

Основной задачей тренировок является укрепление мышц спины, суставов, костной системы, а также тренировка сердечно-сосудистой системы [99].

Аналогичная система немедикаментозных мероприятий по реабилитации лиц с различными вариантами дисплазий соединительной ткани была разработана в Омске и реализована в центре восстановительного лечения пациентов с ДСТ при городской поликлинике №12. Значимость восстановительного лечения лиц с маловыраженными формами ДСТ для здравоохранения даже больше, чем синдромальных форм, потому как их процент в популяции значительно выше.

К 2003 году (в течение 5 лет) в Центре восстановительного лечения пациентов с дисплазией соединительной ткани на базе МУЗ «Городская поликлиника № 12» прошли оздоровление 879 детей и подростков с диспластическими проявлениями. Коррекционно-оздоровительная работа с данной группой пациентов проводилась по комплексной, максимально индивидуализированной программе, которая обеспечивала восстановление их физического и психологического состояния. Организационная структура Центра восстановительного лечения была разработана главным специалистом Министерства здравоохранения Омской области по восстановительному лечению, профессором, д.м.н. Г.С. Дубилей.

Таблица 35

Результаты тестирования опросником «САН» до и после различных курсов восстановительного лечения подростков и молодых лиц с ДСТ

Группы реабилитации	До лечения	После лечения	Статистическая значимость различий
Физическая реабилитация	3,9±0,4	4,5±0,4	t=1,06, p>0,05
Психотерапия	3,9±0,4	4,4±0,3	t=0,88, p>0,05
Комбинированная	3,9±0,4	5,0±0,4	t=2,2, p<0,05

В программу восстановительного лечения пациентов с ДСТ были включены: лечебная гимнастика, дозированные физические упражнения, массаж, физиотерапия, психологическая коррекция, консультирование по питанию, фармакологическая поддержка растущего организма (рис. 16).

Пациентам рекомендовалась пища, богатая белком (мясо, рыба, морепродукты, орехи, молочные продукты, птица, яйца, соя, бобы, фасоль и т.д.), ограничение простых углеводов. При слишком быстром росте (прибавка 9 см. и более в год) назначались: высокожировой энпит, соевое, хлопковое масло, семечки, кусочек сала ежедневно.