

## В поликлинике № 76 можно пройти реабилитационные программы оздоровления после COVID-19



В поликлинике № 76 уделяется особое внимание реабилитации пациентов, перенесших коронавирусную инфекцию COVID-19. Врачи-специалисты разработали комплексные оздоровительные программы и предлагают пройти их всем, кто испытывает постковидным синдром.

Коронавирусная инфекция — опасное и коварное заболевание. Оно может давать осложнения даже у тех, кто переболел в легкой форме или вообще бессимптомно. Медицинская статистика свидетельствует о том, что до 60% людей, перенесших COVID-19, нуждаются в последующих мероприятиях по восстановлению здоровья. Патологическое состояние после перенесенного заболевания называется постковидным синдромом. Если вы замечаете у себя повышенную слабость и утомляемость, головные боли, одышку и боли в области грудной клетки, мышечные боли и боли неврологического характера, продолжительный кашель, рассеянное внимание и снижение памяти, появление тревожности, апатии, депрессивного состояния, нарушения сна или потерю аппетита, полную или частичную потерю обоняния, сильное выпадение волос, а также чувствуете слабость, усталость, раздражительность, апатию и другие характерные симптомы постковидного синдрома

— это сигнал, что нужно пройти реабилитацию, в которой будут учтены конкретные проблемы и составлена индивидуальная программа по восстановлению жизненных сил и здоровья.

Реабилитационная программа проводится после назначения врача-физиотерапевта. В поликлинике № 76 открылось отделение физиотерапии, включающее в себя кабинеты физиотерапевтического лечения, зал лечебной физкультуры, ингаляторий, кабинет массажа. Реабилитация после COVID-19 нужна всем пациентам, вне зависимости от наличия и выраженности у них нарушений функций.

Для пациентов, перенесших COVID-19, в кабинете физиотерапии разработаны специальные программы восстановления после коронавирусной инфекции — комплекс лечебных методик, которые, действуя совместно, усиливают эффект друг друга. В состав программы входят физиотерапевтические процедуры, лечебный массаж, ЛФК.

**Для восстановления органов дыхания** после перенесенной пневмонии с целью восстановления дыхательной функции лёгких разработаны следующие программы:

**Реабилитационная программа № 1** включает магнитотерапию, ингаляции с минеральной водой либо с медицинскими препаратами, ЛФК, массаж грудной клетки по классической лечебной методике.

**Реабилитационная программа № 2**, включающая магнито-инфракрасный лазер (с целью улучшения микроциркуляции лёгочной ткани, противовоспалительного действия, восстановления ткани легкого), СМТ-терапию (лечение синусоидальными модулированными токами спазмолитического действия, уменьшения бронхиальной обструкции, активации дренажной функции, стимуляции кашлевых рецепторов), ингаляции с минеральной водой либо с медицинскими препаратами, ЛФК.

**Реабилитационная программа № 3**, включающая электрофорез с лидазой (метод физиотерапевтического лечения, который позволяет доставить концентрированные противовоспалительные средства непосредственно в зону поражения без повреждения кожных покровов и слизистой, применяется для снятия бронхоспазма, улучшения отхождения мокроты, уменьшения болей, рассасывания воспаления, спаек), СМВ-терапию (с целью противовоспалительного действия), ЛФК.

**Реабилитационная программа № 4**, включающая фонофорез лекарственный (это комплексное сочетание технологий двух физиотерапевтических процедур: электрофореза лекарственных веществ и ультразвуковой терапии. Методика позволяет воздействовать на организм одновременно ультразвуковыми колебаниями и медикаментами, которые наносятся на кожу и слизистые оболочки. Проводится с

целью противовоспалительного, десенсибилизирующего, спазмолитического, дефибрирующего действия, воздействия на гладкую мускулатуру бронхов, способствуя отхождению мокроты), ЛФК, массаж.

**Для восстановления нервной системы с осложнениями ЦНС** (потеря обоняния, депрессия, тревога, расстройства настроения и повышенная утомляемость, ощущения нехватки воздуха) разработаны следующие программы:

**Реабилитационная программа № 1**, включающая электрофорез лекарственных препаратов эндоназально, медицинский массаж шейно-воротниковой области.

**Реабилитационная программа № 2**, включающая воздействие низкочастотного лазера (активирует обменные и восстановительные процессы в обонятельном нерве), гальванический воротник по Щербаку.

**При цереброастении** (головокружение, слабость) разработана программа, включающая дарсонвализацию волосистой части головы и воротниковой области (с целью улучшения кровообращения и улучшения трофики, тонуса организма) или электрофорез на воротниковую зону, массаж шейно-воротниковой области.

**При тревоге, нарушении сна** разработана реабилитационная программа, включающая электрофорез по Вермелю.

**Для восстановления сердечно-сосудистой системы** разработана программа, включающая лекарственный электрофорез Щербаку (применяется при артериальной гипертензии), низкочастотное переменное магнитное поле (повышает сократительную функцию миокарда, уменьшает потребность миокарда в кислороде при выполнении невысоких физических нагрузок, дает гипокоагулирующий и антиагрегантный эффект), низкоинтенсивное лазерное излучение (нормализует кровообращение в терминальных сосудах коронарного русла, уменьшает активность перекисного окисления липидов, повышает антиоксидантную защиту, повышает метаболизм ишемизированных кардиомиоцитов, дает антиангинальный эффект), ЛФК.

**Для восстановления костно-суставной системы** разработана программа, включающая фонофорез лекарственный, СМТ-терапию (оказывает обезболивающий, противоотечный, противовоспалительный, трофический эффект), ЛФК, массаж.

Все программы рассчитаны на 10-дневный курс лечения, который может быть увеличен или уменьшен в зависимости от конкретной ситуации и того, как проходит процесс реабилитации, как пациент переносит процедуры лечения.

**Для получения реабилитационного лечения необходимо записаться к врачу-терапевту поликлиники № 76 по телефону 246-73-13**

Материал подготовлен Управлением по связям с общественностью по информации СПб  
ГБУЗ «Городская поликлиника № 76»

Материал взят с сайта [СПбПУ](#)