

# Организация дистанционной реабилитации пациентов в условиях пандемии COVID-19

Русинова Д.С.<sup>1, 2</sup>, Язев В.В.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Детская городская поликлиника № 133 Департамента здравоохранения Москвы», Москва, Российская Федерация

<sup>2</sup> ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, Москва, Российская Федерация

**Актуальность.** Посещение поликлиник в 2020 г. было ограничено в целях безопасности и соблюдения режима самоизоляции в условиях пандемии COVID-19. Однако потребность в проведении лечебной физкультуры детям с патологией опорно-двигательного аппарата оставалась.

**Цель исследования.** Организовать комплексную и своевременную дистанционную реабилитацию для детей, которые не могут посещать занятия лечебной физкультурой в очном формате.

**Пациенты и методы.** На электронную почту ДГП № 133 родители присылали номер телефона и медицинского полиса ребенка. Инструкторы по лечебной физкультуре связывались с родителями и записывали на удобное время для подключения на дистанционную консультацию к врачу ЛФК и заведующему отделением медицинской реабилитации. Для эффективности занятий были сформированы группы по возрастам и потребностям. Занятия были предназначены для пациентов от 3,5 до 17 лет с помощью программы Zoom под руководством инструкторов ЛФК.

**Результаты.** К дистанционным занятиям подключались дети из других административных округов г. Москвы, московской области и городов Российской Федерации. 147 детей получили дистанционные занятия по итогам апреля и мая 2020 г. Ежедневно было 8 групп детей,

объединенных по возрасту и потребностям, по 7 человек в каждой, а также 23 ребенка, с которыми занимались индивидуально. Курс состоял из 10 занятий по 20 мин. Дополнительно в мае 2020 г. сотрудниками отделения был разработан и внедрен в дистанционные занятия специальный комплекс дыхательной гимнастики для детей, перенесших COVID-19. С начала июня 2020 г. мы организовали прямые эфиры ЛФК в социальных сетях ДГП № 133 продолжительностью 20 мин, в которых предлагали упражнения при нарушении осанки и плоскостопии. Трансляции были доступны и по завершении прямых эфиров. Дистанционные занятия продолжаются по настоящее время. После возобновления очных занятий лечебной физкультурой в период ослабления роста заболеваемости COVID-19 мы объединили их с дистанционными в момент неплотной записи детей на ЛФК.

**Заключение.** В условиях пандемии COVID-19 ранняя реабилитация детей с применением дистанционных технологий эффективна и безопасна. При поступлении на курс медицинской реабилитации незамедлительно после проведенного лечения прогнозируется более высокий реабилитационный потенциал и эффективность восстановительных мероприятий, что положительно влияет на динамику конечных показателей в соматическом и нервно-психическом состоянии пациентов.