



ПРОГРАМА ЗА КИНЕЗИТЕРАПИЈА КАЈ ВОЗРАСНИ И СТАРИ ЛИЦА СО МИОКАРДЕН ИНФАРКТ



Елена Ѓурчиноска, Ана Цонева, Марија Георгиева, Доц. д-р Данче Василева
Факултет за медицински науки, Универзитет "Гоце Делчев" – Штип

Предмет: Основно, физиолошко средство за подобрување и одржување на здравствената состојба на пациентите со миокарден инфаркт и за зголемување на нивната функционална состојба

Цел: Да се прикаже програма за кинезитерапија кај возрасни и стари лица со миокарден инфаркт

Материјали и методи:

Се применуваат респираторни и општоразвојни вежби со и без уреди, вежби за сила, издржливост, координација, релаксација и вежби со дозирано оптоварување. Се применуваат одење, трчање, применети со различни варијации, самостојно или во комбинација со други вежби. Одењето и трчањето што постепено се зголемува е најдобрата вежба за возрасни со коронарна болест

Резултати: Со помош на вежбите по кинезитерапија се подобрува циркулацијата, респирацијата, а со тоа тренирањето на срцето. Се контролираат хемодинамичките вредности после физичкото дозирано оптоварување

Заклучок: Интензивноста на физичкото оптоварување е најважниот услов за постигнување на добри резултати, но тоа не треба да се прима апсолутно за возрасни и стари лица. Со оптоварувањето е потребно да се постигне оптимална интензивност и поради таа причина, во праксата се препорачува оптеретување со средна и умерена интензивност во попродолжително време

Миокарден
инфаркт

Кинезитерапија

Дозирано
оптоварување