

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования "Красноярский государственный медицинский
университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого" Министерства
здравоохранения Российской Федерации
ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России



Кафедра нервных болезней с курсом медицинской реабилитации ПО

Зав.кафедрой: ДМН, Профессор
Прокопенко Семен Владимирович

Реферат

«История развития лечебной физической культуры»

Выполнила: Петелина М.Г.
Ординатор 1-го года специальности ЛФК и спортивная медицина

Проверил преподаватель: Можейко Елена Юрьевна
ДМН, доцент

Красноярск 2019г.

Содержание

Введение.....	3
Физические упражнения в древности.....	3
Лечебная гимнастика в эпоху Возрождения.....	4
Развитие в XX веке.....	5
Развитие лечебной физкультуры и реабилитации в наше время.....	6
Список литературы.....	8

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Введение

История развития лечебной физкультуры — это история применения различных физических движений и природных факторов для лечения и профилактики болезней — это история цивилизации, история медицины и здравоохранения, история физической культуры и спорта.

Краткий экскурс в историю позволяет сделать вывод о существенном отличии двигательной деятельности различных народов в различные исторические отрезки времени. Одно дело китайский буддийский монах, который не имел необходимости работать, другое — русский крестьянин, добывающий хлеб насущный тяжелым физическим трудом в холодных климатических условиях. В первом случае дефицит движения восполнялся гимнастикой, которую китайцы довели до совершенства, а в другом — мышечная усталость устранялась русской баней. И китайская гимнастика, и русская баня, говоря современным языком, являлись средствами лечебной физкультуры. При травме или болезни человек инстинктивно ограничивает определенные движения и двигательную активность в целом. Первоочередная задача самых древних лекарей заключалась в том, чтобы определить, какие движения для пациента в настоящий момент вредны, а какие наоборот полезны. То есть двигательный режим необходимый на данном этапе лечения. Другая важная задача медицины определить полезные для больного естественные природные факторы. Этими вопросами занималась самая доступная и самая приближенная к простому человеку медицина — народная медицина. Вопросы реабилитации и лечебной физкультуры были длительное время в ведении именно народной медицины.

Физические упражнения в древности

Применение физических упражнений с лечебной целью началось в глубокой древности в условиях первобытнообщинного строя, в рабовладельческом обществе. Из литературных источников известно, что физические упражнения применялись с лечебной и профилактической целью в Китае (китайская дыхательная гимнастика) и в Индии (хатха — йога) за 2 тыс. лет до новой эры. Так, в древнем Китае еще 3000 лет до н. э. методики лечебной гимнастики с основным упором на дыхательные упражнения успешно использовались для исцеления больных. А в древней Индии примерно за 2000 лет до н. э. были созданы священные книги — так называемые «Веды» (по другому — «Книги жизни»), в которых досконально описывались дыхательные упражнения, входившие в часть религиозных церемоний. В древней Индии философия йогов насчитывала более 840 разновидностей и типов

дыхания. Все эти знания дожили и до наших дней, — так например, в Дели имеется целый научный медицинский институт, занимающийся изучением влияния дыхательной гимнастики на организм. Важным этапом в развитии лечебной физической культуры было время расцвета греческой и римской культуры. Гиппократ (460—377 гг. до н. э.) подробно описал применение физических упражнений при болезнях сердца и легких, нарушениях обмена веществ, хирургических и других заболеваниях. Особенно высокого подъема лечебная гимнастика смогла достичь в Древней Греции. Платон, Асклепиад, Геродик смотрели на целебную гимнастику как на неотъемлемый обязательный и важный компонент эллинской медицины.

Основоположнику клинической медицины Гиппократу (460—377 годы жизни до н. э.) принадлежит известное изречение: «Чистота и гармония функций есть результат грамотного отношения суммы физических упражнений к здоровью рассматриваемого субъекта». В древнем Риме в сборнике Орибазы (360 года н. э.) были накоплены все имеющиеся на тот момент материалы о медицине той эпохи, при этом одной только лечебной гимнастике посвящена целая книга. Особая роль в становлении лечебной гимнастики отводится Клавдию Галену (131—200 гг. н. э.) — знаменитому известному врачу гладиаторской школы. Гален дал четкое и подробное описание гимнастики при различных недугах: заболеваниях костно-мышечной системы, обмена веществ, половой слабости. Он использовал для лечебных целей не только гимнастические, но также и спортивные упражнения: плавание, греблю, конный спорт, охоту, массаж, а также труд (косьбу, сбор плодов) и экскурсии. В своей великой книге «Искусство возвращать здоровье» врач гладиаторов писал: «Сотни и тысячи раз я возвращал здоровье больным своим посредством физических упражнений». Значительный вклад в историю лечебной физкультуры был сделан великим таджикским врачом и философом Абу Али Ибн-Синою, более известным в Европе под альтернативным именем Авиценна (980—1037). В его многотомных трудах о теории и практике медицины большое внимание уделяется аспекту лечебной гимнастики, правильному питанию, закаливанию, отдыху, рациональному режиму жизни.

Лечебная гимнастика в эпоху Возрождения

Развитие естествознания в эпоху Возрождения способствовало усилению взора общественности и к лечебной гимнастике. В 1573 г. появляется первый учебник гимнастики Меркуриалиса («Искусство гимнастики» или “De arte gymnastica”). На более позднем этапе, стоит упомянуть немецкого терапевта Ф. Хофмана (1660—1742) — автора знаменитого афоризма: «Движения — жизнь, и лучшая медицина для нашего тела». А также известного французского клинициста Ж.-Тиссо, написавшего в 1781 г. руководство «Медицинская гимнастика, или

тренинг человеческих органов по правилам физиологии и гигиены». Наиболее активно лечебная физкультура начала развиваться в XIX в. Большую роль в этом скачке сыграла Шведская система лечебной гимнастики, разработанная П. Лингом (1776—1839), который создал в Стокгольме целый гимнастический институт. Элементы шведской гимнастики и отдельные снаряды (такие как шведская стенка, бум и прочие) используются до настоящего времени. Вторая половина XIX в. была ознаменована появлением широкого ряда оригинальных новаторских систем лечебной гимнастики. В 1864 г. Бранд (Швеция) предложил систему гимнастики и массажа для исцеления многих гинекологических заболеваний, мюнхенский профессор Ортель (1881) разработал терренкур как метод лечения болезней ССС, а в 1884 г. Зародилась так называемая гимнастика для больных с сердечными заболеваниями (Шотт). В 1889 году швейцарский доктор Френкель предложил компенсаторную гимнастику для лечения недугов нервной системы. Чуть позже Зингер и Хофбауэр (1910) разработали лечебную гимнастику при заболеваниях бронхиальной астмой, бронхитом и эмфиземе легких, а Клапп — лечебную гимнастику при искривлениях позвоночника (1927). В то же время обширное распространение получила так называемая механотерапия (комплексы Крукенберга, Цандера, Каро и др.), которая на некоторое время даже вытеснила другие методы лечебной гимнастики. I и II мировые войны вызвали так называемые травматические эпидемии. В странах Западной Европы и Америке начали создавать «восстановительные центры», в которых лечебная гимнастика и спортивные упражнения стали основными методами лечения инвалидов.

Развитие в XX веке

Накопление знаний в области ЛФК и нейрофизиологии, с одной стороны, и появление новых данных в отношении этиологии, патогенеза и клиники ряда патологических состояний, с другой, сделало возможным создание в 40—50-х годах XX в. принципиально новых специализированных методик лечебной физкультуры — Бобат-терапии, терапии Войта, методики проприоцептивного проторения, методов Брюнст — ром, Аффольтер и др. Использовать физические упражнения в целебных целях в России начали в XVI—XVII вв., зачастую в комплексе с физиотерапевтическими процедурами, водолечением и закаливанием. В систематизации теоретических и практических моментов ЛФК ведущую роль сыграли такие знаменитые ученые и клиницисты, как С.П. Боткин, М.Я. Мудров, Н.И. Пирогов, Г.А. Захарьин, С.Г. Забелин, А.А. Остроумов, П.Ф. Лесгафт и другие. Особенно важное значение приобрела лечебная физкультура во время Великой Отечественной войны как один из методов функционального восстановления здоровья раненых и больных солдат и офицеров. В 50-е

годы в стране создаются врачебно — физкультурные диспансеры, на которые возложены медицинское обеспечение спортсменов, организационно-методическое руководство по лечебной физкультуре в учреждениях здравоохранения, работа по профилактике спортивного травматизма, пропаганда физической культуры среди населения и др. В эти годы уже были созданы кафедры лечебной физкультуры и врачебного контроля во всех медицинских вузах, а в педагогических институтах на факультетах физического воспитания читались лекции и проводились практические занятия по лечебной физкультуре и массажу; такие же занятия начали проводиться и в медицинских училищах. Большая роль в культивировании и пропаганде современной лечебной физкультуры принадлежит В.В. Гориневскому, И.М. Саркизову-Серазини, И.А. Богашеву, которые издали в 1923 и 1926 гг. первые в СССР пособия по лечебной физкультуре. В это же время в Москве, областных и районных центрах были организованы специализированные учреждения — государственные институты физической культуры с отдельными кафедрами по лечебной физкультуре. Все последующие годы в нашей стране формировалась обширная сеть кабинетов и отделений ЛФК в больницах, поликлиниках, санаториях, создавались кафедры ЛФК и врачебного контроля в медицинских вузах и институтах усовершенствования врачей, подразделения в научно-исследовательских институтах.

Развитие лечебной физкультуры и реабилитации в наше время

Отметим, что существенное внимание сегодня уделяется развитию лечебной физкультуры и реабилитации больных различными заболеваниями и с повреждениями в соответствии с разрабатываемой клинко-физиологической концепцией воздействия физических упражнений на организм больного человека. В настоящее время расширены медицинские показания к применению лечебной физкультуры при лечении и реабилитации больных в терапии, неврологии, травматологии и ортопедии, хирургии и нейрохирургии, акушерстве и гинекологии, онкологии, гематологии, офтальмологии и отоларингологии. Проводится целенаправленная работа по созданию новых методик лечебной физкультуры и массажа, повышающих эффективность комплексной реабилитации больных и инвалидов, детей и взрослых, ветеранов спорта. Подготовка и повышение квалификации врачей по лечебной физкультуре осуществляются в системе последиplomного образования на 12 профильных кафедрах высших медицинских образовательных организаций, где ежегодно получают подготовку и переподготовку около 1200 специалистов. Научные исследования в области лечебной физкультуры и спортивной медицины ведутся в направлениях научного обоснования модификаций традиционных методик и новых форм лечебной физкультуры и массажа, в том числе при недостаточно изученных заболеваниях; диагностики функционального

состояния и здоровья спортсменов различных возрастных групп и видов спорта; методологических подходов и технологий изучения действия физических нагрузок и тренировок на спортсменов и больных; разработки методов профилактики заболеваний и травм; повышения физической работоспособности спортсменов; нетрадиционных методов оздоровления лиц, занимающихся физкультурой и спортом, больных и инвалидов.

Принятие в 1999 г. Федерального закона Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации. 1999. № 18. Ст. 2206) существенно усилило правовую базу укрепления здоровья населения и профилактики заболеваний с применением физкультурно-оздоровительных методик и развития 14 спорта в стране, создало условия для лучшей координации в этом направлении совместной деятельности всех заинтересованных организаций. Вместе с тем, существует ряд проблем по медицинскому обеспечению лиц, занимающихся физкультурой и спортом, укреплению здоровья спортсменов, повышению физической активности и профилактике заболеваний среди всего населения, которые требуют более последовательного и энергичного решения: работы по подготовке спортивных врачей, научных и педагогических кадров по спортивной медицине и лечебной физкультуре, по унификации и стандартизации деятельности независимо от организационно-правовой формы организаций и подразделений. В целях усиления координации и унификации деятельности врачебно-физкультурных организаций Российской Федерации вне зависимости от ведомственной принадлежности и организационно-правовой формы, направленной на совершенствование медицинского обеспечения спортсменов, повышение уровня и эффективности профилактики заболеваний, оздоровления населения средствами физической культуры и спорта, в 2001 г. был создан Экспертный совет по лечебной физкультуре и спортивной медицине Министерства здравоохранения Российской Федерации, основными направлениями работы которого являются медицинское обеспечение физической культуры и спорта, профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов средствами и методами физической культуры (Приказ № 337 Министерства здравоохранения Российской Федерации от 20.08.2001 г. «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры»).

Список литературы

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. М., 2007
2. Артамонова Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учебное пособие для вузов / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова. Москва: Владос-Пресс, 2010.
3. Вайнер Э. Н. Лечебная физическая культура: учебное пособие / Э. Н. Вайнер. Москва: Флинта, 2009.
4. Лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации: руководство для врачей / под ред. А. Ф. Каптелина, И. П. Лебедевой. Москва: Медицина, 1995.