

ХОДИЧЕНКО А.Н., строительный факультет, гр.СТ-37,

Брест, УО «БрГТУ»

Научный руководитель – Лесоцкий А.А.; старший преподаватель

УО «БрГТУ»

РЕЛАКСАЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Введение. Лечебная физкультура является одним из важнейших методов комплексного лечения больных язвенной болезнью, а также эффективным средством предупреждения обострений данного заболевания. Болезнь подавляет и дезорганизует двигательную активность. Поэтому ЛФК является очень важным элементом лечения язвенных процессов.

Цель работы – исследовать примерное построение учебных занятий и основные упражнения, направленные на профилактику данного заболевания.

Методы исследования. В данной работе мы применяли метод опроса и изучения литературных источников отечественных и зарубежных авторов.

Обсуждение результатов. Выполнение дозированных физических упражнений, сопровождающееся положительными сдвигами в функциональном состоянии центров подбугорной области и повышением уровня основных жизненных процессов, вызывает положительные эмоции. Зная принцип работы желудочно-кишечного тракта, нам следует поступать в соответствии с ним. И если ранее были отклонения в функционировании, то они потихоньку станут выравниваться, а затем желудочно-кишечный тракт заработает нормально.

Выводы. Таким образом, мы пришли к выводу, что процессы, протекающие в коре головного мозга, оказывают влияние на секрецию и моторные функции желудочно-кишечного тракта. Большое влияние оказывает и мышечная деятельность. Особенно эффективно применение физических упражнений при заболеваниях, имеющих в своей основе функциональные расстройства. Физические упражнения также эффективны при лечении остаточных явлений после воспитательных процессов язвы двенадцатиперстной кишки. Лечение наиболее эффективно при сочетании лечебной гимнастики с бальнеотерапевтическими процедурами и массажем. Для получения наилучшего лечебного эффекта необходимо, чтобы больной самостоятельно повторял упражнения для пораженных трактов пищеварения 10-15 раз в течение дня.