**РЕАБИЛИТАЦИЯ ПРИ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ.**

* **Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки** - это хроническое, циклически протекающее, рецидивирующее заболевание, характеризующееся язвообразованием в гастродуоденальной зоне.
* В комплекс реабилитационных мер входят: лекарства, ЛФК и другие физические методы лечения, массаж, лечебное питание.

**Важно помнить основные принципы лечебной диеты:**

1. Термическое и механическое щажение. Все продукты употребляются в пищу в измельченном виде. Еда не должна быть холодной или слишком горячей. Соленья, копчености, острые и маринованные блюда находятся под запретом.
2. Исключение из меню тяжелой, жирной и жареной пищи, а также фаст-фуда. Все компонентыготовятся на пару или подаются в отварном либо запеченном виде.
3. Отлаженный режим питания, в совокупности с дробным приемом пищи.Блюда подаются малыми порциями; последний перекус происходит не позже, чем за 2 часа до ночного сна.
4. Потребление до 1,5 литров воды в чистом виде ежедневно. Предельное сокращение соли в рационе, с соблюдением максимальной суточной нормы в 6-8 г. В период обострений болезни соль из меню желательно полностью исключить.



**ЛФК и массаж:**

* ЛФК и массаж улучшают и нормализуют нервнотрофические процессы и обмен веществ, способствуя восстановлению секреторной, моторной, всасывательной и экскреторной функций пищеварительного канала.
1. показаны дыхательные упражнения статического характера, усиливающие процессы торможения в коре головного мозга. Выполняемые в исходном положении лежа на спине с расслаблением всех мышечных групп
2. Используются также простые гимнастические упражнения для малых и средних мышечных групп небольшим числом повторений.
3. Рекомендуются УГГ, ЛГ, массаж брюшной стенки. Упражнения выполняются в положении лежа, сидя, в упоре коленях, стоя с постепенно возрастающим усилием для всех мышечных групп.Наиболее приемлемым является положение лежа на спине: оно позволяет увеличивать подвижность диафрагмы, способствует улучшению кровообращения в брюшной полости.
4. При замедленной эвакуаторной функции желудка в комплексы ЛГ следует побольше включать упражнения лежа на правом боку, при умеренной - на левом боку. В этот период больным рекомендуют также массаж, малоподвижные игры, ходьбу.

**Рекомендуемые лекарства:**

* **Антибиотики(Амоксициллин,тетрациклин).**
* **Блокаторы гистаминовых рецепторов(Ранитидин,Низатдин)**
* **Ингибиторы протонной помпы(Омепразол).**

****

**Работу выполнила студентка группы 211-1 Каменская Е.И.**

**Красноярск,2020 год.**