Дыхательная гимнастика в послеоперационном периоде при хирургическом лечении сердца

Дыхательные упражнения максимально насыщают организм энергией, стимулирует полноценный газообмен в легких и тканях. Способствует удалению продуктов распада жизнедеятельности организма, облегчает работу сердечно-сосудистой системы и органов брюшной полости, улучшает функции желез внутренней секреции, позволяет быстро снять нервное напряжение, уменьшить уровень тревожности и стабилизирует артериальное давление.

[**Дыхательную**](http://www.blackpantera.ru/lfk/) **гимнастику** назначают с первых часов после операции на сердце (чаще через 6-8 ч после выхода больного из состояния наркоза). Занятия проводят в палате или отделении интенсивной терапии. В первые дни болевые ощущения и дренажи резко затрудняют дыхательные экскурсии грудной клетки. Поэтому назначают углубленное брюшное дыхание, попытки откашливания мокроты. При этом проводящий процедуру придерживает грудную клетку на месте шва рукой. Затем включают статические дыхательные упражнения. Другие упражнения осуществляют с учетом резкого ограничения двигательной активности больного и характера проводимых послеоперационных лечебных мероприятий. Обычно назначают упражнения для мышц шеи и дистальных частей конечностей.

Послеоперационную гимнастику повторяют каждые 2-3 ч, а специальные дыхательные упражнения с толчкообразным выдохом - каждые 30-40 мин. При этом по рекомендации врача может использоваться дополнительное оборудование (спирометрические тренажеры, резиновые баллоны и **мячи для надувания**).

**Конкретные упражнения по применению дыхательных мячей назначает врач в зависимости от заболевания, процесса восстановления и индивидуальных особенностей пациента.**