

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и оздоровительных технологий

Кафедра спортивной медицины и адаптивной физической культуры

Заведующая кафедрой

_____ Виноградова Л.В.

« ____ » _____ 2016 г.

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ГИПЕРТОНИИ 1 СТЕПЕНИ
по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура)

Студент – исполнитель _____ Муравьева О.А.

Научный руководитель _____ Смольякова Н.И.

к.м.н., доцент

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК _____ Ревенко С.Н.

Смоленск 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	5
1.1.Этиология и патогенез гипертонической болезни.....	5
1.2.Классификация гипертонической болезни.....	9
1.3. Клинико-физиологическое обоснование применения ЛФК для реабилитации больных гипертонической болезнью.....	11
1.4.Реабилитация больных гипертонической болезнью на поликлиническом этапе.....	
 Глава2 ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	18
2.1. Задачи исследования.....	18
2.2. Методы исследования.....	28
2.3. Организация исследования.....	21
Глава 3 РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	23
Выводы.....	33
Практические рекомендации.....	35
Литература.....	36
Приложение.....	40

Введение

Актуальность. Сердечно-сосудистые заболевания занимают ведущее положение в структуре заболеваемости и смертности населения, причем в нашей стране эти показатели значительно превосходят аналогичные показатели Европейского региона [2].

Широкое распространение заболеваний сердечно-сосудистой системы можно объяснить резким изменением условий жизни населения, особенно в индустриально развитых странах. Концентрация населения в городах, изменение характера работы и питания, ускорение ритма жизни и увеличение эмоциональной напряженности, резкое ограничение физической активности, все эти факторы не могли не сказаться на изменениях функциональной деятельности организма человека, в первую очередь центральной нервной системы, сердца и сосудов [3,4].

Гипертоническая болезнь является одним из самых распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы и может привести к развитию таких серьезных осложнений как инсульт, инфаркт миокарда, стенокардия, атеросклероз сосудов сердца и головного мозга, нарушение кровообращения в большом и малом круге, склеротическим изменениям в почках [2].

Само заболевание и осложнения, возникающие при нем, вызывают стойкие нарушения жизненно важных функций и систем организма, что приводит к потере трудоспособности, а в некоторых случаях инвалидизации, что снижает трудовые резервы общества. Таким образом, становятся актуальными вопросы физической реабилитации лиц, страдающих гипертонической болезнью.

В общем комплексе мер по охране здоровья населения важное место занимает реабилитация больных гипертонической болезнью. Это — актуальная проблема современной кардиологии, имеющая не только медицинское, но и экономическое значение. Наиболее важным этапом в

комплексной реабилитации больных гипертонической болезнью является поликлинический, поскольку на нем пациент находится более длительное время, сочетая лечебные мероприятия с трудовой деятельностью.

Практическая значимость работы заключается в том, что на основании проведенного исследования сформулированы практические рекомендации по проведению реабилитационных мероприятий с больными гипертонической болезнью на поликлиническом этапе.

Объект исследования: процесс лечебной физической культуры больных гипертонией 1 степени на поликлиническом этапе реабилитации.

Предмет исследования: методика лечебной физической культуры больных гипертонией первой степени на поликлиническом этапе реабилитации.

Цель исследования: разработать методику лечебной физической культуры, направленную на восстановление функционального состояния больных, страдающих гипертонией 1 степени.

Гипотеза: мы предположили, что систематическое применение методики ЛФК будет способствовать стойкому снижению артериального давления до нормальных значений у больных гипертонией 1 степени.