реабилитации в раннем постинсультном периоде. По признанию многих специалистов, одним из наиболее важных методов лечения больных, перенесших инсульт, является ЛФК, которая по эффективности нередко превосходит лекарственный или нейрохирургический методы лечения. В предлагаемой вниманию читателя публикации дается ответ на многочисленные вопросы, касающиеся раннего постинсультного периода, в частности, насколько эффективна ЛФК в раннем постинсультном периоде, когда ее следует начинать, какие методики наиболее действенны. Особую ценность представляет то, что описанные методы реабилитации основываются на научных данных, имеющих высокий уровень доказательности. Кроме того, в книге приводятся сведения о заболеваемости инсультом, рисках и причинах его развития, показателях выживаемости, вероятности различных исходов, неотложной помощи на догоспитальном этапе, интенсивной терапии при инсульте. Отдельная глава посвящена этическим вопросам ухода за пациентами после инсульта.

Данная книга предназначена для неврологов, специалистов по ЛФК, а также для тех, кто интересуется или профессионально занимается реабилитацией пациентов.

УДК 616.831-005
ББК 56.12

ISBN 978-3-13-154721-7

ISBN 978-5-00030-677-2

© 2012 of the original English language edition by Georg Thieme Verlag KG, Stuttgart, Germany. Original title: «Physical Therapy for the Stroke Patient», by Jan Mehrholz

© Издание на русском языке, перевод на русский язык, оформление, оригинал-макет. Издательство «МЕДпресс-информ», 2014

Предисловие

Физическая реабилитация после инсульта — интересная для обсуждения тема. Но все же, почему мы посвящаем целую книгу физической реабилитации в раннем постинсультном периоде? Причина проста - чтобы ответить на возникшие за последние несколько лет многочисленные вопросы, касающиеся раннего постинсультного периода.

Инсульт затрагивает очень многих из нас, поскольку это одна из наиболее частых причин инвалидности в индустриально развитых странах. Инсульт ограничивает активность пациентов, снижает уровень жизни не только больных, но и их родственников. Кроме того, как очень распространенное заболевание, инсульт в значительной степени влияет на здоровье пациентов и на общество в целом.

Одним из наиболее важных методов лечения больных, перенесших инсульт, является ЛФК. Доказано, что ежедневные 30-минутные занятия (что приблизительно соответствует 2,2% от времени бодрствования больного), в частности направленные на укрепление мышц верхних и нижних конечностей, оказывают положительное влияние на состояние здоровья пациентов, перенесших инсульт, повышая их способность к самообслуживанию. На сегодняшний день практически ни один лекарственный или нейрохирургический метод лечения не позволяет добиться аналогичных результатов.

В последнее время появилось множество вопросов, касающихся применения ЛФК для лечения инсульта, в частности:

- Эффективна ли ЛФК после инсульта?
- Когда в действительности ее следует начинать?
- Существуют ли какие-либо научные исследования, посвященные данному вопросу?
- Какое практическое значение имеют эти исследования?

Эта книга содержит ответы на вышеперечисленные и многие другие вопросы. Научная обоснованность имеет огромное значение в физической реабилитации. В ходе ряда исследований было подтверждено, что в ЛФК, направленной на реабилитацию больных с инсультом, огромное значение имеют не только поставленные задачи, но и применяемые методики воздействия.

При лечении больных специалисты по физической реабилитации должны руководствоваться не только своим опытом, предпочтениями и потребностями пациентов, но и имеющими наибольший уровень доказательности научными данными. Научно-доказательный подход в лечении, в конечном счете, снимает с нас морально-этическую ответственность перед пациентами и членами их семей и подтверждает наше стремление оказывать им наиболее качественную помощь.

Я бы хотел поблагодарить всех терапевтов за их многочисленные вопросы и идеи, а также авторов данной книги за их профессионализм, без которого написание этого труда было бы невозможным. Помимо профессиональной команды авторов я бы хотел выразить благодарность Rosi Haager-Becker, Fritz Koller, Eva-Maria Grunewald из Thieme Verlag, Angelika-M. Findgott, Anne Lamparter из Thieme Publishers, а также всем тем, кто так или иначе содействовал написанию данной книги. Также хотелось бы выразить признательность Roberta и Janet за предоставленную возможность работать вместе с ними.

Для кого предназначена эта книга? Данная книга предназначена для тех, кто интересуется или профессионально занимается реабилитацией пациентов.

Jan Mehrholz

Содержание

Авторы 6

Предисловие 7

Сокращения 8

1 Общие сведения о заболеваемости инсультом, рисках и причинах его развития, показателях выживаемости, вероятности различных исходов, а также о родственных заболеваниях ... 13
Marcus Pohl, Jan Mehrholz

Определение 13
Заболеваемость и распространенность 16
Заболеваемость инсультом 16
Распространенность инсульта 17
Выживаемость 17
Факторы риска 18
Немодифицируемые факторы риска 18
Модифицируемые факторы риска 18
Локализация поражения и симптомы 20
Восстановление двигательных функций и реабилитация после инсульта 21
Течение постинсультного периода 23
Прогноз 23
Самообслуживание и способность ходить после инсульта 26
Качество жизни после инсульта 30
Заключение 31

2 Неотложная и срочная доклиническая помощь при инсульте 33
Gert Grellmann

Введение 33
Симптомы инсульта: дифференциальная диагностика 35
Мероприятия на месте происшествия 37
Сбор анамнеза заболевания 37
Клинический осмотр 38
Основные манипуляции, проводимые бригадой скорой помощи 38
Заключение 41

3 Интенсивная терапия при инсульте 43
Ralf Schlosser

Лечение ишемического инсульта 43
Общая информация 43
В отделении интенсивной терапии и реанимации 44
Специальные методы диагностики 45
Лечение 48
Специальное лечение 52
Лечение осложнений 59
Особые случаи 61
Прогноз 63
Заключение 63
Лечение геморрагического инсульта 64
Внутримозговое(паренхиматозное) кровоизлияние 64
Субарахноидальное кровоизлияние 67
Заключение 70

4 Ранняя активизация: перспектива или риск? 71
Jan Mehrholz

5 Оптимизация восстановления двигательных функций после инсульта 75
Janet H. Carr, Roberta B. Shepherd

Введение 75
Острая стадия инсульта 76
Нарушения и адаптация к ним 80
Мышечная слабость 81
Нарушение координации движений 82
Спастичность 84
Адаптивные изменения 86
Взаимосвязь между приобретением двигательных навыков, пластичностью мозга и окружающими условиями 90
Приобретение двигательных навыков 90
Концентрация внимания 91
Постановка задачи 93
Практика 94
Проведение ЛФК и возможность практиковаться 96
Влияние окружающей обстановки и тренировки навыков на нейропластичность 99
Реабилитационная среда 103
Тренировки с ориентацией на освоение конкретного навыка, направленные на улучшение функциональных возможностей и координации движений 105
Роль нижних конечностей в поддержании вертикального положения, движении в необходимом направлении и сохранении равновесия 106
Тренировка с ориентацией на освоение конкретного навыка 110
Функциональные упражнения с нагрузкой за счет собственной массы тела 110
Многократные вставания из положения сидя 110
Упражнения без нагрузки собственной массой тела 112
Активное растяжение мышц ... 115
Повышение выносливости и улучшение физической формы 116
Руководство по выполнению упражнений: поддержание равновесия 118
Специфичность регуляции позы 119
Рекомендации по проведению занятий: принятие положения стоя и сидя 132
Рекомендации по проведению занятий:ходьба 148
Рекомендации по проведению занятий: дотягивание до предметов и выполнение действий с ними 159
Заключение 176
Приложение 177
Оценка в неврологической реабилитации 177

6 Уход за пациентами, перенесшими инсульт 181
Claudia Flaemig

План лечения и ухода 181
Инсультный центр 181
Сестринский уход в острой фазе инсульта 182
Мониторинг и поддержание жизненно важных функций 182
Сбор анамнеза и планирование мероприятий по уходу за пациентом 183
Профилактика и раннее выявление сердечно-сосудистых осложнений 183
Наблюдение и безопасность в ходе лечения 184
Профилактические мероприятия 185
Фаза реабилитации 188
Помощь в общении 188
Помощь при умывании и одевании 190
Помощь в осуществлении физиологических отправлений ... 191
Гемиплегия плеча 193
Отек кисти 193
Реакция отрицания 194
Рекомендации для членов семьи 194

7 Этические вопросы, касающиеся ухода за пациентами с инсультом..... 197
Frank Oehmichen

Предмет обсуждения 197
Юридическое обоснование лечения 198

Методы лечения 200
Решения, принятые с учетом медицинских показаний 202
Значение термина «показание» ... 202
Значение термина «прогноз» 204
Умирание больного как специфическая прогностическая ответственность 205
Принятие решений с учетом пожеланий пациента 208
Коммуникативное определение индивидуальных показаний и желаний пациента 210
Внутренние факторы, влияющие на принятие решений 211
Внешние факторы, влияющие на принятие решений 212
Обсуждение 214
Заключение 216

Литература 219