

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УО «Гомельский государственный медицинский университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

Презентация

по предмету «Физическая культура»

тема работы: Лечебная физкультура при острых заболеваниях органов дыхания

Исполнитель:

Студент группы Л-419

Гаркуша Антон Валентинович

Проверил: Игнатушкин Роман Геннадьевич, преподаватель

Гомель, 2020



К острым инфекциям нижних дыхательных путей относятся пневмония (воспаление легочных альвеол), а также острый бронхит, капиллярный бронхит (бронхиолит), грипп и коклюш. Эти заболевания — одна из основных причин заболеваемости и смертности детей и взрослых во всем мире. Опасность инфекций нижних дыхательных путей, возможно, недооценивается.

- С помощью лечебной физической культуры решаются следующие задачи при заболеваниях органов пищеварения:

- 1) оказание **положительного эффекта** на нервно-психическую и эмоциональную сферы;
- 2) **развитие и улучшение** внешнего и особенно диафрагмального **дыхания**;
- 3) **нормализация** секреторной, моторной, всасывательной и экскреторной функций пищеварительного аппарата;
- 4) **улучшение** лимфо- и кровообращения в брюшной полости и органах малого таза;
- 5) **укрепление мышц** брюшного пресса и тазового дна;
- 6) **регуляция внутрибрюшного давления, обеспечивающего профилактику запоров, застойных явлений и спаечных процессов.**

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

- Условно различают следующие виды дыхательных упражнений: общие и специальные, статические и динамические, а также дреирующие упражнения
- **Общие дыхательные упражнения** улучшают вентиляцию легких и укрепляют основные дыхательные мышцы, применяются как при заболеваниях органов дыхания, так и при других соматических заболеваниях.
- **Специальные дыхательные упражнения** направлены на получение конкретного терапевтического эффекта в том или другом случае нарушения функции дыхательного аппарата.

ЛФК при заболеваниях органов дыхания

При заболеваниях органов дыхания немаловажное значение имеет лечебная физкультура.

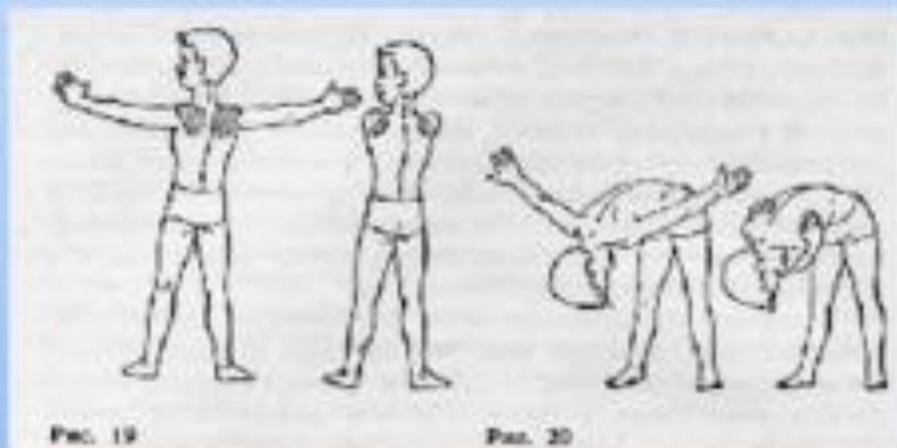
В ее задачи входит:

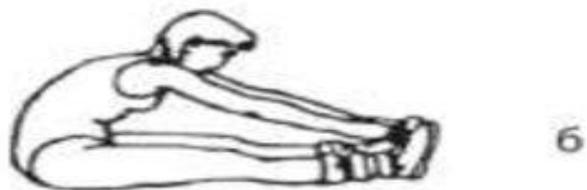
- осуществить общеукрепляющее воздействие на все органы и системы организма
- способствовать улучшению функции внешнего дыхания, благодаря овладению методикой управления дыханием
- способствовать уменьшению интоксикации, а также стимуляции иммунных процессов
- увеличить отделение мокроты
- уменьшить проявление бронхоспазма
- способствовать ускорению рассасывания при воспалительных процессах
- вызывать стимуляцию экстракардиальных факторов кровообращения.

Однако имеются и противопоказания для занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

Они состоят в следующем:

- дыхательная недостаточность третьей степени
- наличие абсцесса легкого до прорыва в бронх
- кровохарканье или угроза такового
- астматический статус
- полный ателектаз легкого
- скопление большого количества жидкости в плевральной полости.





Упр. 1. Выполняется лежа:
а – вдох, б – выдох



Упр. 2. Выполняется сидя:
а – вдох, б – выдох



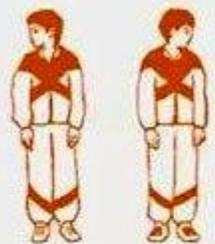
Упр. 3. Выполняется стоя:
а – вдох, б – выдох



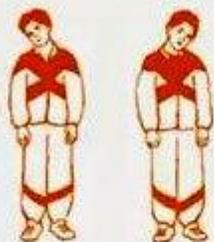
Упр. 4. Выполняется стоя:
а – вдох, б – выдох

Динамические дыхательные упражнения

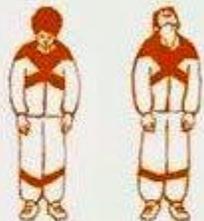
ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА СТРЕЛЬНИКОВОЙ



ПОВОРОТ ГОЛОВЫ



УШКИ



МАЯТНИК ГОЛОВЫ



ПЕРЕКАТЫ



ПЕРЕДНИЙ ШАГ



ЗАДНИЙ ШАГ

