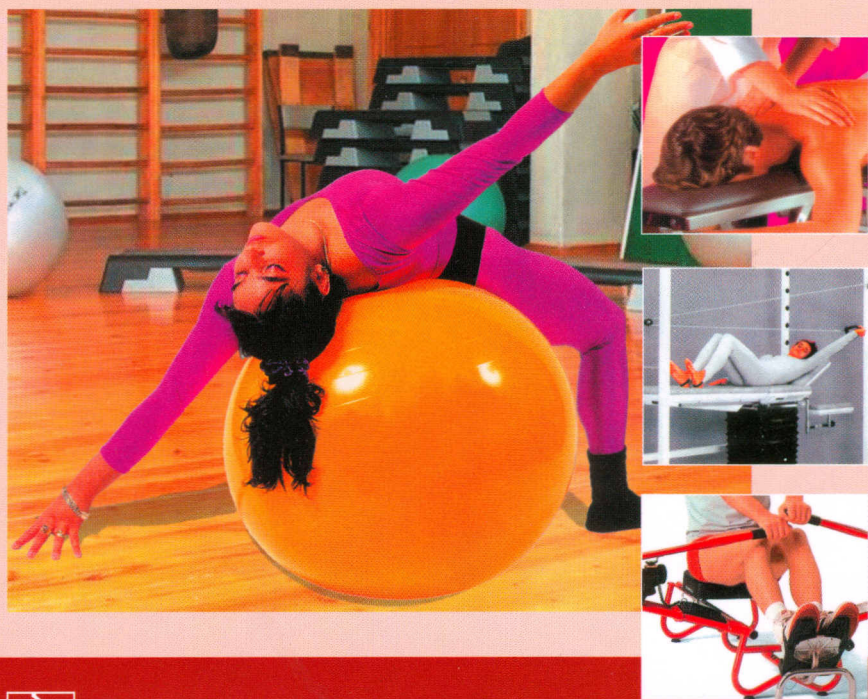


615.82(045.32)  
Е 64

В.А. Епифанов

# ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

УЧЕБНИК ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ УЧИЛИЩ И КОЛЛЕДЖЕЙ



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА  
«ГЭОТАР-Медиа»

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
Краткий исторический очерк развития ЛФК и массажа .....	6
<b>Часть I. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ .....</b>	<b>13</b>
<b>Глава 1. Современное представление о реабилитации .....</b>	<b>14</b>
1.1. Медико-социальное направление реабилитации .....	14
1.2. Система поэтапной реабилитации больных.....	25
1.3. Роль и место ЛФК в системе медицинской реабилитации.....	28
<b>Глава 2. Антропометрия.....</b>	<b>31</b>
2.1. Определение массы тела пациента .....	33
2.2. Определение роста пациента .....	34
<b>Глава 3. Основы массажа .....</b>	<b>35</b>
3.1. Виды массажа.....	35
3.2. Физиологическое влияние массажа на организм .....	37
3.3. Лечебный массаж.....	40
3.4. Сегментарно-рефлекторный массаж .....	49
3.5. Точечный массаж .....	55
3.6. Соединительнотканый массаж .....	64
3.7. Периостальный массаж .....	73
3.8. Косметический массаж .....	75
3.9. Самомассаж .....	87
<b>Глава 4. Основы лечебной физической культуры .....</b>	<b>89</b>
4.1. Особенности метода ЛФК .....	90
4.2. Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений.....	92
4.3. Средства ЛФК.....	101
4.4. Формы и методы ЛФК .....	147
<b>Часть II. СРЕДСТВА ЛФК И МАССАЖ В КОМПЛЕКСНОМ ЛЕЧЕНИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ТРАВМ .....</b>	<b>161</b>
<b>Глава 5. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.....</b>	<b>162</b>
5.1. Клинико-физиологическое обоснование применения средств ЛФК.....	163

5.2. Инфаркт миокарда .....	168
5.3. Ишемическая (коронарная) болезнь сердца .....	179
5.4. Гипертоническая болезнь (эссенциальная гипертензия) .....	189
5.5. Артериальная гипотензия.....	192
<b>Глава 6. ЛФК при заболеваниях органов дыхания .....</b>	<b>194</b>
6.1. Механизмы лечебного действия средств ЛФК .....	194
6.2. Основы методики ЛФК при заболеваниях легких.....	196
6.3. Методики лечебной гимнастики.....	203
6.4. Средства ЛФК на стационарном этапе восстановительного лечения.....	205
6.5. Средства ЛФК на поликлиническом (санаторном) этапе восстановительного лечения .....	208
6.6. Массаж при заболеваниях легких .....	210
6.7. Особенности ЛФК при некоторых заболеваниях органов дыхания .....	212
<b>Глава 7. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ .....</b>	<b>223</b>
7.1. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.....	223
7.2. ЛФК при нарушениях обмена веществ.....	241
<b>Глава 8. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата .....</b>	<b>259</b>
8.1. ЛФК при статических деформациях ОДА.....	259
8.2. ЛФК при дегенеративных изменениях в структурах позвоночника и суставов.....	301
<b>Глава 9. ЛФК при заболеваниях и повреждениях центральной и периферической нервной системы .....</b>	<b>326</b>
9.1. Средства ЛФК.....	326
9.2. Инсульт .....	331
9.3. Травматические повреждения головного мозга .....	350
9.4. Повреждения позвоночника, осложненные травмой спинного мозга .....	351
9.5. ЛФК при поражениях лицевого нерва.....	362
9.6. ЛФК в комплексном лечении повреждений периферической нервной системы.....	372
<b>Глава 10. ЛФК при повреждениях опорно-двигательного аппарата .....</b>	<b>377</b>
10.1. Средства ЛФК .....	379

10.2. ЛФК при повреждении плечевого пояса и верхних конечностей.....	388
10.3. ЛФК при повреждении нижних конечностей.....	404
10.4. ЛФК при переломах костей таза.....	421
10.5. ЛФК при повреждении позвоночника.....	425
10.6. ЛФК для пациентов после ампутации конечностей.....	436
<b>Глава 11. ЛФК в хирургии.....</b>	<b>445</b>
11.1. ЛФК в пред- и послеоперационном периодах при ранениях и операциях на грудной клетке.....	447
11.2. ЛФК при хирургическом лечении заболеваний периферических сосудов.....	459
<b>Глава 12. ЛФК в акушерстве и гинекологии.....</b>	<b>464</b>
12.1. ЛФК в акушерстве.....	464
12.2. ЛФК при гинекологических заболеваниях.....	483
<b>Глава 13. ЛФК при повреждениях и заболеваниях челюстно-лицевой области.....</b>	<b>504</b>
13.1. Анатомо-физиологическая характеристика жевательного аппарата и мимических мышц лица.....	505
13.2. Средства и формы ЛФК.....	507
13.3. Постизометрическая релаксация мышц в терапии миофасциальных болевых синдромов.....	513
13.4. Двигательный режим.....	516
13.5. Особенности массажа в стоматологии.....	518
Литература.....	521