

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Московская медицинская академия имени С.П. Боткина»  
117342, г. Москва, ул. Профсоюзная, д.69, ИНН 7728486653, ОГРН 1197700014225

**УТВЕРЖДАЮ**



**Ректор АНО ДПО  
«ММА им. С.П. Боткина»**

**Михедов Н.А.**

**«24» июня 2021 г.**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**Наименование программы: Лечебная физкультура при  
различных заболеваниях.**

## **I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

### **Актуальность реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации.**

Лечебная физическая культура (далее – ЛФК) - это самостоятельная медицинская дисциплина, использующая средства физической культуры для лечения заболеваний и повреждений, профилактики их обострений и осложнений, восстановления трудоспособности. Основным таким средством (и это отличает лечебную физическую культуру от других методов лечения) являются физические упражнения - стимулятор жизненных функций организма.

ЛФК - один из важнейших элементов современного комплексного лечения, под которым понимается индивидуально подобранный комплекс лечебных методов и средств: консервативного, хирургического, медикаментозного, физиотерапевтического, лечебного питания и др. Комплексное лечение воздействует не только на патологически изменённые ткани, органы, или системы органов, но и на весь организм в целом. Удельный вес различных элементов комплексного лечения зависит от стадии выздоровления и необходимости восстановления трудоспособности человека. Существенная роль в комплексном лечении физической культуре как методу функциональной терапии.

Физические упражнения влияют на реактивность всего организма и вовлекают в общую реакцию механизмы, которые участвовали в патологическом процессе.

Современный подход к лечению посредством лечебных физических упражнений все более укрепляет свои позиции, поскольку использование только медикаментозных средств часто не оказывает необходимого позитивного воздействия, а нередко вызывает побочные явления (токсические, аллергические). Использование средств ЛФК приводит к активному двигательному режиму и положительным эмоциям, что служит источником

энергии для самозащиты организма на всех уровнях его жизнедеятельности как в норме, так и при патологии.

### **Цели реализации программы:**

Целью программы повышения квалификации «Лечебная физкультура при различных заболеваниях» является углубление и расширение объема знаний и умений, совершенствование практических навыков в связи с повышением требований к уровню квалификации и необходимостью освоения современных методов решения профессиональных задач по профилю «Лечебная физкультура и спортивная медицина».

В программе представлен обзор методов и средств лечебной физкультуры для лечения пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями, заболеваниями органов дыхания и пищеварения, почек и мочевыводящих путей, а также состояний после хирургических вмешательств и др.

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации врачей «Лечебная физкультура при различных заболеваниях» является учебно-методическим нормативным документом, регламентирующим содержание, организационно-методические формы и трудоемкость обучения.

Программа составлена в соответствии с Приказом Минздрава России от 08.10.2015 №707н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки» (Зарегистрировано в Минюсте России 23.10.2015 № 39438).

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации врачей «Лечебная физкультура при различных заболеваниях» разработана на основе следующих законодательных и нормативных документов Российской Федерации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минздрава России от 07.10.2015 № 700н «О номенклатуре специальностей специалистов, имеющих высшее медицинское и фармацевтическое образование»;
- Приказ Минздравсоцразвития России от 23.07.2010 №541н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»;
- Приказ Минздрава России от 03.08.2012 №66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях»;
- Приказ Минобрнауки России от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Письмо федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 06.02.2007 № 0100/1229 - 07-32 «О допуске специалистов к занятию профессиональной деятельностью на врачебных должностях»;
- Письмо Минобрнауки России от 22.04.2015 № ВК-1030/06 «Методические рекомендации-разъяснения по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов»;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 29.11.2012 № 982н «Об утверждении условий и порядка выдачи сертификата специалиста медицинским и фармацевтическим работникам, формы и технических требований сертификата специалиста» (в ред. Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 31.07.2013 № 515н);

- Письмо Минобрнауки России от 02.09.2013 № АК-1879/06 «О документах о квалификации»;

- приказ Министерства образования и науки РФ от 25.08.2014 № 1081 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (уровень подготовки кадров высшей квалификации)»

**Требования к поступающему для обучения на программу слушателю:**

К освоению программы допускаются врачи по основной специальности – «Лечебная физкультура и спортивная медицина».

**Трудоемкость обучения:** 36 ч.

**Срок обучения:** 7 дней.

**Форма обучения:** заочная

Реализация программы с использованием ДОТ (дистанционных образовательных технологий)

**Выдаваемый документ:** По завершении обучения слушатель, освоивший дополнительную профессиональную программу и успешно прошедший итоговую аттестацию, получает удостоверение о повышении квалификации установленного образца в соответствии со ст. Федерального закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

**II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ВРАЧЕЙ, УСПЕШНО ОСВОИВШИХ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ПРОГРАММУ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ВРАЧЕЙ СО СРОКОМ ОСВОЕНИЯ 36 АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ ПО ТЕМЕ «Лечебная физкультура при различных заболеваниях»**

Результаты обучения по Программе направлены на совершенствование компетенций, приобретенных в рамках полученного ранее профессионального образования на основе Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина».

## **Характеристика профессиональных компетенций врачей, подлежащих совершенствованию в результате освоения Программы**

У обучающегося совершенствуются следующие профессиональные компетенции в рамках квалификации (далее – ПК):

- готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-5);

- готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (ПК-6).

### **Перечень знаний, умений и навыков врачей, обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций в области «Лечебная физкультура и спортивная медицина»**

#### **Врач должен знать:**

-порядки оказания медицинской помощи по разным профилям заболеваний, стандарты медицинской помощи, клинические рекомендации (протоколы лечения) по вопросам оказания медицинской помощи пациентам с заболеваниями;

- Методики проведения лечебной физкультуры пациентам с различными заболеваниями и(или) состояниями

-Медицинские показания и противопоказания сочетания различных средств, форм и методов лечебной физкультуры пациентам различного профиля, при различном клиническом состоянии

#### **Врач должен уметь:**

-Назначать средства лечебной физкультуры в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи, с учетом стандартов медицинской помощи

-Оценивать эффективность и безопасность применения средств лечебной физкультуры в целях коррекции нарушенных функций и структур, ограниченной жизнедеятельности пациента

**Врач должен владеть:**

-Назначением лечебной физкультуры в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи по медицинской реабилитации, с учетом стандартов медицинской помощи

-Оценкой эффективности и безопасности применения лечебной физкультуры у пациентов, имеющих нарушения функций и структур организма человека и последовавшие за ними ограничения жизнедеятельности

### III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Всего часов	ДОТ, час		Форма контроля
			лекции	самостоят. работа	
1	Модуль 1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	11	11		
2	Модуль 2. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания	6	6		
3	Модуль 3. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения.	5	5		
4	Модуль 4. Лечебная физкультура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.	6	6		
5	Модуль 5. Лечебная физкультура в хирургии.	6	6		
	<b>Итоговая аттестация:</b>	<b>2</b>			<b>Тест</b>
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>34</b>		

### 3.2. Календарный учебный график

Планируемая периодичность реализации программы в течение года: 1 раз в месяц.

Трудоемкость обучения: 36 ч.

Срок обучения: 7 дней.

Форма обучения: заочная

Реализация программы с использованием ДОТ (дистанционных образовательных технологий)

№№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Учебные дни						
			1	2	3	4	5	6	7
1	Модуль 1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	11	5	6					
2	Модуль 2. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания	6			6				
3	Модуль 3. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения.	5				6	5		
4	Модуль 4. Лечебная физкультура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.	6						6	
	Модуль 5. Лечебная физкультура в хирургии.	6							
	<b>Итоговая аттестация:</b>	<b>2</b>							<b>2</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>36</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>2</b>



### **3.3. Рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)**

#### **Модуль 1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы**

Механизмы лечебного действия физических упражнений Показания и противопоказания Основы методики ЛФК. Частные методики.

#### **Модуль 2. Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания.**

Механизмы лечебного действия. Задачи ЛФК.

#### **Модуль 3. Лечебная физкультура при заболеваниях органов пищеварения.**

Механизм лечебного действия физических упражнений. Основы методики ЛФК при гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, спланхоптозе и др.

#### **Модуль 4. Лечебная физкультура при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.**

Показания и противопоказания. Основные вопросы ЛФК.

#### **Модуль 5. Лечебная физкультура в хирургии.**

Ранний послеоперационный период. ЛФК в до- и послеоперационном периоде после различных оперативных вмешательств. Противопоказания.

## **IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

### **4.1. Кадровые условия**

Для обеспечения качества обучения и обеспечения достижения цели программы обучения к учебному процессу привлекаются преподаватели, имеющие высшее образование, имеющие соответствующую подготовку.

### **4.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Образовательная организация располагает необходимой материально-технической базой, включая аудитории, мультимедийную аппаратуру, оргтехнику, копировальные аппараты. Материальная база соответствует санитарным и техническим нормам и правилам и обеспечивает проведение всех видов подготовки слушателей, предусмотренных учебным планом реализуемой программы.

Обучение проводится с применением дистанционных образовательных технологий. Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационной образовательной среде, содержащей необходимые электронные образовательные ресурсы, перечисленные в модулях программы.

Материалы для обучения размещены в электронной образовательной системе WebTutor. Обучение осуществляется в Личном кабинете слушателя, доступ к которому производится по индивидуальному логину и паролю, получаемому слушателем после заключения договора на оказание образовательных услуг. В Личном кабинете обучение осуществляется посредством прохождения слушателем электронных учебных занятий различных видов. Виды и количество электронных учебных занятий по каждому разделу данной образовательной программы указаны в учебно-тематическом плане. Слушатель получает возможность получения консультаций преподавателя посредством заочного общения через электронную почту, а также онлайн консультаций.

Система позволяет осуществлять текущий контроль посредством контроля посещения слушателем личного кабинета и представленных модулей, промежуточный контроль осуществляется посредством проведения тестирования.

#### **4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации программы**

Учебно-методические материалы, необходимые для изучения программы, представляется слушателям в личном кабинете системы, на электронном

носителе, а также посредством предоставления доступа к электронной библиотеке, что позволяет обеспечить освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

## **V. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

По итогам освоения образовательной программы проводится итоговая аттестация в форме итогового тестирования.

## **VI. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Итоговый тест**

1. Дыхательные упражнения предоперационного периода в пульмонологии:

1. статические

**2. динамические**

**3. дренирующие**

2. Лечебная гимнастика в раннем послеоперационном периоде на легких включает упражнения:

**1. статические дыхательные**

2. динамические дыхательные

**3. для дистальных отделов конечностей**

**4. для плечевого сустава на стороне операции**

3. После операции на легких больному разрешено садиться на (сутки):

**1. 2**

2. 4

3. 6

4. Изометрические упражнения для туловища в послеоперационный период в пульмонологии назначают на (сутки):

1. 1
- 2. 3**
3. 4
4. 5

5. Упражнения в исходном положении стоя после операции на легких назначают на (сутки):

1. 2
- 2. 3**
3. 8

6. Ранние сроки проведения лечебной гимнастики в послеоперационном периоде на органах брюшной полости:

- 1. в первые часы**
2. на 1-2 сутки
3. на 5 сутки

7. Диафрагмальное дыхание после операций на органах брюшной полости назначают на (день):

- 1. 2-3**
2. 4-5
3. 5-6
4. 7-8

8. Лечебную гимнастику после операции в условиях искусственного кровообращения проводят:

1. 3-4 раза в день
- 2. каждые 1-1,5 часа**

3. каждые 30 мин.

9. Сроки назначения лечебной гимнастики в предоперационный период при приобретенных пороках сердца зависят от:

- 1. стадии развития заболевания**
- 2. активности ревматического процесса**
- 3. общего физического состояния**

10. Полупостельный режим в неосложненном послеоперационном периоде по поводу тетрады Фалло назначают на (день):

- 1. 3-4**
2. 5-9
3. 10-12

11. Лечебная гимнастика в послеоперационном периоде по поводу порока сердца направлена на:

- 1. облегчение работы сердца за счет мобилизации экстракардиальных факторов**
- 2. увеличение экскурсии грудной клетки**
- 3. профилактику послеоперационных флебитов**
- 4. профилактику осложнений со стороны ЖКТ**

12. При подборе физической нагрузки после операции на сердце учитывают наличие нарушений:

- 1. гиподинамических**
- 2. дыхательных**
3. гипердинамических

13. Противопоказания к назначению лечебной гимнастики в послеоперационном периоде:

**1. расхождение швов**

2. гипертоническая болезнь 2 ст.

**3. нагноение в плевральной полости**

**4. нагноение в подкожной клетчатке**

14. Лечебная гимнастика при наличии следов крови в мокроте у больного после радикальной операции на легких:

1. противопоказана

**2. показана**

3. временно противопоказана

15. Грудное дыхание после операций на легких осуществляют:

1. самостоятельно

**2. с помощью инструктора (при надавливании на грудную клетку синхронно с кашлевым толчком)**

3. под наблюдением палатной медсестры

16. Свободный режим после пульмонэктомии назначают с дня:

**1. 7-10**

2. 14

3. 20-25

17. Метод проведения лечебной гимнастики на свободном режиме после пульмонэктомии:

1. индивидуальный

**2. малогрупповой**

3. групповой

18. Ходьбу без помощи инструктора в комплекс лечебной гимнастики после пульмонэктомии включают на (день):

1. 5-6
- 2. 7-10**
3. 17-21

19. Задачи лечебной гимнастики в первую неделю после ламинэктомии:

- 1. активизация крово- и лимфотока**
- 2. активизация функций сердечно-сосудистой системы**
- 3 активизация функций органов дыхания**

20. В предоперационном периоде по поводу миастении особое внимание уделяют:

- 1. статическим дыхательным упражнениям**
- 2. динамическим дыхательным упражнениям**
- 3. развитию диафрагмального дыхания**

21. Упражнения с целью предупреждения респираторных нарушений у больного тяжелой формой миастении:

1. поверхностное дыхание
- 2. углубленное дыхание с помощью инструктора**
- 3. кашлевые движения с помощью инструктора**
- 4. повороты туловища**

22. Показатели для определения эффективности процедуры лечебной гимнастики при миастении:

- 1. частота пульса**
- 2. высота АД**
- 3. частота дыхания**
- 4. сила мышц**

23. Задачи стационарного этапа физической реабилитации при инфаркте миокарда:

**1. ранняя активизация**

**2. постепенное увеличение интенсивности нагрузки**

3. подготовка больного к производственной деятельности

24. Программы физической реабилитации при инфаркте миокарда на стационарном этапе:

1. двухнедельная

**2. трехнедельная**

3. десятинедельная

**4. пятинедельная**

25. Допустимая частота сердечных сокращений на высоте нагрузки при инфаркте миокарда (I, II ФК) на поликлиническом режиме:

**1. 130-140**

2. 80-100

3. 140-160

4. 100-120

26. Методика лечебной физкультуры при стенокардии напряжения II ФК:

**1. лечебная гимнастика в течение 35-40 минут**

2. бег в течение 1 минуты в быстром темпе

3. подъем по лестнице на VI-VIII этаж

**4. прогулки 7-10 км**

27. Лечебная гимнастика противопоказана при бронхиальной астме:

1. в приступный период

2. в период ремиссии

**3. при декомпенсации сердечно-сосудистой и дыхательной систем**



4. в межприступный период

28. При бронхиальной астме применяют дыхательные упражнения:

**1. удлиняющие и тренирующие выдох**

2. с задержкой на входе

3. удлиняющие и тренирующие вдох

**4. с задержкой на выдохе**

29. В приступный период бронхиальной астмы применяют:

**1. поглаживающий массаж**

**2. упражнения, тренирующие и удлиняющие выдох**

3. активные упражнения с дополнительным усилием

**4. упражнения в активном расслаблении**

30. Динамические дыхательные упражнения:

**1. улучшающие вентиляцию отдельных частей легких**

2. облегчающие дыхание

**3. диафрагмальное дыхание**

**4. противоспаечные**

31. Методика лечебной физкультуры при эмфиземе легких:

1. занятия в быстром темпе

2. дыхательные упражнения с удлиненным вдохом

**3. упражнения в среднем темпе с акцентом на выдох**

**4. диафрагмальное дыхание**

## **Критерии оценивания**

Оценка «отлично» выставляется слушателю в случае 90-100% правильных ответов теста.

Оценка «хорошо» выставляется слушателю в случае, 80-89% правильных ответов теста.

Оценка «удовлетворительно» выставляется слушателю в случае 65-79% правильных ответов теста

Оценка «неудовлетворительно» выставляется слушателю в случае менее 65% правильных ответов теста.

## **VII. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Список рекомендуемой литературы:**

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура : учеб. для вузов / Э.Н.Вайнер. – М.: Флинта: Наука,2009. – 346 с.
2. Готовцев, П.И. Лечебная физическая культура и массаж / П.И. Готовцев, А.Д. Субботин, В.П. Селиванов. – М.: Медицина, 1987. – 304 с.
3. Егорова, С.А. Лечебная физкультура и массаж [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Егорова С.А., Белова Л.В., Петрякова В.Г.– Электрон. текстовые данные. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2014. – 258 с.
4. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура и массаж : учеб-ник / В.А. Епифанов. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 2-е изд., перераб. и доп. – 528 с.
5. Епифанов, В.А. Реабилитация больных, перенесших инсульт / В.А. Епифанов. – М.: МЕДпресс-информ, 2006. – 251 с.
6. Камскова, Ю.Г. Физиология мышечного сокращения : учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов / Ю.Г. Камскова, В.И. Павлова, Д.А. Сарайкин // Челябинск, 2015. – Изд-во: ЗАО «Цицеро». – 110 с.

7. Камскова, Ю.Г. Физиология скелетных мышц: учебное пособие для самостоятельной работы студентов / Ю.Г. Камскова, В.И. Павлова, Д.А. Сарайкин // Челябинск 2011, Изд-во: ЗАО «Цицеро». – 124 с.
8. Лечебная физическая культура: учеб.для вузов / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.-М.: Академия , 2004. – 413 с.
9. Малявин, В.Г. Респираторная медицинская реабилитация (практическое руководство) / В.Г. Малявин. – М.: Практическая медицина, 2006. – 416 с.
10. Николаева, Л.Ф. ЛФК при инфаркте миокарда и хронической ишемической болезни сердца / Л.Ф. Николаева, Д.М. Аронова //Лечебная физическая культура/ Под ред. В.А.Епифанова. – 2-е изд. – 2002.