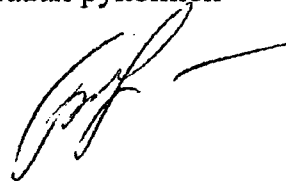


5048

А

На правах рукописи



Бритвина Валентина Валентиновна

**АЭРОБНЫЕ НАГРУЗКИ В РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ ИНФАРК-
ТОМ МИОКАРДА НА ПОЛИКЛИНИЧЕСКОМ ЭТАПЕ**

13.00.04-Теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

14.00.51-Восстановительная медицина, лечебная физическая культура и
спортивная медицина, курортология и физиотерапия

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук

Москва – 2006

А

Диссертация выполнена на кафедре лечебной физкультуры, массажа и реабилитации Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

Научный руководитель: кандидат медицинских наук, профессор
Валеев Наиль Мустафович

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор
Белов Виктор Иванович
кандидат биологических наук, профессор
Лисицкая Татьяна Соломоновна

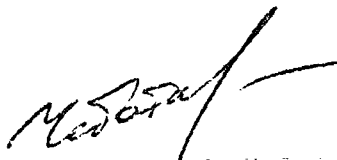
Ведущая организация: Всероссийский научно-исследовательский
институт физической культуры

Защита диссертации состоится " 16 " мая 2006 г. в 16³⁰ час. на заседании диссертационного Совета К.311.003.01. при Российском Государственном Университете физической культуры, спорта и туризма по адресу: 105122 г. Москва, Сиреневый бульвар, д.4, ауд.603.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

Автореферат разослан " 14 " апрель 2006г.

Ученый секретарь
диссертационного Совета



И.В. Чеботарева



Т000005048

ЦОБ по ФКиС
РГАФК

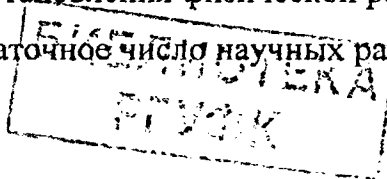
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Современный образ жизни характеризуется высоким нервно-психическим напряжением, предъявляет к сердечно-сосудистой системе значительные требования чрезмерностью нагрузок. Несмотря на существенные успехи современной медицины, заболевания сердечно-сосудистой системы встречаются очень часто и являются наиболее серьезными. Ведущее место среди этой патологии занимает ишемическая болезнь сердца (ИБС) и её осложнение – инфаркт миокарда (ИМ). ИБС поражает чаще лиц мужского пола в расцвете жизни и трудоспособности. По данным Всемирной Организации здравоохранения в результате ишемической болезни сердца ежегодно человечество теряет 2,5 млн. жителей, причём более 1/3 из них приходится на лиц трудоспособного возраста. Инфаркт миокарда представляет большую угрозу жизни и здоровью.

В настоящее время наиболее полно разработан стационарный этап реабилитации больных ИМ, на котором особое внимание уделяется применению лечебной гимнастики, дозированной ходьбы, бегу трусцой. В научно-методической литературе мало освещен ряд важных вопросов, как-то:

- физической реабилитации больных инфарктом миокарда на поликлиническом этапе реабилитации;
- частоты и характера нарушений сердечного ритма у больных в восстановительном периоде инфаркта миокарда;
- длительности периода выздоровления и влияние на него средств физической тренировки различной направленности и интенсивности.

Решение задач, стоящих на поликлиническом этапе реабилитации, требует значительно большего стимулирования компенсаторных механизмов различных функций, нарушенных болезнью. Возрастает удельный вес физической реабилитации, разнообразие ее средств и форм их применения. В настоящее время, с одной стороны, существует много спорных вопросов, касающихся подбора средств для восстановления физической работоспособности больных; с другой стороны - недостаточное число научных разработок не вносит ясности в



этот вопрос. Отсюда, сложившееся положение требует дополнительных исследований в этой области, что и определяет своевременность и актуальность настоящей работы.

Объектом исследования является педагогический процесс реабилитации больных ИМ на поликлиническом этапе.

Предметом исследования являются средства и методы физической реабилитации и эффективность их воздействия на функциональные показатели организма больных ИМ на поликлиническом этапе.

Гипотеза. Использование аэробных физических нагрузок при реабилитации больных ИМ на поликлиническом этапе может улучшить функциональные показатели работы сердца, это позволит частично или полностью отказаться от медикаментозного лечения и улучшить показатели качества их жизни.

Цель исследования – разработать технологию реабилитации больных ИМ на поликлиническом этапе путем использования физических упражнений аэробной направленности, исключающих тренажерные устройства, что позволит больным систематически заниматься в домашних условиях независимо от времени года, погодных условий.

Задачи исследования

1. Создать комплексную программу физической реабилитации на поликлиническом этапе, построенную, главным образом, на основе аэробных нагрузок, для больных перенесших инфаркт миокарда, с включением традиционных и нетрадиционных средств оздоровительной физической культуры.

2. Разработать план тренировочных нагрузок на различных стадиях поликлинического этапа реабилитации больных, перенесших ИМ.

3. Оценить эффективность разработанной комплексной программы в реабилитации постинфарктных больных.

Методы исследования

1. Инструментальные методы исследования:

- Велозгометрическая проба (ВЭМ);

- Регистрация эхокардиографии (ЭХОКГ);
 - Исследования суточного мониторинга;
 - Регистрация электрокардиограммы (ЭКГ).
2. Педагогические наблюдения.
 3. Педагогический эксперимент по усвоению программного материала.
 4. Методика изучения качества жизни.
 5. Методы математической статистики.

Организация исследования

Исследования проводились на базе Научно-исследовательского института интервенционной кардиоангиологии.

Теоретико-экспериментальное исследование осуществлялось в три этапа в течение 2002-2005 гг.

Первый этап (2002-2003 гг.) являлся подготовительно-поисковым. Данный этап посвящен выбору направления и проблемы исследования, включая в себя изучение литературы по профилактике ИБС и по проблеме развития реабилитационных мероприятий в реабилитации больных ИМ на поликлиническом этапе. Далее осуществлялась разработка программы и аппарата исследования.

На втором этапе (2003-2004гг.) была проведена опытно-экспериментальная работа. Был создан комплексно-комбинированный подход в реабилитации больных ИМ. Проводились исследования по оптимизации составляющих его упражнений. Была разработана и апробирована в ходе педагогического эксперимента методика занятий по реализации программы реабилитации больных ИМ.

Третий этап (2004 - 2005гг.) посвящен анализу и оценке полученных данных. На данном этапе осуществлялась проверка и обработка результатов исследования методами математической статистики. Проводилось обобщение, систематизация, описание полученных результатов, осуществлялись публикации материалов, оформлялось диссертационное исследование и проводилась работа по внедрению результатов исследования в практику реабилитации в КДП.