

# ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА В ЖИЗНИ ИНВАЛИДА

## СОЦИАЛЬНОЕ

Спорт и физкультура - это способ социальной интеграции инвалидов в общество, огромный стимул восстановления или установления контакта с окружающим миром, признания **их как равноправных членов общества.** Спортивные занятия предоставляют инвалидам шанс проявить мужество, стать более выносливыми и в итоге изменить свою жизнь.



# ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА В ЖИЗНИ ИНВАЛИДА

## ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ

Оздоровительная физкультура и спорт - весьма естественная форма лечебных упражнений, которую можно использовать в качестве дополнения к обычным методам физической реабилитации. Именно они имеют неоценимое значение для восстановления сил инвалида, способности координировать свои действия, а также играют важную роль в развитии скорости и выносливости.





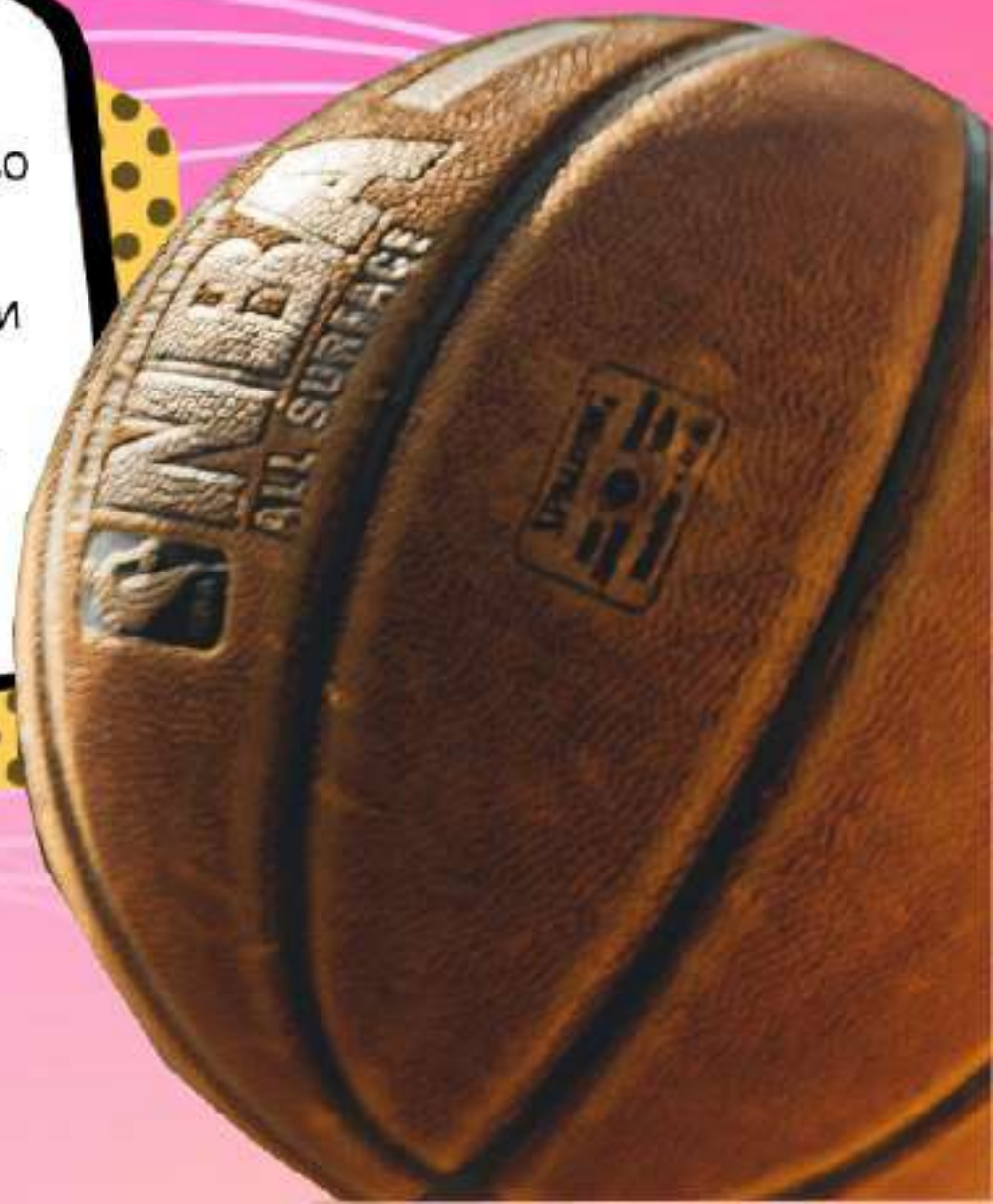
В результате физических нагрузок увеличиваются сила и подвижность нервных процессов. Вместе с этим совершенствуется взаимодействие **моторных и вегетативных функций**. Физические упражнения показаны практически всем инвалидам молодого и среднего возраста с двигательными нарушениями.



# ЗНАЧЕНИЕ СПОРТА В ЖИЗНИ ИНВАЛИДА

## ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ

Спорт имеет значительное преимущество перед обычными физическими упражнениями - это **фактор отдыха**. Спорт как образец игровой деятельности способен восполнить потребность выразить жизненную радость и удовлетворение. Он также сокращает риск появления депрессии и является профилактикой старения.



**В современном мире существует множество видов спорта, адаптированных для любого случая инвалидности или отклонения здоровья: легкая и тяжелая атлетика, баскетбол, адаптированный велоспорт, фехтование, футбол, голбол, дзюдо, плавание, хоккей, волейбол.**



Инвалид, занимающийся спортом, может заметить ряд положительных сдвигов в костно-суставной и мышечной системах. Занятия физкультурой способствуют совершенствованию нервного управления всеми органами, в том числе и сердцем.





**ВЛИЯНИЕ СПОРТА  
НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ  
ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ  
ВОЗМОЖНОСТЯМИ**



"ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ  
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ" МЗ КК



## ПРОФИЛАКТИКА ВЕРТИКАЛЬНОГО ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИЧ ТРЕБУЕТ:

Для профилактики вертикального пути передачи ВИЧ важно помнить, что согласно действующему законодательству каждая беременная женщина может пройти обследование на ВИЧ-инфекцию. При обнаружении вируса в организме ей для профилактики внутриутробного инфицирования назначают специальные лекарственные препараты.







## ПРОФИЛАКТИКА ПАРЕНТЕРАЛЬНОГО ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИЧ ТРЕБУЕТ:

- отказаться от употребления **наркотических веществ**;
- подвергать обработке, в т.ч. с использованием дезинфицирующих средств, **многоразовые инструменты для маникюра/педикюра/пирсинга/татуажа**;
- при попадании чужой крови на раневую поверхность необходимо **промыть рану** проточной водой, обработать 3% раствором перекиси водорода или спиртосодержащим раствором (70%), после обработки закрыть рану пластырем;
- при попадании крови **на слизистую глаза промыть глаза** водой и закапать глазными каплями, обладающими слезоотделительным и дезинфицирующим эффектом (например, 20% раствором альбуцида);
- при попадании крови **на слизистую оболочку полости рта** - прополоскать рот 70% этиловым спиртом;
- для оказания первой медицинской помощи **при кровотечениях** необходимо использовать резиновые перчатки и защищать открытые участки кожи и слизистые глаз от попадания крови, любые загрязнения кровью должны рассматриваться как потенциально опасные.





# БОЛЬШИЕ И МАЛЫЕ

Для точной постановки **диагноза СПИДа** требуется **лабораторное подтверждение**. Однако и без лабораторных данных имеются такие признаки болезни, которые с большой вероятностью позволяют заподозрить ВИЧ-инфекцию.

Так называемые **«большие признаки»**: потеря более 10% массы тела; длительная диарея (более одного месяца); длительная (более одного месяца) температура и **«малые признаки»**: генерализованная лимфаденопатия; опоясывающий лишай; кандидоз (грибковое поражение рта и глотки); длительная диссеминированная герпетическая инфекция; упорный кашель (более одного месяца); генерализованный зудящий дерматит.





# “МЕДЛЕННЫЙ ВИРУС”

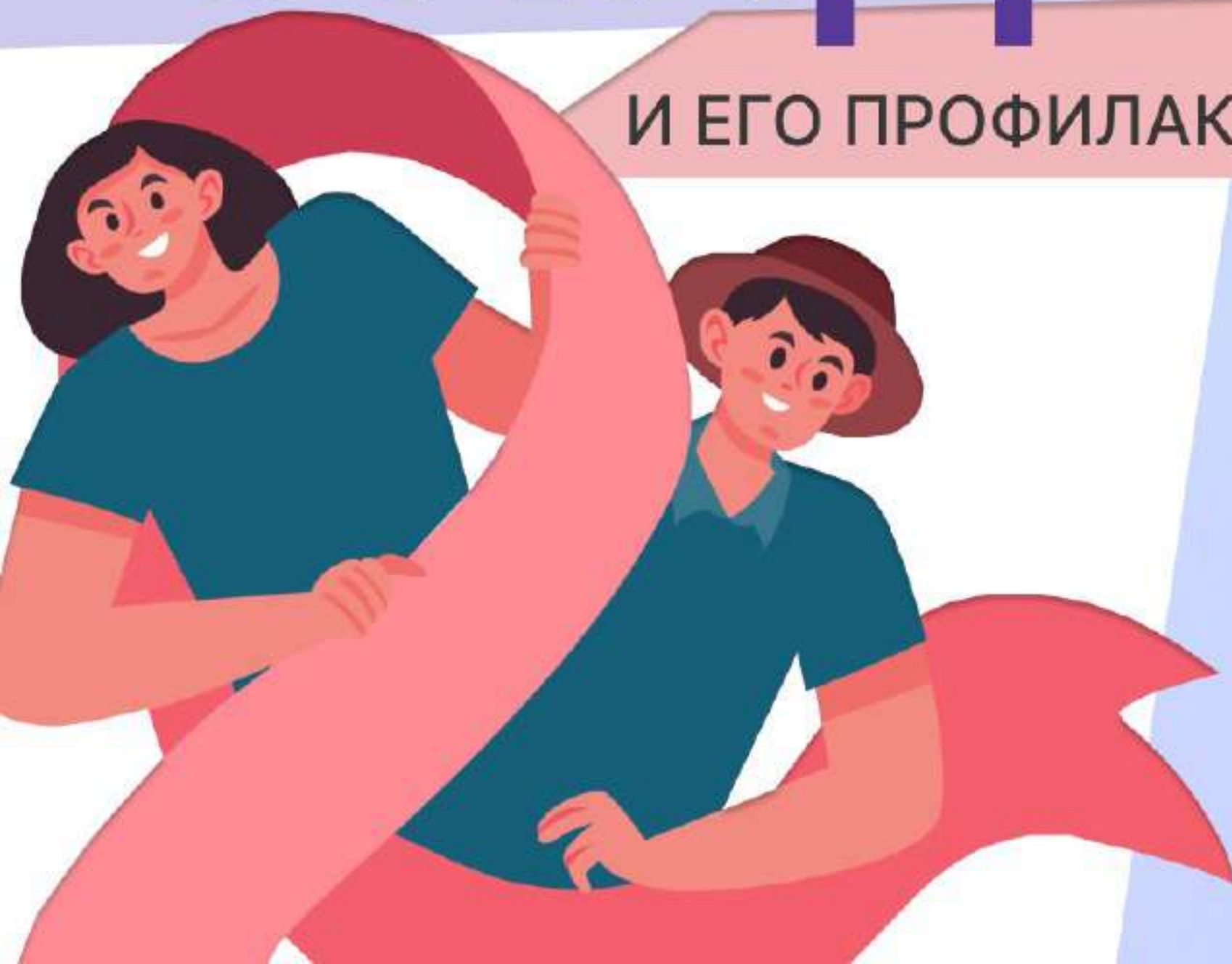


Вирус иммунодефицита человека относится к группе «медленных вирусов». Это означает, что ВИЧ-инфекция развивается медленно и в течение длительного времени может существенно не изменять самочувствие инфицированного человека. Угнетающее воздействие вируса на иммунную систему может продолжаться много лет, поэтому ВИЧ-инфицированный человек может прожить долгие годы, прежде чем произойдет ухудшение его здоровья и инфекция перейдет в стадию **СПИД**.



# СПИД

И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА





## ДЛЯ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ ВИЧ ПРИ ПОЛОВОМ КОНТАКТЕ СЛЕДУЕТ:

- избегать беспорядочных и **случайных половых связей**;
- при любом половом контакте пользоваться **презервативом** высокого качества. Следует помнить, что из противозачаточных средств только презерватив препятствует проникновению ВИЧ и при правильном использовании защищает от заражения ВИЧ-инфекцией на 98%.





# ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИЧ



ПОЛОВОЙ ПУТЬ



ПАРЕНТЕРАЛЬНЫЙ ПУТЬ  
ПРИ СЛУЧАЙНОМ ПЕРЕНОСЕ ЗАРАЖЕННОЙ  
ВИЧ КРОВИ ОТ ЧЕЛОВЕКА К ЧЕЛОВЕКУ РЕЖУЩИМИ  
ИЛИ КОЛЮЩИМИ ИНСТРУМЕНТАМИ



ВЕРТИКАЛЬНЫЙ ПУТЬ  
ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ, РОДОВ  
И КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

