

Автор:

Слесаренко Наталья Анатольевна

магистрант

Научный руководитель:

Шакирова Ольга Викторовна

д-р мед. наук, профессор

Школа искусства, культуры и спорта

ФГАОУ ВО «Дальневосточный федеральный университет»

г. Владивосток, Приморский край

ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТОВ С ВАРИКОЗНЫМ РАСШИРЕНИЕМ ВЕН И СОПУТСТВУЮЩИМ ОЖИРЕНИЕМ

Аннотация: в работе отмечено, что варикозное расширение вен нижних конечностей является одной из важнейших проблем современного здравоохранения, негативно сказываясь на качестве жизни и всех сферах деятельности человека, приводя к развитию сопутствующих заболеваний, потере трудоспособности и инвалидности. Одной из причин прогрессирования заболевания становится избыточная масса тела и развитие ожирения, поэтому представляется актуальным проведение исследования, направленного на поиск немедикаментозных методов восстановительного лечения пациентов с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением, способствующих улучшению функционального состояния кардиореспираторной системы.

Ключевые слова: варикозное расширение вен, ожирение, физическая реабилитация, гимнастика, йога.

В России в настоящее время около 60,0% трудоспособного населения имеют избыточную массу тела, из них 21,9% мужчин и 29,7% женщин страдают ожирением [3, с. 3]. Высокая частота развития сопутствующих заболеваний у женщин среднего возраста с избыточной массой тела и ожирением I–II степени вызывает большую обеспокоенность [2, с. 100]. Проведенная оценка функционального состояния кардиореспираторной системы пациенток с избыточным весом подтверждает необходимость использования, наряду с медикаментозными и

хирургическими, методов физической реабилитации [1, с. 75]. Нам представляется актуальным разработка комплекса физической реабилитации на основе практик гимнастики йога, направленного на улучшение функционального состояния кардиореспираторной системы, как индикатора физиологического состояния организма, и повышение уровня мотивации к выздоровлению у женщин среднего возраста с варикозным расширением вен нижних конечностей и ожирением I–II степени [4, с. 99].

Объект исследования: процесс физической реабилитации пациенток с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением.

Предмет исследования: влияние разработанного комплекса физической реабилитации на основе практик гимнастики йога на состояние организма пациенток с варикозным расширением вен и ожирением.

Цель исследования: разработать комплекс физической реабилитации на основе практик гимнастики йога и экспериментальным путем оценить эффективность его применения у пациенток с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением I–II степени.

Задачи исследования:

1. Провести анализ литературных источников по проблеме восстановительного лечения при ожирении и варикозном расширении вен.
2. Разработать комплекс физической реабилитации на основе практик гимнастики йога для женщин среднего возраста с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением.
3. Оценить влияние разработанного комплекса физической реабилитации на основе практик гимнастики йога на физическое состояние организма женщин с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что разработанный комплекс физической реабилитации на основе практик гимнастики йога окажет положительное влияние на функциональное состояние кардиореспираторной системы и будет способствовать снижению массы тела у пациенток среднего возраста с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением.

Научная новизна: впервые будет представлен комплекс физической реабилитации на основе практик гимнастики йога, применение которого у пациенток с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением будет способствовать оптимизации функционального состояния кардиореспираторной системы и снижению массы тела.

Теоретическая значимость: разработанный комплекс физической реабилитации позволит дополнить существующие методики восстановительного лечения социально значимых и широко распространенных заболеваний – ожирения и варикозного расширения вен.

Практическая значимость: разработанный комплекс физической реабилитации на основе практик гимнастики йога для женщин с варикозным расширением вен и сопутствующим ожирением является эффективным, не требует значительных материальных затрат и может быть использован как в практике здравоохранения, так и при самостоятельных занятиях в домашних условиях.

Список литературы

1. Васендин Д.В. Современные подходы к терапии ожирения // Ученые записки Петрозаводского ГУ. – 2015. – №6. – С. 72–80.
2. Лейман Д.Ю. Современные аспекты комплексной реабилитации женщин среднего возраста при ожирении I степени и избыточной массе тела / Д.Ю. Лейман, О.В. Лимаренко // Технологии социальной работы с различными группами населения. – Чита, 2014. – С. 99–107.
3. Разина А.О. Оптимизация оздоровительно-тренировочных программ у студенток с избыточной массой тела: Автореф. ... канд. наук. – М., 2016. – 22 с.
4. Язлюк М.Н. Физическая реабилитация женщин с гипертонической болезнью на основе гимнастики йога / М.Н. Язлюк, А.П. Вонаршенко, К.И. Засядько // Вопросы здравоохранения. – М., 2015. – №2. – С. 98–107.