

Кардиореабилитация 2

После инфаркта миокарда и стентирования коронарных артерий

Реализуемая в клинической санатории «Барвиха» программа кардиореабилитации имеет многолетний опыт применения и использует самые современные методики и аппаратуру. Пройдя её за 14-21 день Вы на порядок снизите значения факторов риска рецидива осложнений, минимум на 20% повысите толерантность к физическим нагрузкам. Программа осуществляется по четырёхступенчатой методике ведения пациентов и полностью отвечает зарубежным стандартам («Guidelines for Cardiac Rehabilitation and Secondary Prevention Programs.» American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation, 2004), а по ряду параметров превосходит их.

Этапы кардиореабилитации: из чего состоит программа:

Этап 1. Оценка клинической картины течения заболевания, сопутствующей патологии и индивидуальных возможностей больного. Подбор индивидуального режима реабилитации: щадящего, щадяще-тренирующего или тренирующего

В эту часть программы входят:

Общее клиническое обследование лечащим врачом. Изучение анамнеза, выявление факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний, осмотр, оценка переносимости физических нагрузок, состояния психоэмоционального статуса, наличия осложнений перенесённого инцидента или операции.

Функциональная оценка состояния сердечно-сосудистой системы.

- Электрокардиограмма (ЭКГ) в 12 отведениях для оценки коронарного кровообращения, ритма, проводимости
- Эхокардиографическое исследование сердца (ЭхоКГ) для оценки сократительной способности миокарда, центральной и внутрисердечной гемодинамики
- Определение функциональных способностей пациента (нагрузочные тесты- велоэргометрия, тредмил-тест, 6-ти минутный тест ходьбы)

Проведение лабораторных методов обследования.

- Общий анализ крови для выявления анемии, воспалительной реакции
- Биохимический анализ крови для оценки липидного спектра, уровня гликемии, почечной и печёночной функции (для исключения почечной недостаточности и нарушений функции печени)

Этап 2. Ведение больных по индивидуальной программе и коррекция используемых методов лечения по результатам ежедневного контроля

Физическая реабилитация:

Тренировочная ходьба, лечебная гимнастика в аэробном режиме с использованием комплекса кардиотренажёров, лечебная гимнастика в силовом режиме, лечебный массаж, плавание в бассейне.

Занятия проводятся под индивидуальным контролем. При необходимости вносятся поправки в схемы тренировок, возможен перевод пациента на более высокую или более низкую степень тренировок. У больных с высоким риском сердечно-сосудистых осложнений и сопутствующей тяжёлой лёгочной патологией тренировки проводятся с использованием концентратора кислорода.

Восстановление функции миокарда, общее оздоровление организма с помощью различных методов физиотерапии.

- Магнитотерапия
- Аппаратная тренировка дыхания
- Использование средств бальнеотерапии (сухие углекислые ванны, общие и камерные ванны, гидромассаж, веерный и циркулярный душ)
- По показаниям использование метода наружной усиленной контрпульсации

Психологическая реабилитация.

Включает индивидуальную психотерапию. Лечение направлено на развитие у пациента чувства оптимизма, уверенности в своих силах, восстановление целостного внутреннего образа себя, проведение границы между собой и болезнью.

Участниками психотерапии выступают лечащий врач, специалист-психотерапевт, и сама среда, природа, ритм жизни и доброжелательный персонал санатория.

Этап 3. Проводится одновременно со 2 этапом. Профилактика прогрессирования атеросклероза (использование программ борьбы с факторами риска сердечно-сосудистых заболеваний)

Этот этап программы очень важен, так как даже незначительное изменение образа жизни пациента способно существенно улучшить её качество.

В этот этап входят:

- **Отказ от курения**
Методы: ограничение использования табака, мотивировка пациента и его семьи оставить курение и не продолжать его, проведение собеседований, использование средств психотерапии
- **Достижение оптимальных показателей артериального давления**
Методы: коррекция пищевого режима, увеличение двигательной активности пациента, лекарственная терапия с подбором препаратов индивидуально для каждого пациента
- **Достижение оптимального уровня липидного спектра крови**
Методы: диетотерапия у всех пациентов, увеличение физической активности и

коррекция веса. Повышение употребления омега-3 полиненасыщенных жирных кислот. При необходимости назначения лекарственной терапии

- **Увеличение физической активности**

Минимум 30 минут 3-4 дня в неделю. Оптимальный режим — ежедневные тренировки
Методы: тренирующая ходьба по терренкурам, кардиотренажёры, плавание в бассейне

- **Снижение избыточной массы тела**

Методы: диетотерапия, физическая активность и тренировки

Коррекция углеводного обмена

Достижение оптимальных показателей уровня глюкозы крови и гликированного гемоглобина

Методы: диетотерапия, назначение сахароснижающей терапии, контроль других факторов риска (гиподинамия, избыточный вес, артериальная гипертензия, гиперхолестеринемия)

Этап 4. «Домашнее задание»

При выписке каждый пациент получает индивидуальные рекомендации, которые включают:

- Индивидуальный двигательный режим, модификацию имеющихся факторов риска
- Диету
- Приём лекарственных препаратов
- Сроки и объём необходимых диагностических исследований, консультаций врачей-специалистов

В стоимость программы входит:

- Круглосуточное наблюдение медицинского персонала
- Ежедневные осмотры кардиолога (исключая выходные дни)
- Индивидуальное обучение в тематической школе здоровья для пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями

Консультации специалистов:

- Диетолог
- Врач ЛФК
- Психотерапевт
- Физиотерапевт
- Дерматолог

Полный комплекс инструментальных методов обследования сердечно-сосудистой системы:

- ЭКГ (1 раз в неделю)
- ЭХО КГ
- Нагрузочные пробы с мониторингом насыщения крови кислородом (велозергометрия, тредмил-тест, тест 6-ти минутной ходьбы — 1 вид исследования на усмотрение лечащего врача дважды за время пребывания)
- Холтеровское мониторирование ЭКГ
- Суточное мониторирование АД
- Ночная мониторинговая пульсоксиметрия

Широкий спектр клинических анализов:

- Общий анализ крови
- Развёрнутый биохимический анализ крови
- Общий анализ мочи

Эффективные методы физиотерапевтического воздействия*:

- Сухие углекислые ванны
- Занятия на дыхательных тренажёрах
- Циркулярный душ
- Камерные ванны

Занятия ЛФК в малых группах (по 3-5 человек)*, индивидуальные занятия — по показаниям:

- Занятия на кардиотренажёрах с методистом, врачом ЛФК*
- Курс массажа (при отсутствии противопоказаний)*
- Посещение плавательного бассейна (при отсутствии противопоказаний)**

Исследования, консультации, процедуры, выполняемые в рамках программы по показаниям (без дополнительной оплаты):**

- Консультации специалистов: эндокринолог, пульмонолог, невролог, хирург
- Хирургическое пособие, перевязки послеоперационных ран
- Инструментальные методы обследования: УЗИ магистральных артерий головы, артерий верхних конечностей, артерий и вен нижних конечностей, мягких тканей; рентгенография лёгких; спирометрия с бодиплетизмографией
- Клинические анализы: анализ крови на ТТГ; проба по Нечипоренко, определение белка в моче

- Процедуры: низкопоточковая кислородотерапия (постоянная либо во время физических тренировок)

Дополнительные услуги (не входят в стоимость программы):**

- диагностика бессонницы и нарушений дыхания во сне (полисомнография)
- полный спектр методов респираторной поддержки, применяемых у пациентов с сердечной и/или дыхательной недостаточностью, остановками дыхания во сне (СИПАП-, БИПАП-, TriLevel-терапия, адаптивная сервовентиляция)
- гипербарическая оксигенация
- ингаляции терапевтических доз медицинского ксенона
- усиленная наружная контрпульсация
- консультации офтальмолога, гинеколога, уролога, травматолога-ортопеда, гастроэнтеролога
- широкий спектр УЗИ-исследований на аппаратах экспертного класса
- колоноскопия, гастроскопия с применением медикаментозного сна
- физиотерапевтические методы лечения сопутствующих заболеваний
- комплекс стоматологических услуг
- иглорефлексотерапия, гирудотерапия
- мануальная терапия
- услуги отделения СПА и косметологии

В стоимость санаторно-курортной путевки включено:

- Пребывание в санатории
- 6-разовое диетическое питание по системе «меню-заказ»
- Круглосуточное наблюдение медицинского персонала
- Диагностика и лечение по программе «Кардиореабилитация 2»
- Посещение плавательного бассейна
- Посещение тренажёрного зала
- Терренкур
- Пользование библиотекой
- Вечерние досуговые мероприятия, организуемые по плану санатория



+7 (495) 009-66-99
agent@r-express.ru
www.r-express.ru

109004 г. Москва,
Земляной Вал, д. 59
стр. 2, 6 этаж

Условия пребывания:

- Заезд с 10.00, выезд до 09.00
 - Продолжительность программы 14 дней / 21 день
 - Количество мед.процедур/занятий зависит от продолжительности пребывания в санатории
 - По рекомендации лечащего врача возможно назначение дополнительных мед.процедур, которые оплачиваются отдельно
 - Дети до 16 лет не принимаются
-

* количество процедур/занятий зависит от продолжительности пребывания в санатории.

** показания и противопоказания определяются лечащим врачом.