

*«Движение может заменить разные лекарства, но ни одно лекарство не в состоянии заменить движение» -Клемент Тиссо, военный хирург эпохи Наполеона Бонапарта.*

Лечебная физкультура - одна из мер, входящая в комплекс мероприятий медреабилитации. Благодаря физическим упражнениям возможно восстановиться после травм или тяжелых заболеваний. Без постоянной активности не получится сформировать крепкий организм, а также поддерживать здоровье на должном уровне в течение всей жизни.

Но не все понимают пользу от ЛФК - многие убеждены, что ее методы малоэффективны. По этой причине нередко пациенты после сложных травм и болезней не спешат идти на прием к специалисту по лечебной физкультуре.

Уже 2 год в социально-реабилитационном отделении АУ РА «КЦСОН» на стационарной основе проходят реабилитацию участники СВО.

Очередная группа участников прибыла на реабилитацию 18.03.2024г., кроме медицинских процедур и культурно-досуговых мероприятий предлагается обязательное посещение зала ЛФК отделения, где инструктором ЛФК трудится медицинская сестра С.М.Крестина. Она практикует ежедневные индивидуальные и групповые занятия (утренняя разминка, тренажеры), проводит упражнения, которые нацелены на восстановление функций всего организма.

В рамках реабилитационного курса были организованы посещения Горно-Алтайского плавательного бассейна, состоялась поездка в спортивно-оздоровительный комплекс «АТЛАНТ» в с. Майма, где участники СВО приняли участие в соревнованиях по армрестлингу, дартсу, настольному теннису.