

**Специализированное издание
Государственного автономного
учреждения Астраханской области
«Областной реабилитационный
центр для детей и подростков с
ограниченными возможностями»**



СТУПЕНИ

Газета для специалистов и родителей

№ 2 - октябрь 2021 г.

Уважаемы читатели!

Специалисты областного реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями продолжают издание специализированной газеты для сотрудников и родителей.

В рубрике «Микрореабилитационный центр» мы продолжаем знакомить читателей с этапами инфраструктурного проекта «Особые дети – особая семья». Реализация этого социально значимого проекта осуществляется при грантовом участии Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации и охватывает пять сельских районов области.

Здесь же Вы найдете советы и инструкции для родителей по организации домашнего этапа реабилитации детей с использованием различного оборудования и другую полезную информацию.

На страницах очередного выпуска мы также представляем Вашему вниманию информацию о событиях, произошедших в учреждении, опыте медицинских и педагогических работников центра.

Будем рады получить от Вас отклики и пожелания о темах следующих выпусков.

Напоминаем также адрес сайта нашего центра, на котором Вы найдете более подробную информацию о жизни нашего учреждения: <https://centr-reabilitacii.ru>.

Редколлегия

В рамках проекта «Особые дети – особая семья» заработал пункт проката средств реабилитации, игрового и диагностического оборудования

С апреля 2021 года в областном реабилитационном центре для детей и подростков с ограниченными возможностями реализуется инфраструктурный проект «Особые дети – особая семья». Он призван обеспечить возможность непрерывной реабилитации для детей с ограниченными возможностями, проживающих в сельских районах области. Грантовая помощь Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, полученная центром по результатам конкурсного отбора, позволила пополнить банк средств реабилитации, игрового и диагностического оборудования.

С целью обеспечения семей-



участников проекта средствами реабилитации и оборудованием для проведения курсов домашних занятий с ребенком создан пункт проката. Организация его работы осуществляется, исходя из рекомендованной специалистами периодичности использования различных вспомогательных коррекционных средств в домашних условиях для каждого ребенка индивидуально. При этом учитываются имеющиеся в семье средства реабилитации и игры, возможности родителей применить их самостоятельно или при дистанционном сопровождении педагогов или медицинских работников. С учетом имеющихся проблем в функционировании ребенка первые переданные во временное пользование в семье комплекты включают мячи

для реабилитации, эспандеры, гимнастические палки, конструкторы, бизикубы, наборы для творчества. После возвращения в пункт проката каждый предмет проходит специальную санитарную обработку для дальнейшего использования. В дальнейшем продолжится пополнение пункта проката новым оборудованием для детей с особенностями развития.

Для обеспечения непрерывности реабилитационного процесса важными составляющими являются периодический



осмотр, диагностика, консультирование, инструктаж родителей или законных представителей ребенка по использованию в работе с детьми реабилитационного и развивающего оборудования. Все это семьи, участвующие в проекте по направлению «Домашний микрореабилитационный центр» получают в домашних условиях. В зависимости от потребностей ребенка в выездную команду специалистов поочередно включаются заведующий службой, специалист по социальной работе, врач-невролог, инструктор-методист по АФК, медицинская сестра по массажу, врач ЛФК, врач-педиатр, педагог-психолог, учитель-логопед, учитель-дефектолог, программист, специалист по реабилитации инвалидов.

В настоящее время проект реализуется в пяти районах области, в нем участвует в целом 25 семей, воспитывающих детей с множественными нарушениями развития. Отбор семей для участия в проекте помогли осуществить специалисты комплексных центров социального обслуживания. Всего до сентября 2022 года планируется охватить 75 семей, обеспечив детям возможность непрерывной реабилитации.

Астраханский проект «Особые дети – особая семья» объединил специалистов и волонтеров

Выездной микрореабилитационный центр областного реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями продолжил свою деятельность в Наримановском районе Астраханской области. Эта форма работы специалистов учреждения активно развивается с апреля 2021 года в рамках реализации инфраструктурного проекта «Особые дети – особая семья», победившего в грантовом конкурсе Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в пяти сельских районах области.



Одним из аспектов реабилитационной помощи является формирование позитивных интересов и организация досуговой деятельности детей, большинство из которых в силу особенностей развития имеют ограниченный круг общения, в том числе со сверстниками. Это направление помо-



гают осуществлять добровольные помощники и специально подготовленные волонтеры, которым не безразличны проблемы детей с ограниченными возможностями здоровья. Интерактивное развлечение с участием аниматора-волонтера помогло наримановским ребятишкам познакомиться и подготовиться к групповым занятиям со специалистами мобильного центра.



«Я рада что сегодня у моего ребенка была возможность поиграть, развлечься вместе со своими сверстниками и аниматором, что мне самой сложно организовать из-за заболеваний сына,» - отметила мама маленького Руслана.



**Володарский район – участник
второго этапа проекта
«Особые дети – особая семья»**

На территории Володарского района стартовал второй этап реализации проекта областного реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями «Особые дети – особая семья», одобренный Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Команда специалистов учреждения в рамках развития нового направления работы – выездного микрореабилитационного центра отпра-



вилась в этот район с целью повышения доступности реабилитационных услуг и обеспечения непрерывности социально-реабилитационной помощи детям-инвалидам, детям с ограниченными возможностями здоровья и семьям, их воспитывающим.

Благодаря деятельности выездного микрореабилитационного центра сотруд-

ники областного центра педагоги и медицинские работники организовали для детей консультирование, краткосрочные курсы групповых занятий с психологом и дефектологом, индивидуальные занятия с логопедом. Занятия по формированию позитивных интересов были направлены развитие творческих способностей ребят. Одновременно с детьми проходили обучение и их родители. Они посетили уроки родительской школы «Ступени».

Встречи с семьями участников проекта, по разным объективным причинам не имеющими возможность приехать в областной центр проходят в комплексном центре социального обслуживания населения Володарского района. Им предшествовал первичный прием педиатра и невролога, психолога, дефектолога, логопеда детского реабилитационного цен-



тра. По просьбе родителей в ближайшее время будут организованы консультации врача ЛФК, ортопеда, психиатра.

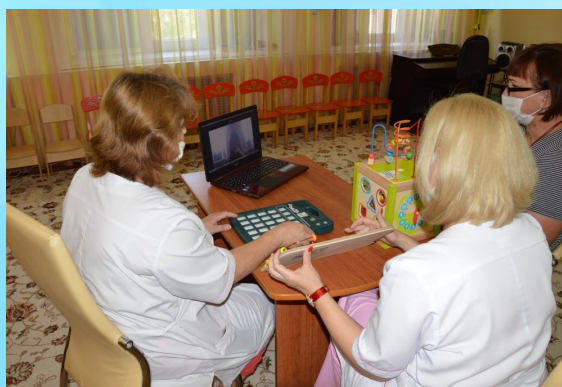


**Социальный проект
«Особые дети - особая семья»
в действии**

Областном реабилитационном центре для детей и подростков с ограниченными возможностями в рамках реализации проекта «Особые дети – особая семья» прошло онлайн-заседание школы для родителей «Ступени». Родительский клуб собрал семей, воспитывающих детей инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Заведующий службой Елена Рахимова и специалисты разного профиля службы «Микрореабилитационный центр», созданной в рамках проекта, рассказали участникам встречи об организации развивающего пространства для детей с ОВЗ в домашних условиях и организовали мастер-класс по применению арт-терапевтических приёмов в работе с детьми раннего возраста. Родители получили практические навыки самостоятельной коррекционной работы со своими детьми, а специалисты ответили на интересующие родителей вопросы. В заседании приняло 7 семей из двух сельских районов Астраханской области.

В рамках проекта «Особые дети – особая семья», реализуемого с участием Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, запланированы дистанционные и очные заседания родительской школы, а также профессиональная поддержка специалистов.



В областном реабилитационном центре продолжает работу профессиональная гостиная

В областном реабилитационном центре для детей и подростков с ограниченными возможностями проходят психологические занятия для сотрудников. Профессиональная гостиная способствует профилактике эмоционального выгорания и конструктивному обсуждению рабочих вопросов с коллегами.

Для снижения эмоциональной нагрузки психологи и педагоги центра умело используют здоровьесберегающие технологии. Очередное занятие педагога-психолога центра Елены Бакулевой было посвящено поиску и укреплению внутренних ресурсов личности каждого участника встречи. «Внутренние ресурсы личности помогают успешно справляться со стрессами в повседневной жизни, высвобождают энергию, необходимую для продуктивной работы и жизни в целом, а приятные эмоции и чувства помогают расслаблению организма,» - рассказала ведущая профессиональной гостиной.

На занятии с помощью визуализации и медитативных техник участники совершили «путешествие» на Гавайские острова, затем за чашкой ароматного чая поделились положительными эмоциями, обменялись впечатлениями и новыми идеями. «Такие занятия очень нужны и помогают нам расслабиться, восстановиться и получить новый заряд бодрости!» - единодушно отметили посетители профессиональной гостиной.



В Астрахани начался новый учебный год в «особенной» школе дорожных наук

В областном реабилитационном центре для детей и подростков с ограниченными возможностями учебный год начался с классных занятий в специализированном автоклассе. К изучению правил дорожного движения сегодня впервые приступили воспитанники средней группы дневного пребывания центра. «Первоклашки» узнали об участниках дорожного движения, запрещающих и разрешающих знаках, сигналах светофора.



Свой урок дорожной грамоты воспитатель Надежда Донич построила с учетом возраста и возможностей детей, большинство из которых имеют особенности восприятия и развития опорно-двигательного аппарата. В игровой форме с элементами двигательной гимнастики, тематическими музыкальными минутками дети быстро освоили учебный материал и все справились с творческим заданием.

В целом специализированная школа работает по адаптированной программе «Азбука дорожного движения», разработанной сотрудниками этого учреждения. Уроки будут проводиться как в оборудованном автоклассе, так и на дворовой площадке, полностью имитирующей городскую улицу с дорожной разметкой, и детским автопарком, оборудованные с по-

мощью Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

«Занятия по освоению дорожной грамоты



являются важной частью процесса социальной реабилитации и адаптации каждого ребенка. Наши ребята, повзрослев, самостоятельно ориентируются на городских улицах и умеют безопасно передвигаться по общепринятым правилам,» - пояснила педагог.



В астраханском детском реабилитационном центре прошла декада «Любимый город»

Педагоги и воспитанники областного реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями решили продлить празднование дня рождения Астрахани на целую декаду. Тема родного города стала предметом изучения на ежедневных занятиях в группах дневного пребывания детей и подростков, проходящих курс социальной реабилитации в центре. Дети разного возраста узнали о его истории, народах, традициях,



вспомнили названия самых любимых мест отдыха и достопримечательностей, привлекающих туристов, посвятили ему рисунки.

Закрепили познавательный материал и отпраздновали День города юные горожане на общем утреннике с участием любимого литературного персонажа. Ребята декламировали стихи, пели песни об Астрахани и Волге, отгадывали загадки, танцевали в дружном многонациональном хороводе.

Старшие воспитанники на специализированном транспорте отправились на автомобильную экскурсию по городскому центру. Многие в силу своих возможностей впервые посетили астраханский краеведческий музей. Здесь история города и края с древних времен по наши дни предстала в интересных экспозициях и интерактивных экспонатах. Такой познавательный тур оставил неизгладимое впечатление у подростков и молодых людей, посещающих группу дневной занятости центра.

Воспитанников областного реабилитационного центра готовят к самостоятельной жизни

Ежедневно в группе дневного пребывания подростков и досуговой занятости молодых людей областного реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями учат обходиться в быту без посторонней помощи. Занятия проходят в специально оборудованном по принципу адаптированной квартиры помещении. За курс реабилитации подростки и молодежь изучают инструкции и осваивают навыки пользования, как бытовой техникой, так и предметами обихода, кухонными приборами и утварью. В специальной программе обучения, разработанной педагогами центра, предусмотрены уроки использования бытовой химии, ухода за собой с применением санитарных принадлежностей и косметических средств, знакомства с городской инфраструктурой, дорожной грамотности, совершения покупок и много другого, без чего никто из нас не обходится в обычной жизни.

Особенностью занятий является учет возможностей каждого воспитанника, степень его социализации, сформированность навыков, а также наличие некоторых специализированных инструментов, например для приготовления пищи. Полученные знания подростки, юноши и девушки с удовольствием демонстрируют родителям, поражая их порой изысками кулинарии.



«Многие ребята, поступающие к нам в группу, не умели даже нарезать хлеб к завтраку, а в результате курса «Независимая жизнь», сегодня угощают домочадцев печеными шедеврами и ароматным борщом,» - рассказала воспитатель Ольга Симонова.

Опыт работы областного реабилитационного центра представлен на межрегиональной конференции

Педагог-психолог Областного реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями Елена Бакулева приняла участие в межрегиональной научно-практической конференции. Это мероприятие с международным участием по теме «Современное образование: актуальные вопросы, достижения и инновации» состоялось на базе Астраханского социально-педагогического колледжа.



настоящее время этот мобильный комплекс активно используется сотрудниками социальной службы «Микрореабилитационный центр» в реализации социально значимого инфраструктурного проекта «Особые дети – особая семья» в районах Астраханской области.

Она отметила, что технология «Снузлин» это - особая развивающая гармоничная среда для реабилитации детей с широким спектром сенсорных и когнитивных проблем с целью активации различных функций центральной нервной системы ребенка. Ее использование способствует снятию мышечного и психоэмоционального напряжения, достижению состояния релаксации и душевного равновесия. Задействовав в своей работе «Снузлин», психолог стимулирует ослабленные сенсорные функции детей с особенностями развития, например зрение, осязание, слух, а также развитие двигательных функций. Создание положительного эмоционального фона при занятиях с применением этой технологии повышает мотивацию к проведению социально-медицинских процедур и коррекции нарушений поведения детей, страхов, тревожности, гиперактивности на занятиях с педагогами центра.

Слушателей особенно заинтересовала практическая часть выступления с демонстрацией оборудования «Снузлин», а также видео занятий с детьми с ОВЗ.



Психолог высшей категории представила свой многолетний опыт работы с детьми с тяжелыми нарушениями развития, обратив внимание коллег на эффективность применения инновационной технологии «мобильный мультисенсорный кабинет «Снузлин». Благодаря своей компактности и в то же время универсальности составляющих, мультисенсорный кабинет «Снузлин» является незаменимым инструментом при выездных формах работы специалистов центра. На протяжении ряда лет он используется в работе мобильных бригад с семьями, имеющими детей с тяжелыми двигательными патологиями.

Елена Бакулева рассказала, что в

Рекомендации по использованию аппарата «СОЛАВИТА»

Аппарат предназначен для использования в бытовых условиях только для гигиены и оздоровления дыхательных путей с помощью сухого солевого (хлорида натрия) аэрозоля. Аппарат предназначен для эксплуатации с солью марки «ЭКСТРА» ГОСТ Р 51574-2000 или с солью ГОСТ 4233-77 (фармакопейной).

ВНИМАНИЕ! После транспортирования или хранения аппарата при отрицательных значениях температуры воздуха перед эксплуатацией аппарат необходимо выдерживать в сухом отапливаемом помещении не менее 2-х часов.

ВОЗРАСТНЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ - с 3-х лет.

Перед началом использования аппарата ознакомьтесь с руководством по эксплуатации.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ. В начале процедуры, особенно на первой, возможно появление кашля. В этих случаях необходимо прервать процедуру, подышать спокойно, если необходимо откашляться. Можно попить воды комнатной температуры, затем возобновить процедуру.

Использование аппарата не рекомендуется:

- при обострении бронхолегочных заболеваний, патологии ЛОР-органов;

- при острой и выраженной хронической патологии других органов и систем.

Подготовка соли: Соль не должна иметь частиц крупнее 1.2 мм, инородных вкраплений. Не допускается, использование морской соли, а также соли для ванн и с ароматическими добавками.

Не используйте повторно отработанную соль.

Не допускается использование влажной соли (плохо сыпется, легко слипается). Влажную соль можно просушить путем прокаливанию в чистой металлической посуде (сковороде, кастрюле). Не допускается прокалывание соли в печах СВЧ. Не перегрейте соль, она не должна почернеть.

ПОРЯДОК РАБОТЫ НА АППАРАТЕ «СОЛАВИТА»

Рисунок 1

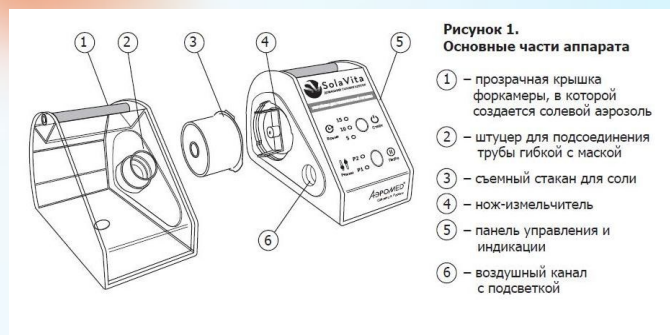


Рисунок 2



1. Установите аппарат на стол, снимите крышку форкамеры с аппарата, легко отсоединяется при небольшом усилии (рис.3).

2. Снимите стакан с аппарата, для чего поверните его вокруг собственной оси против часовой стрелки и потяните (рис.4).

3. Держите стакан открытой частью вверх, с помощью мерной емкости, засыпьте в стакан дозу подготовленной соли – 4 мл (полная емкость без горки), соль не должна быть горячая.(рис.5)

4. Расположите аппарат, как показано на рисунке 6 и установите стакан на аппарат (прижмите его и поверните вокруг собственной оси по часовой стрелке). Следите, чтобы соль при этом не рассыпалась.

5. Установите крышку форкамеры, как показано на рис.7.

6. Присоедините к штуцеру гофрированную трубку с маской. Не изгибайте трубку под острым углом.

Рис.3

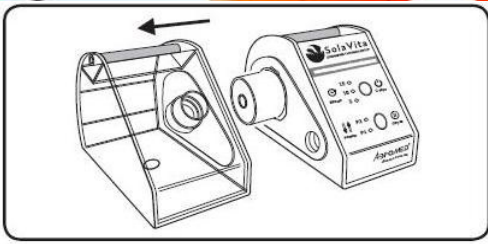


Рис.4

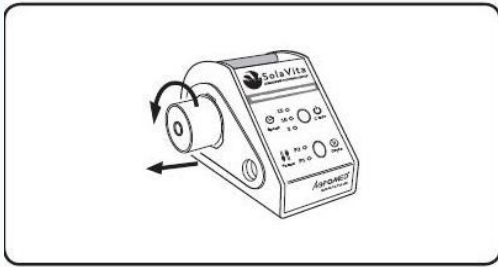


Рис.5

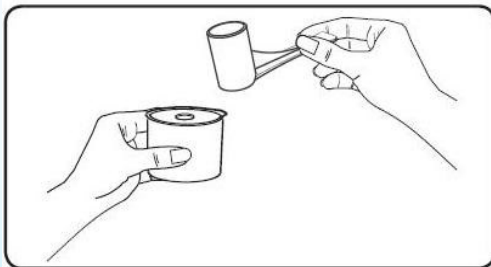


Рис.6

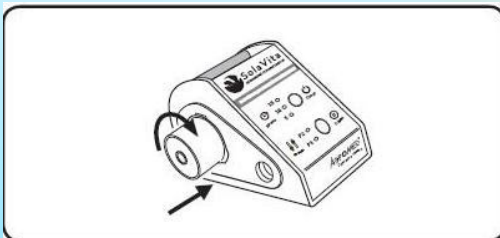


Рис.7

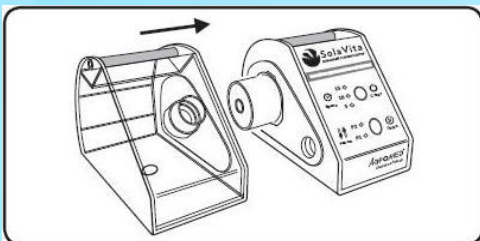
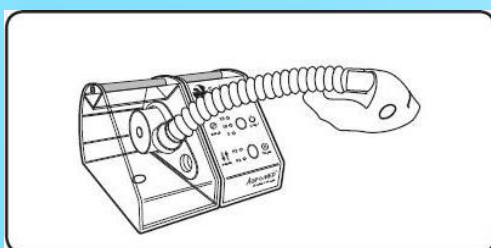


Рис.8



7. Подключите штекер на кабеле сетевого адаптера к разъему на аппарате, затем подключите вилку к розетке сети переменного тока.

8. Переведите выключатель на тыльной стороне корпуса аппарата в положение «включено», после чего на панели управления загорятся индикаторы -аппарат готов к работе.

9. Установите время сеанса и режим подачи.

Время сеанса устанавливается с помощью кнопки Время/Старт.

Коротко (не более 1 секунды) нажимайте кнопку один, два или три раза, в зависимости от необходимой продолжительности сеанса.

Режим подачи аэрозоля устанавливается с помощью кнопки Режим/Пауза. Коротко (не более 1 секунды) нажимайте кнопку один, два раза, в зависимости от желаемого режима.

После выбора длительности и режима можно приступить к самой процедуре:

- приложите к лицу маску.

- нажмите и удерживайте 2 секунды кнопку Время/Старт (до повторного звукового сигнала).

Программы респираторной галогигиены для аппарата «СОЛАВИТА»

Гигиена дыхательных путей у детей: режим подачи солевого р-ра - 1, длительность 5 минут, 6-20 процедур ежедневно или 1р. в 2-3 дня.

Гигиена дыхательных путей у взрослых: режим подачи солевого р-ра 2, длительность 10 минут, 6-20 процедур ежедневно или 1 раз в 2-3 дня.

Гигиена ЛОР-органов у детей: режим подачи солевого р-ра - 1, длительность 10 минут, 10-12 процедур ежедневно.

Гигиена ЛОР-органов у взрослых: режим подачи солевого р-ра - 2, длительность 15 минут, 10-15 процедур ежедневно.

Гигиена при простуде у детей: режим подачи солевого р-ра - 1, длительность 5 минут, 7-10 процедур ежедневно.

Гигиена при простуде у взрослых: режим подачи солевого р-ра - 2, длительность 10 минут, 7-15 процедур ежедневно.

Подготовлено врачом-физиотерапевтом
ГАУ АО «Областной реабилитационный
центр для детей и подростков
с ограниченными возможностями»
Бареевой Т.А.

Рекомендации по использованию аппарата магнитотерапии в домашних условиях

Правила эксплуатации и техники безопасности аппарата магнитотерапии «АМнп-01»

ВНИМАНИЕ! После транспортирования или хранения аппарата при отрицательных значениях температуры воздуха перед эксплуатацией аппарат необходимо выдержать в сухом отапливаемом помещении не менее 2-х часов.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- Эксплуатация аппарата при неисправном соединительном шнуре;
- Эксплуатация аппарата в ваннных и душевых комнатах.

Перед началом использования аппарата необходимо ознакомиться с руководством по эксплуатации и прилагаемой инструкции по применению «АМнп-01».

Противопоказания к применению - гнойные воспалительные процессы, лихорадочные состояния, имплантированный кардиостимулятор, выраженная гипотония, склонность к кровотечениям, злокачественные новообразования и др.

Внешний вид аппарата показан на рисунках 1 и 2.

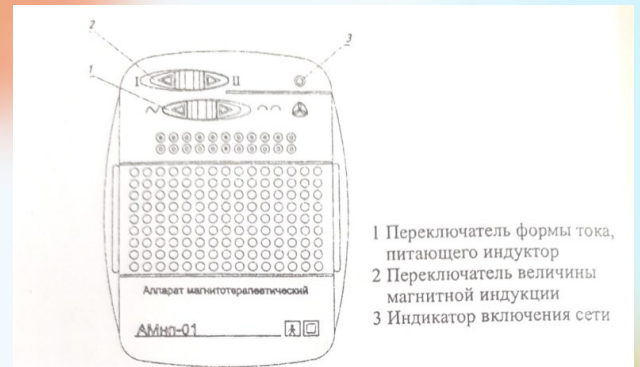


Рисунок 1 - Внешний вид аппарата АМнп-01



Рисунок 2 - Внешний вид аппарата АМнп-01 со стороны рабочей поверхности

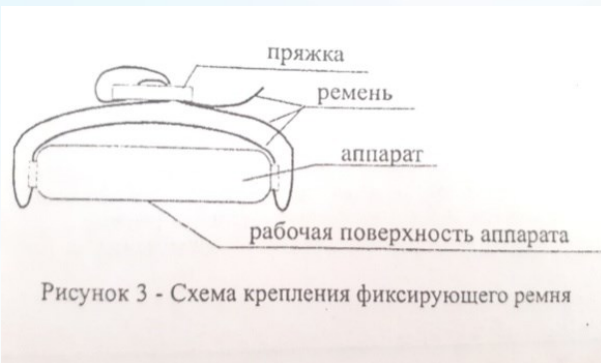
1. Подключите вилку шнура аппарата в розетку сети напряжением 220В. При этом должен загореться индикатор включения сети.

2. По наличию вибрации индикатора магнитного поля, наложенного на рабочую поверхность аппарата, проверьте наличие магнитного поля во всех режимах аппарата, установите рекомендованные врачом параметры.

3. Положение аппарата при проведении процедур - произвольное, наиболее удобное для наложения рабочей поверхности аппарата на выбранный для воздействия участок тела ребенка.

Фиксация аппарата может осуществляться различными способами:

- укладкой аппарата рабочей поверхностью вверх и локализацией нужного участка тела ребенка сверху аппарата;
- поддерживание аппарата ладонью с закреплением аппарата ремнем длиной 0,5м;
- поддерживание аппарата, закрепленного ремнем 1,5 м вокруг тела ребенка, при верхней и боковой позиции аппарата.



4. Лечение проводится контактным методом (можно через легкую одежду, гипсовые, марлевые либо иные повязки). Воздействие осуществляют непосредственно на участки повреждений или болей, а также на сегментарные зоны (вдоль позвоночника) в зависимости от заболевания.

5. Воздействие дозируется величиной индукции (10 мТл - I положение переключателя магнитной индукции или 30 мТл - II положение магнитной индукции), формой тока и временем воздействия на участок тела при проведении одной процедуры (10-30 мин.) в зависимости от вида заболевания и его стадии и рекомендации врача.

При проведении лечения детей (старше 3-х лет) и пожилых людей следует отдавать предпочтение величине индукции 10 мТл – в положении переключателя магнитной индукции - I в синусоидальном режиме.

6. После окончания процедуры отключите аппарат от сети.

7. При эксплуатации оберегайте аппарат от ударов.

Рекомендации по использованию портативного дыхательного тренажера «Карбоник- Актив»

Дыхательный тренажер «Карбоник-Актив» позволяет путем тренировки организма через кратковременное снижение содержания кислорода и повышение содержания углекислого газа в крови радикально

улучшать состояние здоровья и качество жизни. Тренировки на этом приборе повышают сопротивляемость организма к стрессорным факторам, улучшают память и внимание, увеличивают физическую и умственную работоспособность, снижают тревожность, депрессивность и гиперактивность.

Показания к применению

1. Заболевания нервной системы:

Неврастения и депрессивные состояния, неврозы

Снижение памяти, внимания

Нарушения сна

Детский церебральный паралич

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью

Головные боли

Мигрень

2. Сердечно-сосудистые заболевания в стадии компенсации

3. Заболевания органов дыхания вне стадии обострения

4. Хронические заболевания желудочно-кишечного тракта в стадии ремиссии:

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки

Эрозивный гастродуоденит

5. Болезни эндокринной системы - Сахарный диабет - для профилактики осложнений (медикаментозно компенсированный)

6. Вторичные иммунодефицитные состояния, сопровождающиеся частыми простудными заболеваниями

7. Коррекция нарушения речи у детей

8. Профилактика заболеваний:

практически здоровым людям для улучшения адаптационных возможностей организма, повышения устойчивости к неблагоприятным факторам и психоэмоциональным стрессам для повышения физической и умственной работоспособности, памяти и внимания.

Противопоказания к применению

1. Острые соматические и инфекционные заболевания, хронические заболевания в стадии обострения и декомпенсации

Процедура тренировки

Примите удобное положение тела. Обычно тренировки проводятся в положении сидя. Положение тренажера должно быть строго вертикальным. Перед началом тренировки нужно установить необходимый рабочий объём в соответствии с рекомендациями медицинского специалиста.



Дыхание через тренажер осуществляется через нос, при условии плотного прижатия маски к лицу.

Во время тренировки следует поддерживать ровное, спокойное, естественное дыхание, не концентрируясь на процессе дыхания – «Дышите как дышится»! Дыхание через тренажер может сопровождаться легким дискомфортом в виде ощущения нехватки воздуха, которое компенсируется увеличением глубины дыхания.

Если ребенок не может справиться с тренировочной нагрузкой, допускается делать перерывы для дыхания атмосферным воздухом на 30-60 секунд. Но общая продолжительность дыхания через тренажер должна быть не менее 10 минут. При возникновении любых выраженных неприятных ощущений тренировку следует прекратить. Повторная попытка может быть предпринята не ранее чем через час, а лучше на следующий день и после консультации со специалистом.

Минимальная продолжительность тренировочного режима (цикл тренировок) должна составлять 3–4 недели по 10 минут ежедневно.

В первые 2 дня необходимо начинать процедуру с 5 минут, постепенно увеличивая до 10 мин.

Тренировки следует проводить натощак или через 2-3 часа после приема пищи.

УХОД ЗА ТРЕНАЖЕРОМ

Перед первым применением и после завершения каждого курса тренировок, тренажер, включая маску и трубку, необходимо промывать в теплой воде с использованием неагрессивного моющего средства и хорошо прополаскивать и просушивать. Использовать только для одного лица на курс лечения в домашних условиях.

Обработка масок и трубок для дыхательного аппарата «КАРБОНИК» специальными средствами

Предметы, на которых после использования присутствуют органические загрязнители - капли, брызги биологических жидкостей (слюна, мокрота) подлежат обработке с использованием средства «ОЗАЛИЗ СПРЕЙ» следующим образом:

1. Поверхности и разборные фрагменты дыхательного оборудования, после использования, орошаете спреем. При использовании распылителя всегда старайтесь разбрызгивать раствор, как можно ближе к обрабатываемой поверхности, чтобы минимизировать расход спрея.

Выдержите 3 мин.

2. Удалите жидкость с поверхностей и частей аппарата с помощью одноразовых бумажных полотенец.

3. Промойте маску и трубку проточной водой.

4. Выложите на чистую пелёнку и дайте просохнуть.

Подготовлено врачом-физиотерапевтом
ГАУ АО «Областной реабилитационный
центр для детей и подростков
с ограниченными возможностями»
Баревой Т.А.

Листья с веток облетают,
Птицы к югу улетают.
«Что за время года?» — спросим.
Нам ответят: «Это...»
(Осень)

Листья в воздухе кружатся,
Тихо на траву ложатся.
Сбрасывает листья сад -
Это просто...
(Листопад)

Стоял на крепкой ножке,
Теперь лежит в лукошке.
(Гриб)

Что весной мы сажали,
Потом летом поливали?
Все, что осенью на грядках
Поспевает: вкусно, сладко!
Не зевай и собирай
Наш осенний...
(Урожай)

