Черная Речка программа реабилитации после COVID 19

Программа предназначена для пациентов, перенесших пневмонию, в том числе инфекцию COVID-19.

Для заезда по программе необходимы:

* не менее двух отрицательных теста ПЦР (мазок) с интервалом не менее суток
* отчетливая клиническая динамику, свидетельствующая о выздоровлении (нормализация температуры тела, отсутствие проявления инфекции: насморка, чихания, заложенности носа, боли в горле, изменений обоняния и вкуса, и т.д.)
* санаторно-курортная карта
* программа предоставляется для пациентов, не требующих кислородной поддержки в ночное время

Суть программы:

Выполнение комплекса реабилитационных мероприятий, направленных на восстановление функции легких, нормализацию дыхательных объемов, профилактику развития легочного фиброза, а также укрепление иммунитета и снижение рисков повторных заболеваний и осложнений. Данная программа может быть реализована как на 2-м, так и на 3-м этапе реабилитации.

Особенно важно пройти эту программу пациентам, у которых есть сопутствующие заболевания: сердечно-сосудистые (гипертония, ИБС, аритмия), нервной системы (хроническая цереброваскулярная болезнь), обменные (сахарный диабет, атеросклероз, лишний вес и т.д.).

Содержание программы:

Обследование

* Клинический анализ крови
* ЭКГ
* Суточный монитор ЭКГ (по показаниям)
* Эхокардиография
* Функция внешнего дыхания (ФВД)
* Проба с физической нагрузкой (тест с 6-минутной ходьбой)
* Биохимический анализ крови (креатинин, АЛТ, АСТ, липидный спектр, глюкоза), гликолизированный гемоглобин (для пациентов с СД)
* МНО (при фибрилляции предсердий (мерцательной аритмии) и исходных нарушениях
* Тестирование в динамике (дважды) по шкале астенизации, госпитальной шкале тревоги и депрессии, шкале старческой астении, шкале Frax (риск остеопороза), ВАШ одышки.

Лечение

* Оптимальная медикаментозная терапия (в том числе сопутствующих сердечнососудистых заболеваний).
* Физическая реабилитация (восстановление физической работоспособности, тренировка дыхательной мускулатуры, специальная дыхательная гимнастика), направленная на:
* повышение эластичности легочной ткани, увеличение жизненной емкости легких и с целью предотвращения прогрессирования фиброза легких и развития дыхательной недостаточности
* постепенное восстановление работы скелетной мускулатуры после периода вынужденной гиподинамии как вследствие ИВЛ, так и ограничения физической активности, связанной с соблюдением режима самоизоляции.
* Физиотерапевтические процедуры по назначению врача улучшают кровообращение, способствуют рассасыванию застойных очагов.
* Психологическая поддержка, при необходимости, медикаментозная коррекция.
* Динамическое врачебное наблюдение.
* Информационная поддержка и обучение, коррекция факторов риска.

Путевка реабилитации после пневмонии не предусматривает однозначного предварительного определения количества и состава процедур, так как эти параметры могут быть определены только лечащим врачом на основе тщательной оценки состояния здоровья пациента с учетом длительности курса реабилитации, наличия показаний и индивидуальных противопоказаний к отдельным процедурам, рисков и т.д.

На реабилитационном этапе проводится лечение сопутствующих заболеваний, предрасполагающих к более тяжелому течению инфекции, коррекция возникших осложнений со стороны органов и систем, а именно:

* Сердечно-сосудистая система: проведение стратификации рисков и оценка риска осложнений по прогностическим шкалам, назначение терапии в соответствии с полученными результатами.
* Дыхательная система: купирование бронхиальной обструкции, поддерживающая терапия. Увлажняющие средства, масляные капли интраназально (по назначению ЛОР врача стационара первого этапа) для пациентов с остаточными явлениями ларинготрахеита. Применяются препараты, влияющие на мукоцилиарный клиренс (самоочищение легких).
* Пищеварительная система: восстановление микрофлоры кишечника (рациональное питание).
* Нервная система: транквилизаторы и адаптогены при наличии астенического синдрома.
* Опорно-двигательный аппарат: ЛФК.

**Длительность программы – от 12 дней, оптимально 2-3 недели.**