Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Фармацевтический колледж

**Сестринская карта физической реабилитации**

**по дисциплине «Основы реабилитации»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Выполнила:**  **Денисюк А.А.**  Студентка 2 курса гр. 211-1  отделения «Сестринское дело»    **Проверила:**  **Шпитальная О.В.** |

**Красноярск, 2020**

**Сестринская карта физической реабилитации**

Дата обращения в центр медицинской реабилитации: 12.04.2020

Диагноз при поступлении: Ожирение III степени

Побочное действие лекарств

Отсутствуют

(название препарата, характер побочного действия)

1. Ф.И.О. Попов Юрий Кириллович

2. Пол мужской

3. Возраст 45лет

4. Постоянное место жительства г. Красноярск, ул. Толстого 12, кв. 64

5. Место работы, профессия и должность Охранник «ООО» Полюс

Для учащихся – место учёбы, для детей – название детского учреждения, школы, для инвалидов – группа инвалидности, ИОВ – да, нет (подчеркнуть).

6. Кем направлен больной: район ным терапевтом

7. Врачебный диагноз: Ожирение 3 степени по эндокринному типу

**Жалобы при поступлении в центр медицинской реабилитации**:

Повышенное АД, [тахикардия](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_cardiology/tachycardia), одышка, жалуется на плохой сон, боли в позвоночнике, частые запоры, метеоризм, сильная утомляемость, боли в нижних конечностях

Антропометрические данные

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | До начала реабилитации | После окончания курса |
| Вес/рост/ ИМТ | 115 кг/176 см | 110 кг/176 см |
| ЖЕЛ | 61,5% | 80% |
| Окружность грудной клетки | 135 см | 128 см |
| ЧДД | 23 | 20 |
| ЧСС | 90 | 81 |
| АД | 150/100 | 150/101 |
| Динамометрия | 23,5 | 25,5 |

Соматоскопическое исследование

|  |  |
| --- | --- |
| Форма грудной клетки | Гиперстеническая |
| Форма живота | выступ живота, смешанный тип |
| Нарушение осанки | Шейный остеохондроз, I стадия |

Проблемы больного

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Проблемы больного | До начала реабилитации | После окончания курса |
| Настоящие | Повышенное АД, [тахикардия](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/zabolevanija_cardiology/tachycardia), одышка, жалуется на плохой сон, боли в позвоночнике, частые запоры, метеоризм,сильная утомляемость, боли в нижних конечностях | Повышение АД, метеоризм, боли в нижних конечностях, одышка |
| Приоритетная | Одышка, , повышение АД | Повышение АД, плохой стул |
| Потенциальная | ОСН, артериальная гипертензия, атеросклероз, СД, нарушения со стороны ЖКТ – панкреатит, холецистит, ЖКБ, нарушения со стороны ОДА – остеоартроз, плоскостопие, инфицирование в местах образования опрелостей | Артериальная гипертензия, панкреатит, холецистит |

Цели:

* Краткосрочная

Состояние пациента улучшится после проведения реабилитационных мероприятий; к концу недели одышка станет меньше, АД будет стабильно, будет составлен комплекс упражнений

* Долгосрочная

На момент окончания реабилитационных мероприятий состояние пациента стабилизируется; степень ожирения будет ближе ко2, будет проведена коррекция питания, пациент будет демонстрировать знания о своем заболевании и его лечении (диета, упражнения, самомассаж)

Показания к проведению реабилитационных мероприятий

- Одышка

- Повышение артериального давления

Карта реабилитации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Реабилитационные мероприятия | Мотивация |
| 1 | Лечебная физкультура, ЛГ, ЛФК  Лечебная гимнастика | Улучшение и нормализация обмена веществ,  снижение массы тела;  нормализация функций СС, дыхательной  пищеварительной систем,  улучшение двигательной активности; профилактика развития осложнений |
| 2 | Массаж | Улучшение обменно-трофических процессов; нормализация функций ОДА, ССС, дыхательной системы; улучшение периферического кровотока,  улучшение  работоспособности;  профилактика осложнений |
| 3 | Гидротерапия | Тонизирующий, эффект; улучшение функции кровообращения; стимуляция теплопродукции; |
| 4 | Аэротерапия | Закаливающий эффект; нормализация работы ССС, дыхательной, пищеварительной системы |
| 5 | Диетотерапия | Коррекция питания; снижение массы тела; нормализация функции ЖКТ и профилактика развития осложнений |

Карта реабилитационных мероприятий

Ф.И.О. больного Попов Юрий Кириллович

Диагноз Ожирение 3 степени

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процедура | Массаж | ЛФК | Физиолечение |
| Название | 1. Классический ручной массаж (поглаживание, выжимание, вибрация, разминание) 2. Антицеллюлитный массаж | 1. лечебная гимнастика 2. Упражнения на тренажерах 3. Прогулки на свежем воздухе | 1. Диетотерапия 2. Бальнеотерапия 3. Аэротерапия |
| Группа препаратов (используемых при электрофорезе) | - | - | - |
| Реабилитационное действие | 1. Расслабляющее 2. Анальгезирующее 3. Трофическое 4. Закаливающее 5. Секреторное 6. Нормализация функций ССС, дыхательной системы и ЖКТ | 1. Общетонизирующее 2. Восстановительное 3. Нормализация дыхания 4. Закаливающее 5. Уменьшение жирового слоя | 1. Терапевтическое 2. Закаливающее 3. Терморегулирующее 4. Секреторное 5. Тонизирующее 6. Улучшающее действие на функции кровообращения 7. Уменьшение жирового слоя |
| Показания | Ожирение, нарушение ССС, ЖКТ, ОДА; гипотония; отеки; повышение АД; нарушения обменных процессов | Ожирение; гиподинамия; нарушение функции ЖКТ; профилактика осложнений со стороны ОДА; отеки, одышка, коррекция имеющихся нарушений ОДА; нарушения функции ССС и дыхательной систем | Ожирение; профилактика заболеваний ССС, дыхательной, эндокринной систем, ЖКТ; нарушение обменных процессов; гиподинамия; отеки |
| Побочные эффекты | Нарушение целостности кожных покровов; аллергические реакции; возникновение болевого синдрома; сонливость; возможная деформация ОДА | Болевой синдром; усталость; пониженное эмоционально-психическое состояние; аритмия; повышение АД; головная боль, головокружение; повышение внутричерепного давления | Переохлаждение; выраженная эритемы кожи; тахикардия; повышение АД; аллергические реакции |
| Способ приём (время) | До и после еды за час | До и после еды за час | 1. 5 раз в день, малыми порциями 2. Внутрь за 30 минут до еды, 1 р/день, 150 мл, 25ºС; 3. углекислые ванны – 7-10 минут, , Душ Шарко– 5 минут, |
| Доза высшая введения | 1. минут | Дозированные прогулки: средняя 120 шагов/мин. 5,6 км/ч | 1. 1300 ккал/сут 2. Внутрь – tº воды 25ºС, 150 мл; наружно – tº воды сульфидных ванн – 37˚С, углекислых ванн – 36˚С 3. Душ Шарко и веерный – 37ºС, 2,5-3 Атм; подводный душ-массаж – 36-37ºС, 3,0 Атм; контрастные ванны – 38ºС (горячая), 23ºС (холодная) 4. 22ºС, прохладные воздушные ванны – 19ºС 5. 21ºС |
| Доза назначенная | Поглаживание, выжимание, вибрация – 1,5-2 минуты, разминание – 2-6 минуты; общее время от 10,5 – 24 минут | ЛГ – 3 р/неделю, не менее 45 минут;  ЛФК – 6 р/неделю, прогулки: средняя – от 90 до 120 шагов/мин. (от 4 до 5,6 км/ч); упражнения на тренажерах – 2 р/неделю. Не более 45мин | 1. Диетотерапия: 1300 ккал/сут 2. Бальнеотерапия: прием минеральных вод 3. Гидротерапия 4. Аэротерапия: 45 минут, 1,5-3 часа на открытом воздухе 5. Гелиотерапия |
| Кратность применения | Ручной классический – ежедневно, антицеллюлитный – ч/з день | ЛГ – 3 р/неделю, ЛФК – 6 р/неделю, прогулки – 3-4р/неделю, упражнения на тренажерах – 2 р/неделю | 1. Душ Шарко, контрастный душ 2. Воздушные ванны |
| Субъективные ощущения (со слов пациента) | Расслабление, первое время боль в мышцах и позвоночнике | сначала переутомление, усталость, головокружение, боль в мышцах, повышение АД, одышка, выраженное потоотделение, упражнения Со временем – умеренная усталость и одышка, умеренное повышение АД, тахикардия, умеренно выраженная одышка, повышение настроения | Тяжело сидеть на диете; вторая неделя – привыкание к новому питанию, стабилизация настроения, снижение напряжения мышц; виден эффект от проводимых процедур- поднимается настроение |
| Побочное действие (со слов пациента) | - | - | - |

Сестринский эпикриз

1. Оценка реакции пациента на проводимые вмешательства

на основании анкетирования и опроса учитывается мнение пациента об эффективности реабилитационных мероприятий (улучшение функционального состояния органов и систем).

Состояние пациента стабильно удовлетворительное, пациент не предъявляет жалоб на одышку, снизилась масса тела

1. Оценка достижения поставленных целей

насколько были достигнуты цели, поставленные в процессе проведения реабилитационных мероприятий

После прохождения реабилитационных мероприятий масса тела у пациента снизилась, состояние улучшилось

1. Оценка качества проводимых вмешательств оценивается техника выполнения процедур ЛФК, массажа и физиопроцедур.

Пациент проходил все необходимые процедуры. Поставленные цели были достигнуты. Пациент чувствует себя гораздо лучше

1. Рекомендации
2. Организовать режим дня
3. Наблюдаться у специалистов для исключения осложнений и развития патологий
4. Контроль питания, вести пищевой дневник, высчитывать потребленные калории в день, вести учет водно-солевого баланса.
5. Проводить занятия ЛГ, ЛФК на дому, посещать бассейн, тренажерный зал, чаще гулять.
6. Носить комфортную обувь по размеру ноги с использованием ортопедических стелек.
7. Спать на жесткой кровати. Применять ортопедические матрасы.
8. Рекомендовано санаторно-курортное лечение раз в год-два года.