

Реабилитация больных после инсульта

Лечение инсультных больных - это очень длительный и поэтапный процесс, который должен пройти целый ряд последовательных стадий. Сначала такие пациенты лечатся в реанимационном отделении, где ведется борьба за их жизнь, затем в неврологическом стационаре, где занимаются восстановлением пораженных клеток.

Но не менее важным является этап восстановления после выписки из стационара. Ведь тот неврологический дефицит, который имеется у больного, уже нельзя восстановить медикаментозным путем, поскольку клетки мозга разрушены.

Сколько времени восстанавливаются после инсульта?

Ишемический инсульт с минимальным неврологическим дефицитом (легкий паралич конечностей и лица, нарушение координации, зрения, головокружения) Частичное восстановление 1-2 месяца. Полное восстановление 2-3 месяца

Любой вид инсульта с выраженным неврологическим дефицитом (грубый паралич конечностей и лица, стойкие дискоординационные нарушения). Частичное восстановление с возможностью самообслуживания 6 месяцев. Полное восстановление случается редко и занимает годы. Тяжелые массивные ишемические и геморрагические инсульты с стойким неврологическим дефицитом (инвалидизация за счет паралича одной стороны и прочие дефекты). Частичное восстановление с возможностью самостоятельно сидеть - 1-2 года; Полное восстановление не возможно.

Упражнения для восстановления после инсульта

Общие особенности упражнений характеризуются такими моментами:

1. Понижение мышечного тонуса и напряжения. Любой инсульт вызывает паралич, характеризующийся гипертонусом мышц и повышенную возбудимость;
2. Улучшение микроциркуляции. Инсульт нарушает иннервацию всех тканей. Как следствие - нарушение их кровоснабжения;
3. Профилактика контрактуры. На фоне длительного неврологического дефицита и спастического паралича дополнительно возникает застывание мышц, находящихся в состоянии постоянного напряжения;
4. Защита кожи конечностей от пролежней. Особенно это актуально в отношении ног. В местах наибольшего давления и соприкосновения, которыми являются пяточные области, чаще всего возникают пролежни;
5. Возобновление тонких движений. Относятся к самым важным функциям конечностей, которые собственно, и характеризуют полное восстановление работы нервной системы. Наиболее это актуально в отношении кистей и верхних конечностей в целом.

Всем больным после тяжелых инсультов с грубым неврологическим дефицитом обязательно должен помогать кто-то из близких, поскольку самостоятельно справиться с такой задачей они не в силах. Лучше, если комплекс упражнений будет выполняться 2-3 раза за сутки своеобразными короткими курсами, занимающими около одного часа. Они не должны

вызывать у больного выраженной усталости и переутомления. Если таковые возникают, это говорит о несовместимости нагрузок и фактических способностей пациента на конкретном этапе реабилитационно-восстановительного периода.

Восстановление речи после инсульта

Восстановительные процессы в головном мозге в отношении речевой функции проходят намного медленнее, чем при двигательных расстройствах. Они могут длиться по несколько лет. Что касается непосредственного произношения слов, то в случае полной утраты речевой способности необходимо начинать произношение отдельных звуков и слогов. Для этого больному говорят часть слова или фразы, не договаривая окончаний. Пациент сам должен их выговаривать. Постепенно объем воспроизводимых слов должен увеличиваться. Самым последним этапом является повторение стишков и скороговорок.

Восстановление памяти после инсульта

Первое, над чем работают врачи - это медикаментозная поддержка пораженных нейронов. Больным назначаются внутривенные инфузии ноотропов (препаратов, улучшающих метаболические процессы в мозге и память). Их приём обязательно должен быть продолжен и на этапе амбулаторного лечения, но уже в таблетированном виде. К наиболее распространенным и эффективным ноотропам относят пирацетам, луцетам, ноогропил, фезам, тиоцетам. Все они действуют достаточно медленно, поэтому важно соблюдать длительность приема, которая должна составлять не менее 3 месяцев. После короткого перерыва лечебный курс должен быть повторен.

Препараты для восстановления после инсульта:

**Улучшающие кровоснабжение мозга: пентоксифилин; кавинтон
церебролизин; препараты на основе аспирина;**

**Улучшающие метаболические процессы в мозговых клетках: цераксон;
актовегин; солкосерил; циннаризин; гинкго-форт; кортексин;**

Ноотропы: пирацетам ;ноофен; луцетам;

Никогда не стоит падать духом, какой бы вид инсульта не был перенесен, и несмотря на очевидные прогнозы. Ведь жизненный ресурс у каждого человека разный, тем более в отношении головного мозга. Только постоянные занятия над собой могут помочь более полно и в возможно короткие восстановиться после инсульта.

Врач- невропатолог

Кузьмина И.Н.