

СОЦИАЛЬНО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ САНАТОРНО-КУРОРТНОЙ ОТРАСЛИ

Невеличко Л.Г., Воротилкина И.М., Гудин А.В.
(+7(918)600-7450)

ФГБОУ ВО «Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема», Биробиджан, Филиал «Санаторий «Сочинский» ФГБУ «СКК «Сочинский» МО РФ, Сочи, Россия

Актуальность. Актуальность исследования проблем функционирования санаторно-курортной сферы обусловлена необходимостью осмысления отдыха и оздоровления граждан с позиций их социальной значимости. Охватившая планету пандемия коронавируса заставила снова заговорить о проблемах здоровья. А между тем здоровье нации — важнейший показатель состояния развития экономической, социальной, культурной сфер любого государства, его стратегический потенциал, условие социальной стабильности и благополучия.

Цель исследования. Анализ предпринимаемых государством мер по сохранению и укреплению здоровья людей, снижению заболеваемости и создание новых подходов к формированию эффективной системы оздоровления граждан.

Результаты. Анализ статистических данных показал, что заболеваемость населения, несмотря на предпринимаемые правительством меры, неуклонно растет. 95% взрослого населения страдают хроническими заболеваниями, 85% школьников имеют заболевания и нарушения в развитии. Вследствие неутешительных тенденций — продолжающегося старения, высокого уровня инвалидизации и заболеваемости — возрастает потребность населения в санаторно-курортном оздоровлении. По данным министерства здравоохранения России, 60% взрослого населения и 40% детей имеют показания для санаторно-курортного оздоровления, но по факту потребности населения в такого вида услугах удовлетворяются лишь на 5,9%. Причины этого носят преимущественно социально-экономический характер. Государство, переведя здравницы в рыночный сектор, сделало их недоступными для массового оздоровления, разрушающаяся инфраструктура значительной части санаториев также не может обеспечить предоставление услуг в полном объеме. А между тем статистика не одного десятилетия убедительно доказывает, что санаторно-курортное лечение в 2—6 раз уменьшает число обострений у взрослых и юных пациентов, стойкая и временная нетрудоспособность снижается в 2—3 раза, увеличивается продолжительность активной жизни и трудоспособный период граждан.

Отвечая за состояние здоровья населения и имея в структуре государственной политики санаторно-курортное дело как важнейший ее ресурс, государство, очевидно, должно быть заинтересовано в развитии этого сектора, но по факту некогда успешно функционирующая санаторно-курортная система обнаруживает стойкую тенденцию к разрушению, а без-

участность государства к происходящим процессам приводит к потере мощнейшего рычага в решении проблем оздоровления населения.

Заключение. Президент РФ в Указе от 7 мая 2018 г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 г.» назвал приоритетной задачей увеличения продолжительности жизни. Мощнейшим ресурсом в системе мер в этом направлении может стать восстановление санаторно-курортной системы массовой доступности. В связи с этим необходимо осознавать, что бюджетные вложения в здоровье населения — это не расходы, а инвестиции в социально-экономическое развитие страны.

* * *

КАРДИОРЕАБИЛИТАЦИЯ ПАЦИЕНТОВ ПОСЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ КОРОНАРНОГО ШУНТИРОВАНИЯ

Невзорова Е.В.¹ (evnevzorova@yandex.ru),
Засядько К.И.² (aviazas@rambler.ru),
Шакула А.В.³ (shakula-av@mail.ru),
Косоногова А.В.¹ (a_kosonogova@list.ru)

¹ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина», Тамбов, Россия;

²ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского», Липецк, Россия;

³ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России, Москва, Россия

Актуальность. Заболевания сердечно-сосудистой системы (ССС) занимают ведущее место в структуре трудопотерь, а их осложнения составляют основную причину смерти и инвалидизации населения наиболее трудоспособного возраста, что отрицательно влияет на экономический потенциал страны. Поэтому одной из актуальных задач здравоохранения остается поиск эффективных методов профилактики и лечения пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Одним из перспективных методов, которые используются в восстановительной медицине для лечения и реабилитации пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями, является прерывистая нормобарическая гипоксическая стимуляция, или, гипокситерапия.

Цель исследования. Разработать метод прерывистой нормобарической гипоксической низкоинтенсивной тренировки на тредмиле для кардиореабилитации пациентов на раннем послеоперационном этапе после проведения коронарного шунтирования. Оценить риски развития осложнений ССС при использовании метода.

Материал и методы. Обследованы 44 пациента (10 женщин в возрасте от 50 до 73 лет и 34 мужчин в возрасте от 40 до 71 года) с ишемической болезнью сердца, перенесших коронарное шунтирование. Для кардиореабилитации использовали гипоксические газо-

вые смеси, подаваемые пациенту для дыхания через кислородную маску в комбинации с низкоинтенсивными тренировками на тредмиле ReaTerra. Для оценки рисков развития осложнений ССС при применении метода использовали программно-аппаратный комплекс осциллометрического анализатора параметров сердечного выброса и артериального давления АПКО-8-РИЦ. Рассчитывали индексы Робинсона, коэффициент выносливости, вегетативный индекс Кердо, индекс адаптационного потенциала ССС. После завершения программы кардиореабилитации исследуемые заполняли опросник SF-36 Health Status Survey.

Результаты. Исследования показали, что применение метода кардиореабилитации восстанавливало уровень артериального давления и ритм сердечных сокращений, увеличивало индекс вегетативного равновесия Кердо. Индекс Робинсона характеризовал оптимальную работу ССС, коэффициент выносливости характеризовал выносливость ССС как удовлетворительную. Адаптационный потенциал ССС соответствовал физиологическим значениям нормы, деятельность сердца оценивалась как экономичная и эффективная, что свидетельствовало об удовлетворительной адаптации пациентов к тренировочному процессу при применяемой методике. У пациентов после курса тренировки по данным опросника физический и психологический компоненты здоровья были качественно выше, чем до тренировки.

Заключение. Метод прерывистой нормобарической гипокситерапии в комбинации с низкоинтенсивными тренировками на тредмиле у пациентов на раннем послеоперационном этапе после проведения коронарного шунтирования показал высокую эффективность при заболеваниях ССС, способствовал активизации адаптационно-приспособительных и гемодинамических саногенетических механизмов, обеспечивал стимулирование реабилитационного потенциала у лиц разных возрастных групп и не увеличивал риск развития осложнений ССС.

* * *

МЕТОД ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИТНЕС-АЭРОБИКИ КАК СПОСОБ РЕАБИЛИТАЦИИ ПАЦИЕНТОВ С БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ

Невзорова Е.В.¹ (evnevzorova@yandex.ru),
Засядько К.И.² (aviazas@rambler.ru),
Шакула А.В.³ (shakula-av@mail.ru),
Воробьева К.А.¹ (k.senechkavor2002@gmail.com)

¹ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина», Тамбов, Россия;

²ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского», Липецк, Россия;

³ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России, Москва, Россия

Актуальность. Для поддержания ремиссии болезни и нормального развития жизненного обеспечения организма пациентов с бронхиальной астмой необходимым условием является проведение реабилитационных мероприятий, основной задачей которых является активация функциональных и адаптационных систем организма. Одной из реабилитационных программ в комплексе лечебных мероприятий при бронхиальной астме является программа лечебного фитнеса. Физические упражнения, которые включены в данную программу, помогают мобилизовать механизмы кровообращения, активировать утилизацию кислорода тканями. Все это способствует борьбе с гипоксией.

Цель исследования. Разработать метод оздоровительной фитнес-аэробики, предусматривающий физические аэробные упражнения, требующие пролонгированного повышенного кислородного обеспечения и оказывающие оптимизирующие изменения в кардиореспираторной системе.

Материал и методы. В ходе эксперимента было определено две группы. Занятия в контрольной группе проводились по программе общего физического воспитания (ОФП), предполагающей методы, в которых использовались различные средства физической культуры: легкая атлетика, общеразвивающие физические упражнения с использованием разного спортивного инвентаря: гимнастическая стенка, скамейка, палки, лестницы, лыжи. Занятия в основной группе проводились по авторской методике оздоровительной фитнес — аэробики. Использовался комплекс различных ритмических, циклических танцевальных движений с низкой интенсивностью, которые выполнялись под музыку в течении продолжительного времени с использованием различных снарядов, рассчитанных на тренировку разных групп мышц. Был разработан комплекс базовых шагов с использованием платформы. У всех исследуемых изучались показатели нейроэндокринной, кардиореспираторной систем, кислотно-щелочного состояния организма.

Результаты. В ходе исследования адаптирована и апробирована методика оздоровительной фитнес-аэробики для пациентов с бронхиальной астмой. В сравнительном аспекте было доказано оптимизирующее влияние авторской методики на функциональное состояние организма пациентов с бронхиальной астмой, которое превосходило действие методов ОФП: повышение количества АКТГ, кортизола, снижение уровня реактивной и личностной тревожности, увеличение темпа восстановления сердечной деятельности к третьей минуте, увеличение показателей функции внешнего дыхания и показателей, характеризующих состояние проходимости бронхов, изменение показателей кислотно-щелочного состояния крови: увеличение рН, раО₂, SO₂, BE, лактата, уменьшение раСО₂, НСО₃, Нб.

Заключение. Полученные данные являются основанием для применения метода оздоровительной фитнес-