

**ФБУ Центр реабилитации  
Фонда социального страхования Российской Федерации «Тинаки»**

**ПРИКАЗ**

«10» декабря 2020 г.

№ 310/1.

**«О программе реабилитации пациентов,  
перенёсших заболевания, вызванные  
новой коронавирусной инфекцией COVID-19»**

В соответствии со статьей 40 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации, в целях организации медицинской реабилитации пациентов, перенёсших новую коронавирусную инфекцию

**П Р И К А З Ы В А Ю**

1. Утвердить Программу реабилитации после заболеваний, вызванных перенесенной новой коронавирусной инфекцией COVID-19, в ФБУ Центр реабилитации ФСС РФ «Тинаки» (далее-программа) (приложение №1 к настоящему приказу).
2. Создать мультидисциплинарную реабилитационную команду (далее - МДРК) в составе:
  - Карелкина Е.В. – врач – пульмонолог, руководитель МДРК;
  - Карлина М.С. – врач функциональной диагностики;
  - Петелина Е.В. – врач по лечебной физкультуре,
  - Трубникова Т.В. – врач-физиотерапевт;
  - Хохлов С.В. – медицинский психолог;
  - Колесникова С.А. - инструктор-методист по лечебной физкультуре;
  - Кирсанова О.Н. – медицинская сестра по физиотерапии;
  - Шкарлупина М.Н. – медицинская сестра по массажу;
  - Милохранова Н.В. – инструктор по лечебной физкультуре;
  - Гурьева Е.М. – врач - диетолог;
3. МДРК обеспечить выполнение функций в соответствии с приложением №2 к настоящему приказу.
4. Лечащим врачам пациентов, поступивших для прохождения курса реабилитации после перенесенной новой коронавирусной инфекции COVID-19, обеспечить выполнение программы во взаимодействии с МДРК.
5. Контроль за исполнением приказа возложить на Журихина А.В. - зам. директора по мед. части.

Директор



И.А. Брынцева

Приложение №1  
к приказу ФБУ Центр реабилитации  
ФСС РФ «Тинаки» № 340/11.  
от 10 декабря 2020.

**Программа реабилитации после заболеваний, вызванных новой коронавирусной инфекцией COVID-19, в ФБУ Центр реабилитации ФСС РФ «Тинаки»**  
(разработана на основе приказа Минздрава РФ от 19 марта 2020 г. N 198н «О временном порядке организации работы медицинских организаций в целях реализации мер по профилактике и снижению рисков распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19» и Временных методических рекомендаций «Медицинская реабилитация при новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (Версия 2 от 31.07.2020)»)

**Программа рассчитана на пребывание пациента в Центре сроком 7/10/14/21 день.**

Госпитализация в отделение медицинской реабилитации пациентов после перенесённой новой коронавирусной инфекции COVID-19 производится с учетом следующих критериев:

- наличие реабилитационного потенциала (по оценке реабилитационной команды пациент может быть безопасно отлучен от ИВЛ, стабилен по витальным показателям), отсутствие признаков нарастания дыхательной недостаточности;
- не менее 72 часов без лихорадки и жаропонижающих средств, температура тела  $< 37,5$  °C;
- стабильные показатели интервала RR по ЭКГ и SpO<sub>2</sub> ( $\geq 95\%$ );
- отсутствие отрицательной динамики, подтвержденной инструментальными методами исследования (по данным КТ (рентгена) или УЗИ легких);
- отрицательный результат лабораторного исследования биологического материала на наличие новой коронавирусной инфекции COVID-19.
- оценка по шкале реабилитационной маршрутизации (ШРМ) до 4 баллов.

#### **Задачи реабилитационной программы:**

- восстановление жизненной емкости легких и уровня насыщения крови кислородом (улучшение вентиляционной функции легких, газообмена, дренажной функции бронхов, улучшение крово- и лимфообращения в пораженной доле/ях легкого, ускорение процессов рассасывания зон отека и/или уплотнения легочной ткани при воспалительных и иных процессах в ней)
- профилактика разрастания соединительной ткани и формирования пневмофиброза, спаечного процесса, возникновения ателектазов
- повышение работоспособности мышц конечностей и их восприимчивости к нагрузкам, коррекция мышечной слабости
- преодоление стресса, беспокойства, депрессии, нормализация сна
- лечение дисбактериоза кишечника и иммунодефицита, вызванных течением заболевания и применением антибиотиков
- предупреждение повторного развития воспалительного процесса в легких

#### **Производятся следующие инструментальные и лабораторные исследования:**

- клинический анализ крови с определением скорости оседания эритроцитов, оценкой числа тромбоцитов
- коагулограмма (МНО)

- биохимический анализ крови с определением уровней трансаминаз, общего белка, С-реактивного белка, креатинина с подсчетом скорости клубочковой фильтрации
- общий анализ мочи и оценка суточной потери белка по показаниям
- электрокардиография (по показаниям – суточное мониторирование ЭКГ, ЭХоКГ)
- оценка функции внешнего дыхания методом спирографии
- оценка уровня SpO<sub>2</sub> сатурации крови кислородом методом пульсоксиметрии

#### Лечебный эффект от курсового лечения по программе:

- восстановление тканевого дыхания
- устранение остаточных симптомов, таких как длительный кашель
- улучшение функции дыхательной системы
- нормализация циркуляции крови и обмена веществ
- стабилизация физического и психоэмоционального состояния пациента
- уменьшение интоксикации, снижение количества осложнений
- укрепление иммунитета

#### Состав программы реабилитации после коронавирусной инфекции COVID – 19 (курс лечения) \*

Наименование медицинских услуг	Кол-во дней 7/10/14/21	Оказываемый эффект
<b>1. Осмотр специалистов</b>		
• Врачебный прием (осмотр специалистами МДРК)	2/2/2/3	Осмотр, составление плана лечения, контроль эффективности лечения
• Первичный осмотр врача-пульмонолога	1/1/1/2	
• Первичный осмотр врача-физиотерапевта	2/2/2/3	
• Первичный осмотр врача ЛФК	2/2/2/3	
• Консультация психолога	2/2/2/3	
• Консультация кардиолога	1/1/1/2	
• Консультация невролога	1/1/1/2	
• Консультация врача-диетолога	1/2/2/3	
• Осмотр лечащего врача	2/3/3/5	
<b>2. Общеоздоровительные процедуры</b>		
• Лечебная физкультура в зале (групповые занятия с дыхательной гимнастикой)	6/9/10/10	Повышение работоспособности, улучшение кровообращения, активизация работы внутренних органов. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на обогащение организма кислородом, увеличение концентрации углекислоты в тканях, полное раскрытие всех альвеол легочной ткани
• Аквааэробика (групповая физкультура в бассейне через день)	6/9/10/10	
• Цигун-терапия	3/6/6/10	Снижение стресса, регулирование эмоций, укрепление дыхательных мышц, уменьшение воспаления и усиление иммунной функции.

• Велотренажер/ходьба на беговой дорожке	на 6/9/10/10	Способствуют тренировке дыхательной и сердечно-сосудистой систем, увеличению объема вдыхаемого воздуха, способствуют очищению бронхо-лёгочной системы, положительно влияют на выносливость.
• Терренкур (включая скандинавскую ходьбу)	5/8/10/10	Дозированные физические нагрузки на дыхательную систему, укрепление мышц, связок, увеличение объема движений.
<b>3. Бальнеотерапия (чередовать)</b>		
• Хлоридные натриевые иодобромные ванны	5/8/10/10	Оказывают тонизирующее действие на организм, конечности, уменьшают боль, обладают антиспастическим действием, способствуют коррекции нарушений центральной и вегетативной нервной системы, укрепляют сосудистые стенки
• Сухие углекислые ванны	5/8/10/10	Улучшают функцию внешнего дыхания, повышают бронхиальную проходимость, улучшают вентиляционную функцию, повышают уровень кислорода в крови, улучшает обменные процессы, способствует расширению сосудов, улучшению работы нервной системы, сердца.
• Грязелечение на область грудной клетки (мешочки)	5/8/10/10	Противовоспалительный, иммуномодулирующий, антибактериальный и седативный эффекты, улучшение микроциркуляции, активация процессов регенерации поврежденных тканей, стимуляция трофических процессов
<b>4. Массаж</b>		
• Массаж грудной клетки ручной/баночный вакуумный массаж	5/7/10/10	Восстанавливает функциональные нарушения дыхательной системы, повышает тонус дыхательной мускулатуры, увеличивает экскурсию грудной клетки, способствует восстановлению микро- и макроциркуляции крови.
• Хивамат	5/7/10/10	
<b>5. Аппаратная физиотерапия</b>		
• Магнитотерапия низкочастотная	/8/10/10	Воздействие на трофику органов путем электромагнитных колебаний низкой частоты, оказывает выраженный противовоспалительный эффект с улучшением показателей внешнего дыхания.
• ИК- лазеротерапия, в области середины грудины, зон Кренига, межлопаточной области паравerteбрально на уровне ThIV - ThVIII и на зону проекции воспалительного очага, по 1 - 2 мин. на одну зону, 12 - 15 мин	7/8/10/10	Улучшение микроциркуляции легочной ткани, противовоспалительное действие, уменьшение сосудистой проницаемости, подавление патогенной микрофлоры, восстановление ткани легкого
• ИК – лазеротерапия, надвенное облучение крови	7/8/10/10	Улучшение реологических свойств крови, противовоспалительное действие, уменьшение сосудистой проницаемости
• Электрофорез лекарственных средств	6/7/10/10	Противовоспалительное, обезболивающее, трофостимулирующее, спазмолитическое действия,

• СМТ-терапия	7/8/10/10	С целью спазмолитического действия, уменьшения бронхиальной обструкции, активации дренажной функции, стимуляции кашлевых рецепторов, расположенных в области бифуркации трахеи, поперечнополосатых, гладких и дыхательных мышц, улучшения эвакуации мокроты.
• Лимфовижин	7/8/10/10	Оказывает противовоспалительное действие, восстанавливает бронхиальную проходимость, способствует отхождению мокроты
• Интерференцтерапия	7/8/10/10	Болеутоляющее, миорелаксирующее свойства, нормализация работы вегетативной нервной системы, устранение отека приневральной ткани, улучшение периферического кровообращения
• Ультразвуковая терапия	7/8/10/10	Противовоспалительное, десенсибилизирующее, спазмолитическое, дефибрирующее действия, воздействие на гладкую мускулатуру бронхов, способствующее отхождению мокроты.
• ТЭС- терапия	5/8/10/10	Активация защитных механизмов мозга, облегчение болевых синдромов различного характера, снятие состояния депрессии, стресса, обеспечение дополнительной нормализации сна, аппетита, веса, деятельности мозга и памяти, повышение работоспособности, стимуляция иммунитета
<b>6. Климатотерапия</b>		
• Спелеотерапия	5/7/10/10	Активизация иммунной системы, укрепление защитных механизмов, предотвращение развития инфекций, восстановление бронхиальной проводимости, стимулирование деятельности мерцательного эпителия дыхательных путей, оказание противовоспалительного, секретолитического, бронхолитического действия
• Ингаляции	6/8/10/10	Противовоспалительное и антисептическое воздействие, стимулируют отхождение мокроты, оказывают иммуноукрепляющий эффект на дыхательную систему
• Кислородный коктейль (1 раз в день)	6/8/10/10	Улучшение метаболизма клеток, обмена веществ, активация моторной, ферментативной и секретной функции ЖКТ, стабилизация деятельности нервной системы
• Прием фиточая (по показаниям)	6/8/10/10	Иммунокоррекция/противовоспалительный.
• Прием минеральной воды (3 раза в день за 30 мин до еды по 200 мл)	7/10/14/21	Восполнение в организме дефицита жизненно важных микроэлементов, благоприятное воздействие на обменные процессы, снятие воспалений в почках, мочевыводящих путях, желудочно- кишечного тракта
<b>7. Иглорефлексотерапия</b>		
• Иглорефлексотерапия	5/8/10/10	Улучшает кровообращение и нормализует обмен веществ, улучшает психическое состояние,

		повышает иммунитет, оказывает противовоспалительное действие.
<b>8. Озонотерапия</b>		
• в\в капельно	5/5/7/10	Обогащение организма кислородом, восстановление равновесия иммунной и гормональной системы, повышение защитных сил, детоксикация организма, стимуляция обмена веществ и иммунитета
• Питье озонированного физиологического раствора дистиллированной воды	7/10/14/21	
• Ингаляция озонированной дистиллированной водой	5/5/5/5	
<b>9. Карбокситерапия</b>		
• Карбокситерапия	5/5/7/0	Улучшение лёгочной вентиляции и газообмена, болеутоляющий, спазмолитический, противовоспалительный эффекты, снижение артериального давления, вязкости крови, снижение тонуса капилляров, устранение отёков, улучшение питания тканей, ускорение обменных процессов, нормализация синтеза гормонов
<b>10. Психотерапия</b>		
• Психотерапия	по показаниям	Регулирование эмоций, активация защитных механизмов мозга, облегчение болевых синдромов различного характера, снятие состояния депрессии, стресса, обеспечение дополнительной нормализации сна, деятельности мозга и памяти, повышение работоспособности, стимуляция иммунитета
<b>11. Диетотерапия</b>		
• Оценка пищевого статуса; назначение основного стандартного варианта диеты лечебного питания с учетом основной патологии и наличия имеющейся сопутствующей хронической патологии; включение в рацион стандартных диет Сухой белковой композитной смеси; обязательное проведение «С», «Д» - витаминизации блюд. Коррекция дисбиоза кишечника, вызванного применением антибиотиков		

\* Состав и количество процедур могут отличаться. Полный перечень процедур устанавливается индивидуально лечащим врачом в зависимости от тяжести перенесенного заболевания и характера осложнений (поражение легких/пневмония; кардиопатия, скованность и уменьшение подвижности суставов; нарушение психоэмоционального состояния и т.д.) Процедуры и их количество могут быть заменены лечащим врачом на основании индивидуальных противопоказаний

### Показания для методов реабилитации после COVID-19

#### Фиброз легких

Углекислые ванны  
Диетотерапия  
ЛФК  
Массаж  
Лазерная терапия  
Ультразвуковая терапия  
Спелеотерапия

#### Дыхательная недостаточность

Диетотерапия  
ЛФК  
Массаж  
Ингаляционная терапия  
Интерференцтерапия  
Лазерная терапия  
Спелеотерапия

#### Кардиопатия

Диетотерапия  
ЛФК  
Массаж  
Углекислые ванны  
Низкочастотная магнитотерапия  
Лазерная терапия  
Озонотерапия

#### Нарушение секретолитической функции легких

Диетотерапия

#### Скованность и уменьшение подвижности суставов

Диетотерапия

#### Снижение толерантности к физической нагрузке

Диетотерапия

ЛФК  
Массаж  
СМТ-терапия  
Лазерная терапия  
Электростатический массаж  
Вибротерапия  
Спелеотерапия

ЛФК  
Минеральные ванны  
Грязелечение  
Массаж  
Интерференцтерапия  
Ультразвуковая терапия  
СМТ-терапия  
Озонотерапия  
Карбокситерапия

ЛФК  
Углекислые ванны  
Массаж  
Низкочастотная магнитотерапия  
Лазерная терапия  
ТЭС- терапия

**Нарушение психо-  
эмоционального состояния**

Психотерапия  
ЛФК  
Массаж  
Минеральные ванны  
Низкочастотная магнитотерапия  
Транскраниальная  
электростимуляция  
Скандинавская ходьба  
Спелеотерапия

**Методы контроля эффективности реабилитации**

- оценка SpO<sub>2</sub> в покое и при физической нагрузке,
- оценка переносимости физической нагрузки по шкале Борга,
- оценка выраженности одышки по шкале MRC (одышка);
- оценка интенсивности тревоги и депрессии по Госпитальной шкале тревоги и депрессии (HADS),
- динамика показателей качества жизни по опроснику MOS SF-36
- тест 6-минутной ходьбы

### Функции МДРК

- оценка реабилитационного статуса пациента и его динамики на основании анализа жалоб, анамнеза, физикального обследования, клинических данных, результатов лабораторных, инструментальных исследований, назначенных лечащим врачом;
- установление реабилитационного диагноза, включающего характеристику состояния функционирования и ограничения жизнедеятельности (функции, структуры организма, активности и участия пациента), влияния факторов среды и личностных факторов на основе Международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья и его изменения в процессе проведения мероприятий по медицинской реабилитации;
- оценка реабилитационного потенциала, определяющего уровень максимально возможного восстановления пациента (возвращение к прежней профессиональной или иной трудовой деятельности, сохранение возможности осуществления повседневной деятельности, возвращение способности к самообслуживанию) в намеченный отрезок времени;
- формирование цели и задач проведения реабилитационных мероприятий;
- оценка факторов риска проведения реабилитационных мероприятий и факторов, ограничивающих проведение реабилитационных мероприятий;
- формирование и реализация индивидуального плана медицинской реабилитации (далее - ИПМР);
- оценка эффективности реализованных в рамках ИПМР реабилитационных мероприятий;
- составление заключения (реабилитационного эпикриза), содержащего реабилитационный статус, реабилитационный диагноз, реабилитационный потенциал, итоги реализации ИПМР с описанием достигнутой динамики в состоянии пациента, оценку по шкале реабилитационной маршрутизации, рекомендации по дальнейшей тактике ведения пациента;
- консультирование по вопросам медицинской реабилитации с использованием телемедицинских технологий;
- дача рекомендаций по направлению пациентов в медицинские организации, оказывающие паллиативную медицинскую помощь, в соответствии с Положением об организации оказания паллиативной медицинской помощи, включая порядок взаимодействия медицинских организаций, организаций социального обслуживания и общественных объединений, иных некоммерческих организаций, осуществляющих свою деятельность в сфере охраны здоровья;
- ведение учетной и отчетной документации, предоставление отчетов о деятельности.