

УДК 616.83
ББК 56.14
Л47

Электронные версии книг
на сайте www.prospekt.org

Автор:

Леонтьев М. А., кандидат медицинских наук, отличник здравоохранения РФ, врач высшей категории.

Леонтьев М. А.

Л47 Паралич: путь к выздоровлению. — Москва : Проспект, 2017. — 272 с.
ISBN 978-5-392-23514-8

Книга предназначена в первую очередь пациентам после любых тяжелых травм и заболеваний центральной нервной системы. На конкретном примере рассказывается о различных этапах лечения и реабилитации. Материал книги универсален, он актуален для восстановления при самых различных неврологических нарушениях.

Книга будет очень полезна родственникам пострадавших от инсульта или травмы головного мозга, при восстановлении после удаления опухолей центральной нервной системы, головного и спинного мозга. Этот материал позволит вам лучше понимать своих близких, оказавшихся в крайне тяжелой ситуации. И, соответственно, вы сможете помочь близкому вам человеку грамотно и четко организовать его возвращение в активную жизнь.

Надеемся, что высказанные нами соображения будут интересны специалистам, которые занимаются лечением и реабилитацией неврологических, нейрохирургических и других пациентов, а также организаторам здравоохранения, которые работают в этой сфере. Будем признательны за критику и обсуждение изложенного материала.

УДК 616.83
ББК 56.14

*В оформлении макета использованы фото Shutterstock.com
и из личного архива М. А. Леонтьева.*

Изображение на обложке NIKHOM KEDBAN / Shutterstock.com.

Научно-популярное издание

Леонтьев Марк Анатольевич

ПАРАЛИЧ: ПУТЬ К ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ

Оригинал-макет подготовлен компанией ООО «Оригинал-макет»
www.o-maket.ru; тел.: (495) 726-18-84

Санитарно-эпидемиологическое заключение

№ 77.99.60.953.Д.004173.04.09 от 17.04.2009 г.

Подписано в печать 28.09.2016. Формат 60×90 1/16.

Печать цифровая. Печ. л. 17,0. Тираж 1000 (1-й завод 200) экз. Заказ №

ООО «Проспект»

111020, г. Москва, ул. Боровая, д. 7, стр. 4.

© Леонтьев М. А., 2016
© ООО «Проспект», 2016

ISBN 978-5-392-23514-8

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	5
От первого лица	8
Наша команда	11
Посвящение в «спинари»	13
Жизнь хрупка	14
Все происходит быстро	18
Живой, да не совсем	23
Профессорский обход.....	26
Знающий сосед.....	32
Почему никто не сказал, что эта бодряга — надолго?	41
Ура! Выписка! Ура?	51
Вопросы без ответов	54
Напутствия	56
Ну, вот я и дома	73
Первые проблемы	76
Человек вне времени.....	79
Пациент болеет не один.....	85

А реабилитация вам, молодой человек, не показана!	87
Сам себе уролог	99
Ох, нога моя, нога	102
 В реабилитационном центре: что ни день — открытие!	107
Волшебный ЛОКОМАТ	115
Нейроуролог	123
Чего изволите?	132
Друзья по несчастью	134
Кто заплатит за банкет?	138
 Самореабилитация... в стационаре	143
Вновь «советы бывалого»	151
Цель у тебя какая?	156
Цели истинные и ложные	160
 Успешная социализация	163
 А теперь точно домой!	179
 Эпилог	187
 Как избежать психологических ловушек	189
 Постскриптум. 12 основных принципов реабилитации	193
1. Верная постановка цели: базовые потребности	194
2. Ложные цели. Стремление оперироваться и «модные» методы	195
3. Где купить здоровье? Лечит — не тренажер.....	198
4. Средства, адекватные цели	200
5. Быть честным с собой.....	202
6. Точный подбор целенаправленных упражнений.....	203

7. Точная работа: посильность и постепенность.....	205
8. Вера в себя: позитивное мышление	207
9. Постоянное развитие и саморазвитие	210
10. Приоритет бытовой адаптации	211
11. Производственная деятельность: жить здесь и сейчас	212
12. Полная социализация: хватит лечиться!.....	214
Приложения	217
Приложение 1. Что такое спинальная травма	218
Приложение 2. Профилактика пролежней	223
Приложение 3. Основные принципы работы мочевого пузыря и кишечника	227
Приложение 4. Восстановление чувствительности	231
Приложение 5. Постоянный катетер	234
Приложение 6. Эпицистостома.....	237
Приложение 7. Самостоятельное опорожнение мочевого пузыря.....	240
Приложение 8. Информационные ресурсы.....	244
Приложение 9. Пять главных ошибок при восстановлении ходьбы	248
Приложение 10. Где пройти [бюджетную] реабилитацию.....	250
Приложение 11. Базовые потребности человека	257
Приложение 12. Возможности нейрохирургической коррекции	261