

ВУЗ

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА  
на тему: Изучение и анализ роли медицинской  
сестры в реабилитации пациентов с  
остеохондрозом в условиях стационара**

**Выполнил:**

**Руководитель ВКР:**

# Цель и задачи

**Цель** – изучение роли медицинской сестры в реабилитации пациентов с остеохондрозом в условиях стационара - “Центр восстановления суставов и позвоночника”.

## **Задачи:**

1. Изучить понятие “Остеохондроз ”, причины, виды, стадии, факторы риска, осложнения, диагностика, лечение, профилактика.
2. Проанализировать статистику остеохондроза в России, Самарской области г. Сызрань
3. Выявить роль медицинской сестры в реабилитации пациентов с остеохондрозом в условиях стационара.

# Цель и ожидаемые результаты программы

**Цель** – поддержание и оптимизация уровня здоровья для сохранения качества жизни.

## **Задачи:**

1. улучшение и стабилизация общего состояния (стабилизация АД, нормализация стула, веса, дизурического синдрома, другое)
2. нормализация клинико-биохимических показателей
3. повышение уровня общей физической активности
4. сохранение и восстановление трудовой активности
5. снятие болевого синдрома.

# Упражнения для подострого периода

1. Лечь на спину, ноги выпрямить. Поочередно сгибать и разгибать ноги в голени
2. Скользя пяткой по постели, медленно подтянуть ее как можно ближе к ягодице, задержаться в этом положении на несколько секунд, медленно распрямить ногу. Повторить для другой ноги. Сделать по 8 повторений. Затем повторить упражнение, но двумя ногами одновременно.
3. Лечь на спину, руки вытянуты вдоль туловища, ноги прямые, вытянуты. Поочередно медленно поднимать выпрямленные руки вверх за голову на вдохе, на выдохе возвращаясь в исходное положение.
4. Медленно отвести правую ногу в сторону. Повторить 8 раз. Поменять положение ног и повторить упражнение для левой ноги.
5. Лечь на спину, левая нога согнута в колене и подтянута к животу, правая нога выпрямлена, лежит на коврике. Медленно приподнять правую ногу вверх. Поменять положение ног, повторить для левой ноги.
6. Лечь на спину, руки вытянуты вдоль туловища, ноги согнуты в коленях, ступни прижаты к коврику. С помощью мышц пресса и бедра медленно поднять таз вверх на вдохе, задержаться в этом положении несколько секунд, медленно вернуться в исходное положение на выдохе.
7. Лечь на спину, руки скрещены на груди, ноги согнуты в коленях, ступни прижаты к коврику. На выдохе медленно приподнять голову и плечи, напрягая мышцы пресса, на вдохе вернуться в исходное положение.
10. Встать на четвереньки на кровати. Медленно, скользя кистями по постели, сесть ягодицами на пятки. Вернуться в исходное положение.

# Организация рабочего места

подбор стола высотой в пределах около 72 см;

выбор удобного кресла, имеющего спинку, подлокотники, подъемно-поворотный механизм;

обеспечение постановки ног на полу;

установка клавиатуры ниже уровня локтей;

расположение монитора, обеспечивающего направление взгляда в верхнюю часть экрана.

# Важные аспекты, о которых должен помнить каждый человек, чтобы сохранить

## ПОЗВОНОЧНИК ЗДОРОВЫМ

Занятия гимнастикой

Адекватная нагрузка

Посещение бассейна

Режим питья

Организация рабочего места

Организация спального места

# Основные мероприятия по уходу



обеспечение и поддержание жизненно важных функций;

адекватное питание;

поддержание чистоты тела;

обеспечение комфортного и безопасного положения пациента как в постели, так и вне ее;

обеспечение нормального функционирования мочевого пузыря и кишечника;

профилактику пролежней и контракту

# Цели сестринского дела в реабилитации

помочь пациенту справиться с инвалидностью или хронической болезнью путем поддержания функций;

восстановить или улучшить утраченные функции в процессе предоставления самоухода;

восстановить оптимальные социальные функции;

способствовать психологической адаптации;

предупредить осложнения, связанные с хроническими заболеваниями или инвалидностью.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**