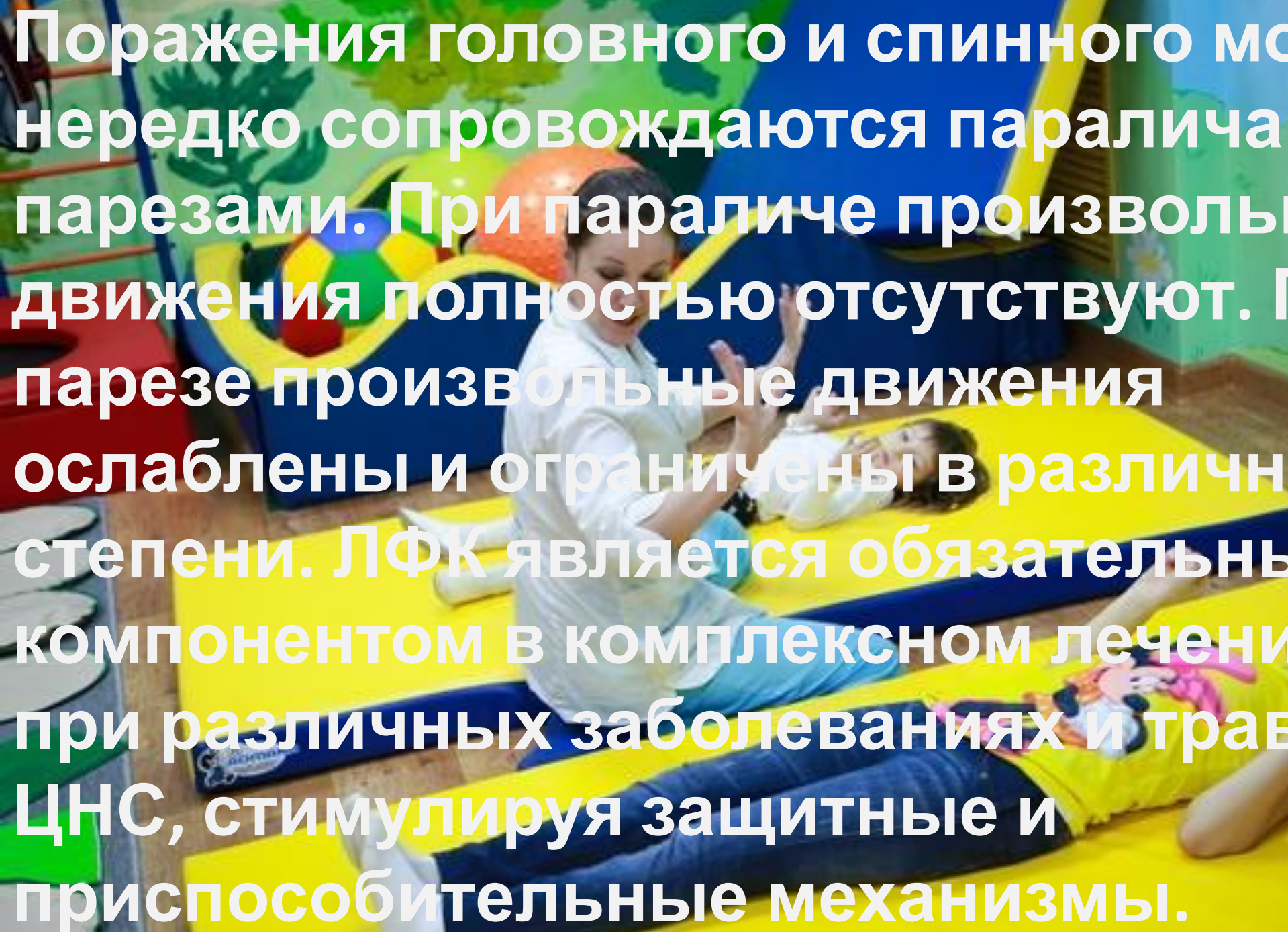


# Презентация на тему:

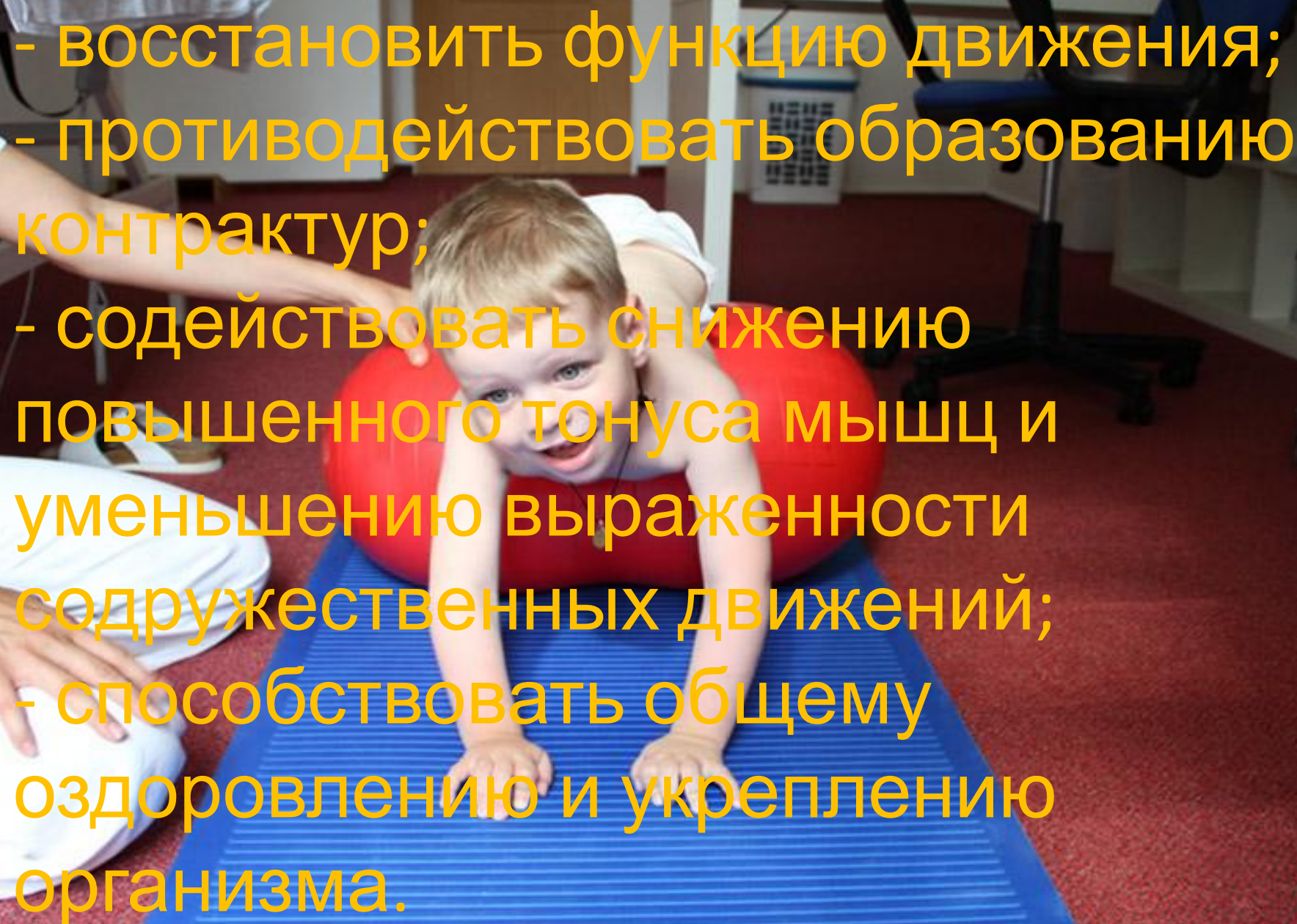
Лечебная физическая культура (ЛФК) при  
травмах и заболеваниях центральной  
нервной системы

Выполнила  
Учащаяся гр. ЗСДОЛ-18  
Сердюк Ю.С.

Поражения головного и спинного мозга нередко сопровождаются параличами и парезами. При параличе произвольные движения полностью отсутствуют. При парезе произвольные движения ослаблены и ограничены в различных степени. ЛФК является обязательным компонентом в комплексном лечении при различных заболеваниях и травмах ЦНС, стимулируя защитные и приспособительные механизмы.

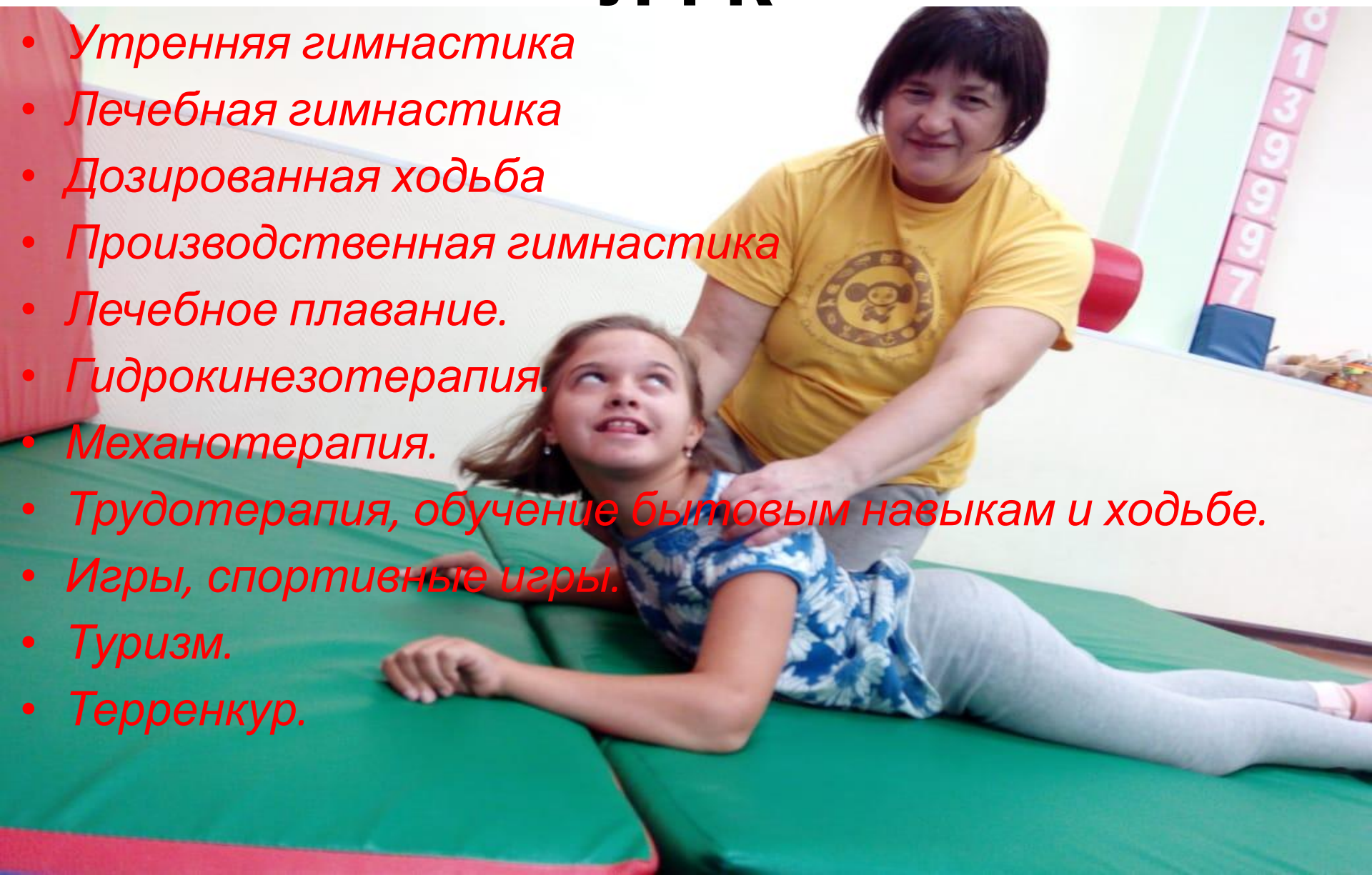


## Задачи ЛФК:

- восстановить функцию движения;
  - противодействовать образованию контрактур;
  - содействовать снижению повышенного тонуса мышц и уменьшению выраженности содружественных движений;
  - способствовать общему оздоровлению и укреплению организма.
- 

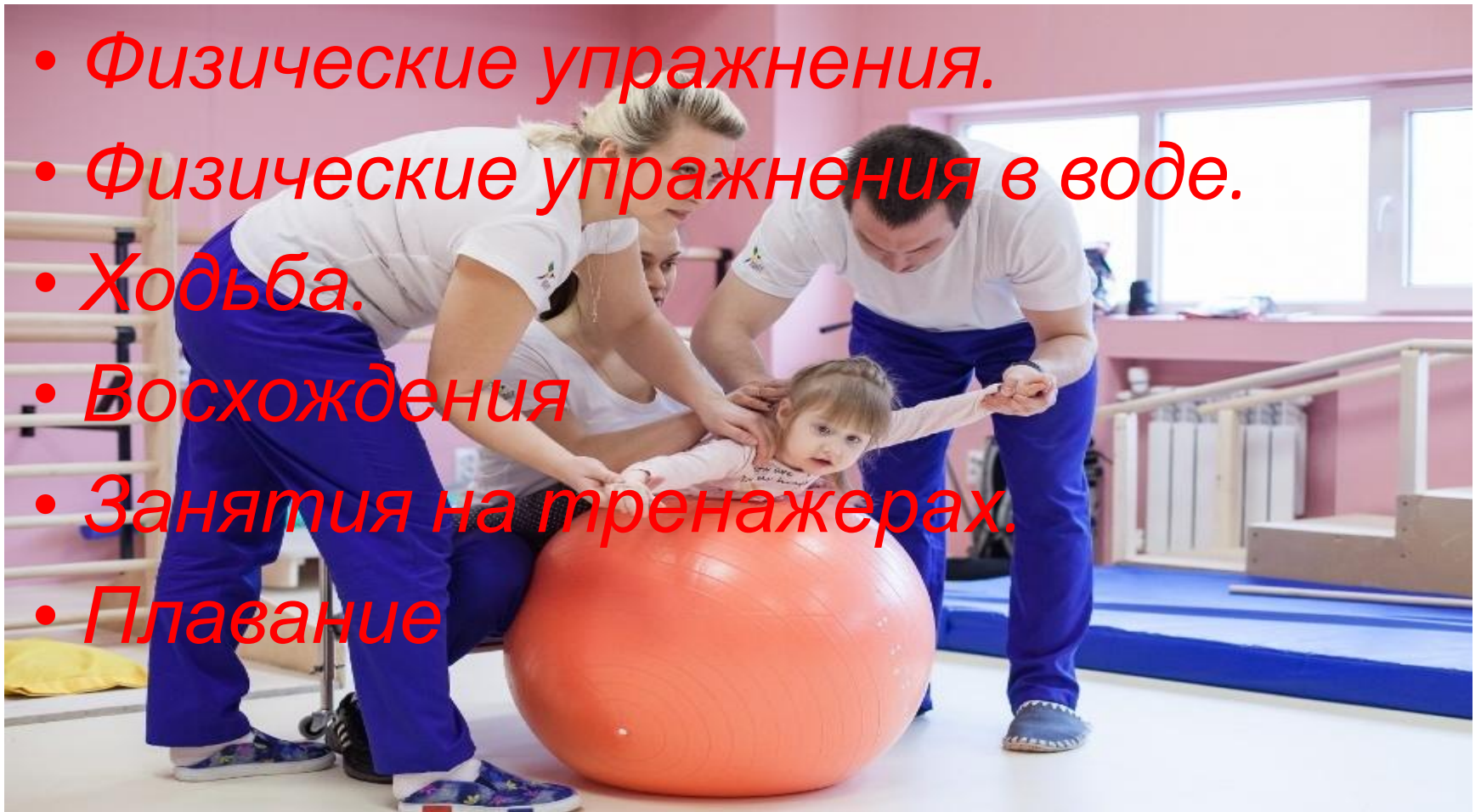
# Способ проведения занятий ЛФК

- *Утренняя гимнастика*
- *Лечебная гимнастика*
- *Дозированная ходьба*
- *Производственная гимнастика*
- *Лечебное плавание.*
- *Гидрокинезотерапия.*
- *Механотерапия.*
- *Трудотерапия, обучение бытовым навыкам и ходьбе.*
- *Игры, спортивные игры.*
- *Туризм.*
- *Терренкур.*



# Средства ЛФК

- *Физические упражнения.*
- *Физические упражнения в воде.*
- *Ходьба.*
- *Восхождения*
- *Занятия на тренажерах.*
- *Плавание*



# Особенности ЛФК при заболеваниях нервной системы.

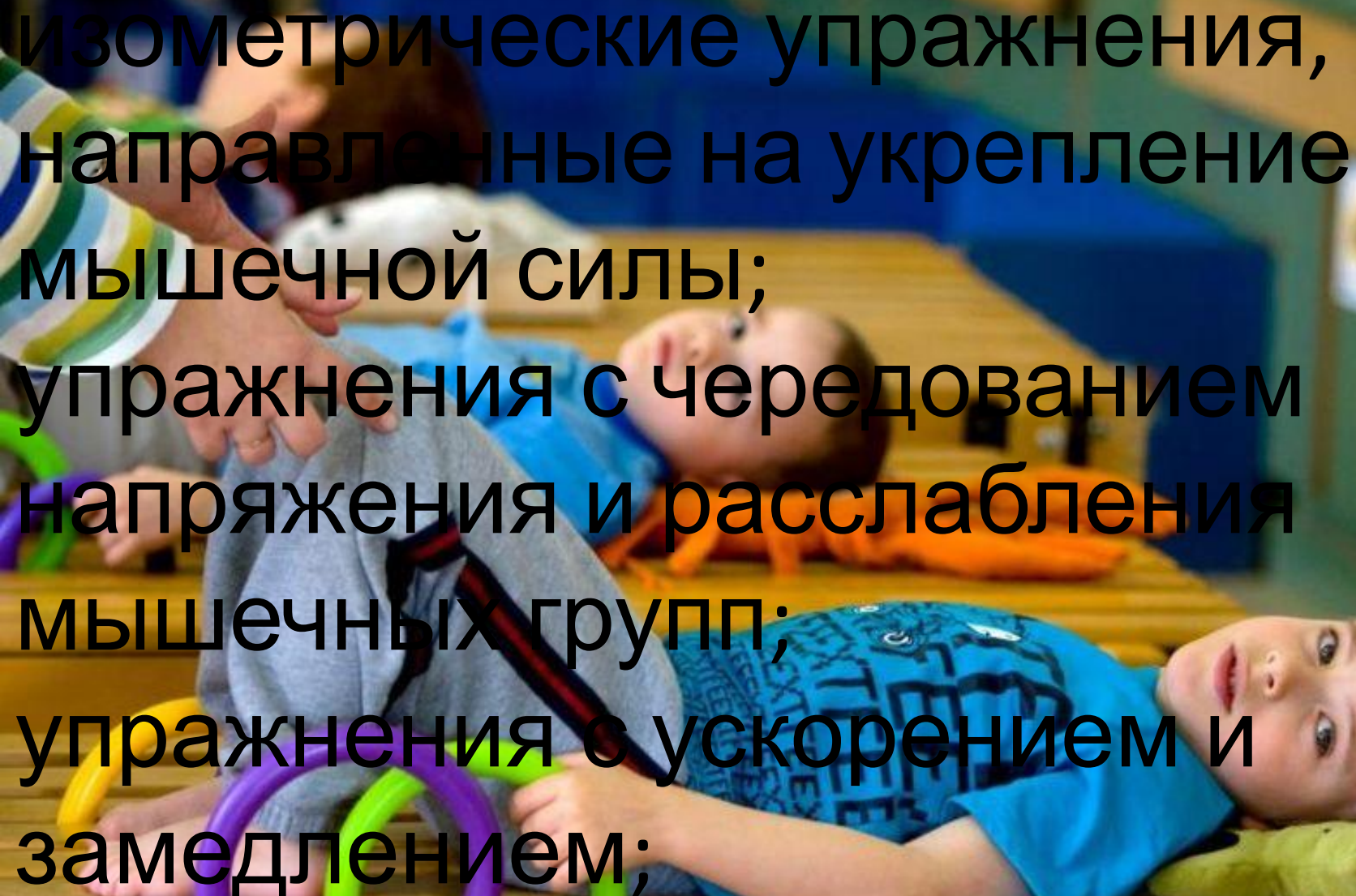
- 1). Раннее начало применения лечебной физкультуры.
- 2). Адекватность физической нагрузки: физическая нагрузка подбирается индивидуально с постепенным нарастанием и усложнением заданий.
- 3). Простые упражнения сочетаются со сложными для тренировки высшей нервной деятельности.

4). Двигательный режим постепенно неуклонно расширяется: лежа – сидя – стоя.

5). Используются все средства и методы ЛФК: лечебная гимнастика, лечение положением, массаж, экстензионная терапия (механическое выпрямление или вытяжение по продольной оси тех частей тела человека, у которых нарушено правильное анатомическое расположение (контрактуры)).

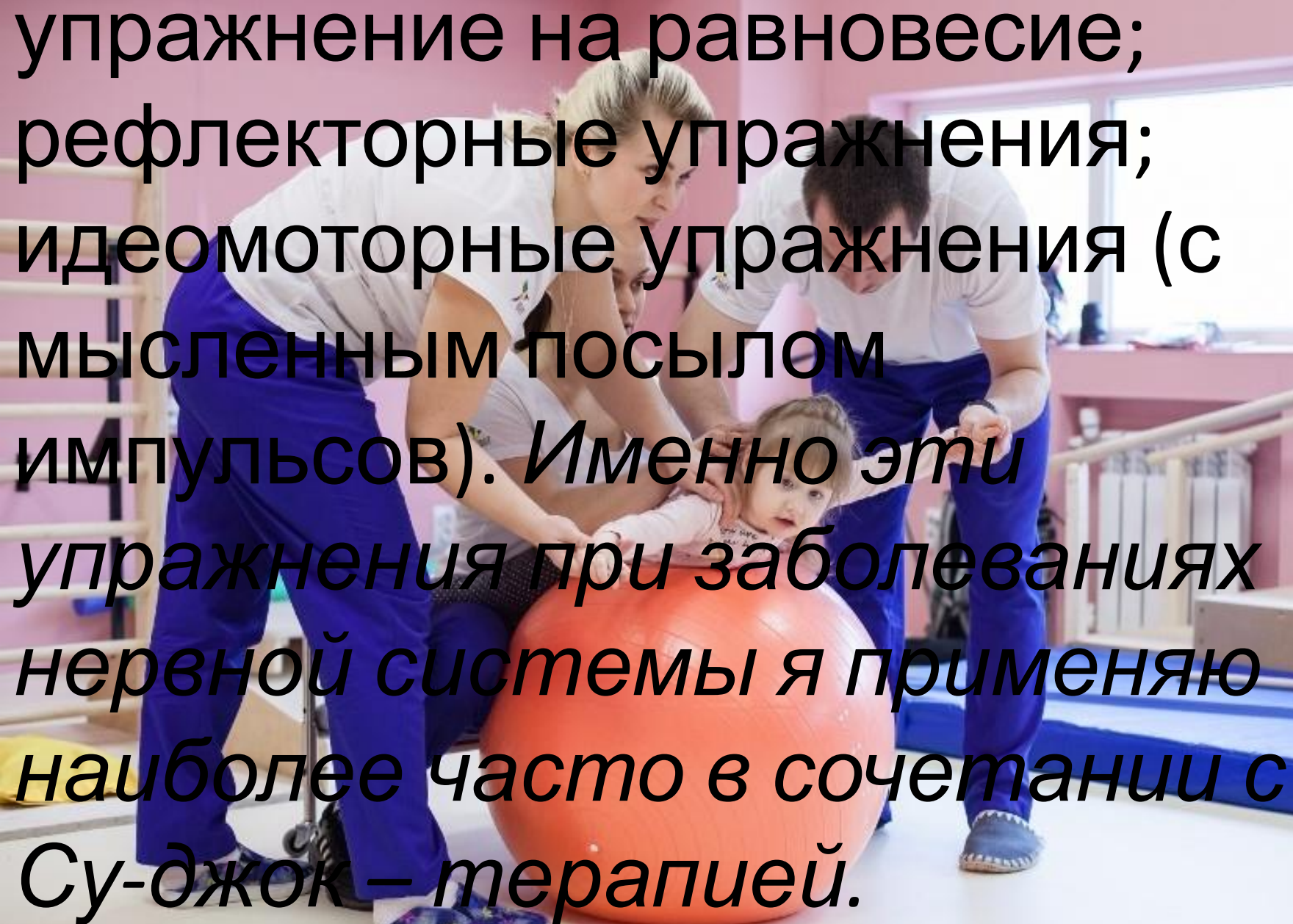
# Применяются:

изометрические упражнения,  
направленные на укрепление  
мышечной силы;  
упражнения с чередованием  
напряжения и расслабления  
мышечных групп;  
упражнения с ускорением и  
замедлением;

A photograph of a young child in a blue t-shirt lying on their back on a yellow mat. The child is holding several colorful rings (purple, green, yellow) around their waist. An adult's hands are visible, supporting the child's legs. The background is a blurred indoor setting, possibly a playroom or gym.



упражнение на равновесие;  
рефлекторные упражнения;  
идеомоторные упражнения (с  
мысленным посылом  
импульсов). Именно эти  
упражнения при заболеваниях  
нервной системы я применяю  
наиболее часто в сочетании с  
Су-джок – терапией.



ЛФК при заболеваниях нервной системы подразделяется в соответствии с отделами нервной системы человека в зависимости от того, какой отдел нервной системы поражен:

ЛФК при заболеваниях центральной нервной системы;

ЛФК при заболеваниях периферической нервной системы;

ЛФК при заболеваниях соматической нервной системы;

ЛФК при заболеваниях вегетативной



ОБЛАСТНОГО ЦЕНТРА  
РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ