

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	3
1. Цели и задачи лечебной физической культуры	4
2. Показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры	5
3. Гигиеническая гимнастика	6
Указания по организации занятий	7
Методические указания	8
Примерные физические упражнения по гигиенической гимнастике	9
4. Лечебная гимнастика	15
Указания по организации занятий	17
Методические указания	20
5. Самостоятельная работа больных по заданиям врача	21
6. Массовая физкультурная работа	22
7. Закаливание	23
Закаливание во время сна	24
Закаливание во время проведения гимнастики, игр и т. п.	24
Закаливание во время туалета, после упражнений и работ	24
Формы закаливания в специально отведенное время	25
Закаливание солнцем	25
8. Трудовые процессы	26
9. Учет эффективности и отчетность по лечебной физической культуре	28
10. Организация лечебной физической культуры в госпитале	29
Объем работы по лечебной физической культуре врача-хирурга ординатора	30
Объем работы по лечебной физической культуре врача-специалиста по лечебной физической культуре	31
Объем работы по лечебной физической культуре медицинской сестры	32
Объем работы инструкторов по лечебной физической культуре	34
11. Материальная база лечебной физической культуры	35
Примерное оборудование и инвентарь для проведения лечебной физической культуры в госпиталях (на 600 коек)	36
Пояснение к использованию спортивного инвентаря	36
12. Лечебная гимнастика при повреждениях верхних конечностей	51
Примерные упражнения, применяющиеся при повреждениях верхних конечностей (объем I)	51
Указания по применению лечебной гимнастики при переломах плеча на протяжении	53
Указания по применению лечебной гимнастики при внутри- и около-суставных переломах плечевого сустава	54
Указания по применению лечебной гимнастики при внутри- и около-суставных переломах локтевого сустава	56
Указания по применению лечебной гимнастики при переломах предплечья, кисти и пальцев	57
13. Лечебная гимнастика при повреждениях нижних конечностей	70
Примерные упражнения, применяющиеся при повреждениях нижних конечностей (объем II)	70
Указания по применению лечебной гимнастики при переломах бедра на протяжении (открытых и закрытых) и переломах шейки бедра	73
Указания по применению лечебной гимнастики при закрытых и открытых переломах голени и костей стопы	73

Указания по применению лечебной гимнастики при ампутациях нижних конечностей на различных уровнях	75
14. Указания по применению лечебной гимнастики при повреждениях мягких тканей и периферической нервной системы	76
15. Указания по применению лечебной гимнастики при ожогах и отморожениях	77
16. Лечебная гимнастика при переломах позвоночника, ранениях грудной клетки и живота и при коммоционально-контузионном синдроме (объем III)	78
Примерные специальные упражнения, применяющиеся при переломах позвоночника, ранениях грудной клетки и живота и при коммоционально-контузионном синдроме	—
Указания по применению лечебной гимнастики при переломах позвоночника	93
Указания по применению лечебной гимнастики при ранениях брюшной полости	95
Указания по применению лечебной гимнастики при ранениях грудной клетки	97
Указания по применению лечебной гимнастики при коммоционально-контузионном синдроме	98
Литература	100

Приложения:

1. Характеристика периодов применения лечебной физкультуры при травмах военного времени. Общая характеристика задач по периодам. Сост. доцент В. К. Добровольский	102
2. Общая характеристика физических упражнений и методов закаливания, применяемых при повреждениях опорно-двигательного аппарата и периферической нервной системы. Сост. доцент В. К. Добровольский	104
3. Карточка по лечебной физкультуре	106
4. Ежедневный учет занятий по лечебной физкультуре	107
5. Сведения о занятиях лечебной физкультурой за месяц. 1. Общие данные. 2. Распределение раненых и больных, занимавшихся лечебной гимнастикой, по локализации и характеру повреждений (заболеваний)	103
6. Простейшие гимнастические снаряды уголка лечебной гимнастики эвакогоспиталя	—
7. Практика применения простейших курортных и физиотерапевтических факторов в эвакогоспиталях. Статья военврача II ранга, кандидата медицинских наук С. А. Фандрей	109

Редактор Е. Кингисеп

Р8487. Подписано к печати 25/VIII 1942 г. Печ. л. 7,5 по 47328 зн. Автор. л. 9,96.
Тираж 3000 экз. Цена 4 р. Переплет 40к.

Ташкентская типография № 1. 1942 г. Заказ № 1152.