

В Новосибирске пройдет мастер-класс по ЛФК для специалистов медицинской реабилитации и пациентов с болезнью Бехтерева

6 апреля 2019 года в Новосибирске состоится мастер-класс по лечебной физкультуре (ЛФК) для тренеров спортивных центров и реабилитологов а также пациентов с болезнью Бехтерева. В 2019 году Общество взаимопомощи при болезни Бехтерева организует серию мастер-классов по специальному курсу ЛФК в 10 регионах России при поддержке Фонда президентских грантов.

Пациенты смогут принять участие во встрече с главным специалистом-ревматологом Новосибирской области, где смогут больше узнать о риске сердечно-сосудистых осложнений при Болезни Бехтерева и о специфике маршрутизации пациентов с ревматическими заболеваниями в Новосибирской области. Но ключевая часть программы – мастер-класс по курсу ЛФК, разработанному в НИИ ревматологии им. В.А. Насоновой специально для пациентов с ревматическими заболеваниями.

После теоретического курса реабилитации специалисты под руководством Сергея Кузякова, ведущего методиста НИИ ревматологии им. В.А. Насоновой, отработают полученные знания на совместном с пациентами практическом занятии ЛФК. Мастер-класс поможет им лучше понять особые потребности пациентов и методику работы с пациентами с анкилозирующим спондилитом (болезнь Бехтерева) и другими ревматическими заболеваниями, а пациентам – отработать навыки занятий ЛФК на базе спортивных или фитнес-центров, таких как клуб FITNESS PROJECT. Всем специалистам будут выданы сертификаты о прохождении курса работы с ревматологическими пациентами.

Лечебная физкультура – одна из основ правильного образа жизни и возможность для пациентов с болезнью Бехтерева длительное время сохранить подвижность в суставах и позвоночнике. Специалисты настоятельно рекомендуют делать гигиеническую гимнастику каждое утро, так как воспалительные процессы в организме идут активнее ночью. Один раз в день необходимо выполнять основное занятие по ЛФК, чтобы наращивать силу мышц, увеличивать их гибкость, делать дыхательные упражнения и благодаря этому дольше вести активный образ жизни.

Пациентам и специалистам, желающим принять участие в практическом занятии по ЛФК, необходимо прийти в удобной одежде и желательно взять с собой полотенце.

Для прохода на территорию ведется онлайн регистрация:

<http://bbehtereva.ru/novosti/681-shkola-dlya-patsientov-s-boleznyu-bekhtereva-i-spetsialistov-po-meditsinskoj-reabilitatsii-v-novosibirske-06-04-2019>

4 апреля 2019 г., начало в 13:00 – для специалистов, в 16:00 – для пациентов

Место проведения: Спортивный клуб FITNESS PROJECT

Адрес: г. Новосибирск, ул. Гоголя 43/1

ВХОД СВОБОДНЫЙ

ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ:

15.45-16.00 Регистрация участников;

16.00-16.20 Анкилозирующий спондилит: диагностика и лечение заболевания. Маршрутизация пациентов с ревматическими заболеваниями в НСО – Богодерова Лариса Александровна;

16.20-16.40 Сердечно-сосудистые осложнения при ББ – Королев Максим Александрович;

16.40-17.00 Ответы на вопросы по озвученным темам;

17.00-17.10 Подготовка к занятиям ЛФК, переодевание; распределение по группам, исходя из активности заболевания и функциональных нарушений;

17.10-18.00 Практическое занятие по лечебной физкультуре с пациентами;

ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ:

13.00-13.30 Регистрация участников;

13.30-13.40 Приветственное слово – Елена Путинина, Общество взаимопомощи при болезни Бехтерева;

13.40-15.30 Семинар: Применение силовых и растягивающих упражнений при анкилозирующем спондилите (АС) - спикеры Сергей Кузяков, Валерий Васильев.

- Изменения в организме пациента с АС (кости, связки, мышцы, дыхательная и сердечно-сосудистая системы)
- Растягивающие упражнения - основа сохранения подвижности опорно-двигательного аппарата при АС;
- Методика выполнения комплекса растягивающих упражнений при АС;
- Воздействие силовых упражнений на организм человека при АС;
- Особенности техники выполнения силовых упражнений при АС;
- Методики проведения занятий в условиях фитнес-клуба для пациентов с болезнью Бехтерева;
- Практическое занятие ЛФК.

15.30-16.00 Кофе-брейк, вручение сертификатов методистам по лечебной физкультуре, тренерам фитнес-клубов.