

Как выбрать клинику для реабилитации?

Памятка для пациентов и их близких

Цели реабилитации

Прогноз восстановления — то, что волнует пациента и его родственников больше всего. Но если вам дают точный прогноз и обещание — скорее всего, это манипуляция вашими желаниями и чувствами. В реабилитации принято ставить цели. Хорошая цель согласована с семьей и пациентом, интересна и нужна пациенту и максимально конкретна.

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> пройти 150 метров без опоры удерживать стакан воды самостоятельно принимать душ подниматься по лестнице на 2 этаж 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> встанет и пойдет выздоровеет омолодится станет как раньше увеличит объем движения в руке
---	---

Специалисты клиники

В реабилитации важна команда специалистов. Если кто-то обещает вам исцеление от израильского/немецкого/российского профессора и забрасывает титулами — это маркетинг. Эффективное восстановление зависит от состава команды специалистов и их совместной цели. Золотой стандарт мультидисциплинарной команды: врач-невролог, физический терапевт, эрготерапевт, логопед, нейропсихолог, медсестра и помощник по уходу.

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> работают в команде ориентируются на мировые исследования не боятся тяжёлых случаев 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> не взаимодействуют между собой используют методы альтернативной медицины ориентация на «звездных» врачей
---	---

Как устроен день пациента

Расписание должно быть насыщенным и индивидуальным. Исследования показывают, что при активной реабилитации в первые три месяца после инсульта можно вернуть половину функций. Если пациент проводит день лёжа — это приведёт к осложнениям, а не к прогрессу.

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> индивидуальное расписание 4–6 часов занятий в день прогулки с сопровождением 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> «выберите занятия на свой вкус» только групповая терапия пациент много лежит
---	---

Принципы лечения

Какие подходы используют в клинике, как контролируют успешность реабилитации?

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> принципы доказательной медицины партнерский подход и совместное принятие решений вовлечение семьи оценка результатов по международным шкалам 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> слово врача — закон слово пациента — закон методики с недоказанной эффективностью субъективная оценка результата доктором
--	---

Роботы

Роботами в реабилитации называют тренажеры, которые совершают движения за пациента. Качественные исследования, которые доказали бы эффективность роботов в восстановлении после травмы и инсульта, не проводились. Для того, чтобы вернуть движение, нужно чтобы пациент прикладывал к этому усилие. Вы не научитесь играть на пианино, если робот будет переставлять ваши пальцы по клавишам. В реабилитации — тот же эффект. Только постоянные занятия и вовлеченность пациента к процессу приводят к результату.

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> индивидуальные занятия с физическим терапевтом акватерапия вертикализация 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> акцент на работе на тренажерах роботы как замена физического терапевта
--	--

Среда в клинике

Адаптирована ли клиника под нужды пациента? Реабилитационный центр — это место, после которого пациент выписывается домой. Очень важно, чтобы он был похож больше на дом или общественное пространство, и в то же время оставался больницей.

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> доступная среда эргокухня питание как часть реабилитации дежурный врач круглосуточно есть ухаживающий персонал сопровождение родственника территория для прогулок 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> наличие порогов, отсутствие пандусов и тревожных кнопок стандартные больничные палаты «две медсестры на этаж» пациент один на один с бытовыми проблемами посещение родственниками ограничено
--	---

Стоимость реабилитации

Качественная реабилитация не может стоить дешевле 12 тысяч рублей в сутки. Бесплатную реабилитацию по ОМС лучше начать после того, как пройден интенсивный курс, потому что услуги по ОМС ограничены 10 днями и минимальным количеством процедур. Не теряйте время и ресурсы организма в раннем периоде после травмы или инсульта!

<p>✓</p> <ul style="list-style-type: none"> стоимость курса известна сразу в цену включен уход, медикаменты и расходные материалы помогают найти дополнительное финансирование, сотрудничают с крупными фондами 	<p>✗</p> <ul style="list-style-type: none"> не говорят конкретную сумму просят большой депозит без обоснования не работают с фондами настаивают на ОМС
--	--