

## Recuperarea activă a pacientului si mobilizarea precoce

**Programul de recuperare** este constituit din totalitatea procedeelelor care ajuta la recuperarea fizica si psihica a pacientilor care au suferit de diferite afectiuni.

Reabilitarea trebuie instituita cat mai curand posibil, pentru a asigura desfasurarea unei vieti normale.

**Metodele de reabilitare** difera de la o persoana la alta, insa au aceelasi scop si anume:

- ✚ dobandirea unui status functional care sa ofere independenta si ajutor minim din partea celorlalte persoane
- ✚ acomodarea fizica si psihica a persoanei cu schimbarile determinate de boala
- ✚ integrarea corespunzatoare in familie si comunitate.

Funcțiile motorii (folosirea membrelor, mersul) se recupereaza dupa un interval relativ scurt de timp de aceea este foarte important ca reabilitarea si recuperarea fizica sa se inceapa cat mai curand posibil. Pacientul este incurajat sa se ridice din pat si sa incerce sa faca cativa pasi. In unele cazuri acest proces poate sa dureze pana ce pacientul isi reface forta musculara si invata sa paseasca din nou (invata sa mearga a doua oara).

Recuperarea initiala variaza de la un pacient la altul, in functie de mai multi factori, precum: afectiunea de care a suferit, varsta pacientului si bolile asociate.

De asemenea, recuperarea necesita multa rabdare si sprijin din partea personalului sanitar precum si a familiei si prietenilor.

Reabilitarea initiala continua si dupa externarea sau transferul pacientului intr-o alta sectie medicala (de recuperare medicala).

### **Program de reabilitare include:**

- ✚ serie de exercitii fizice
- ✚ tratament medicamentos (daca este necesar)
- ✚ consiliere psihologica
- ✚ incurajarea activitatilor sociale (plimbarile, cititul, privitul televizorului, etc)
- ✚ participarea in diferite programe educationale
- ✚ stil de viata sanatos
- ✚ incurajarea unor activitati care ii pot oferi independenta necesara desfasurarii unei vieti normale.

Reabilitarea este un proces indelungat care poate sa devina frustrant si care poate sa declanseze episoade recurente de depresie. In acest caz se recomanda consilierea psihologica si tratamentul medicamentos de specialitate. Tulburarile de limbaj si comunicare pot incetini recuperarea pacientului, astfel ca reintegrarea sociala poate fi de asemenea mai grea. Este bine ca pacientul sa discute cu familia despre frustrarile pe care le are, pentru a trece mai usor peste acestea.