

ID: 2019-05-4343-T-18724

Тезис

Лихограй Л.И., Уколова Е.С., Дробинина А.В., Бутин М.И.

Физическая реабилитация при ожирении

ФГБОУ ВО Оренбургский ГМУ Минздрава России, кафедра физической культуры

Научный руководитель: к.п.н. Ермакова М.А.

Ожирение – серьезная медико-социальная и экономическая проблема современного общества. Актуальность ее определяется угрозой инвалидизации пациентов молодого возраста и снижением общей продолжительности жизни в связи с частым развитием сопутствующих заболеваний.

Цель и задачи: раскрыть основные принципы физической реабилитации при ожирении.

Материал и методы: обзор и анализ источников по данной теме.

Результаты. Системность применения всех доступных и необходимых средств и методов реабилитации важна, поскольку проблемы реабилитации при ожирении весьма сложны и требуют совместной деятельности многих специалистов. Важнейшим условием выздоровления и восстановления больных с ожирением является правильный режим физической активности. Главенствующая роль отводится методике проведения занятий физическими упражнениями при ожирении в соответствии с состоянием каждого занимающегося.

Основным средством физической реабилитации являются физические упражнения. Они дают положительный эффект в реабилитации, во-первых, они адекватны возможностям занимающихся, а во-вторых, оказывают тренирующее действие и повышают адаптационные возможности, при условии, что на занятиях учитывается ряд методических правил и принципов физической тренировки.

Выводы. Успех реабилитации при ожирении зависит от комплексного и систематического применения мероприятий в течение 1-2 лет. Неудача обусловлена главным образом тем, что больным не удается преодолеть аппетит и сложившиеся привычки в отношении питания.

Литература

1. Физическая реабилитация. В 2 томах. Том 1: — Москва, Академия, 2013 г.- 288 с.
2. Физическая реабилитация. В 2 томах. Том 2: — Санкт-Петербург, Академия, 2013 г.- 304 с.

Ключевые слова: ожирение, реабилитация