

РОЛЬ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ МЕТОДОВ РЕАБИЛИТАЦИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ У МАШИНИСТОВ ЛОКОМОТИВНОГО ДЕПО

Гайсина Э.В., Кильдебекова Р.Н., Васильева Л.Я., Палтусов И.А., Сорокина Г.И.

Баишгосмедуниверситет

Отделение восстановительной медицины и реабилитации

НУЗ «Отделенческая больница на ст. Уфа» ОАО РЖД

Уфа, Россия

Сложившееся в настоящее время положение с охраной и укреплением здоровья работающего населения, а также демографическая ситуация в стране, указывают на прогрессирующее снижение трудовых ресурсов. Отделение восстановительной медицины и реабилитации (ОВМР) является одним из этапов психофизиологической реабилитации работников локомотивных бригад в структуре лечебно-профилактического учреждения на федеральном железнодорожном транспорте. Когда функциональный резерв снижен, даже небольшое увеличение степени напряжения регуляторных систем в ответ на стрессорное воздействие среды может вызвать нарушение гомеостаза, срыв процессов адаптации и развитие состояний, снижающих профессионально значимые функции у лиц водительской группы железнодорожного транспорта.

Обследованы 78 машинистов локомотивного депо с установленным диагнозом артериальной гипертензии (АГ) средний возраст которых составил $43,4 \pm 2,27$ лет. Группа контроля составила 30 человек сопоставимых по возрасту. Перед курсом реабилитации проводилось изучение функционального состояния сердечно-сосудистой системы, определение интегрального показателя здоровья на аппаратно - программном комплексе «Истоки здоровья» (Баландин Ю. П. с соавт., Рязань, 2004) с анализом показателей АД, вариабельности сердечного ритма, оценкой состояния регуляторных механизмов по значениям ПАРС (показателя активности регуляторных систем). Психоэмоциональное состояние оценивалось по результатам теста САН, модифицированного теста Люшера в интерпретации Л. Н. Собчик. Пациентам с АГ назначались с учетом показателей функционального состояния сердечно-сосудистой системы реабилитационные программы, включающие помимо медикаментозной коррекции индивидуальные и групповые занятия в кабинете психофизиологической разгрузки, оздоровительно-восстановительные сессии в капсуле «Сан Спектра-9000», массажи, занятия лечебной физкультурой.

Обследование состояния регуляторных механизмов выявило, что только у 14,1% машинистов показатели ПАРС соответствуют состоянию нормы (достаточные адаптационные возможности), 83,3% находятся в состоянии умеренного, выраженного и резко выраженного напряжения (донозологическое состояние с неудовлетворительной адаптацией и недостаточностью функциональных резервов) и 2,6% лиц имеют перенапряжение и истощение регуляторных систем. В процессе реабилитационных мероприятий у пациентов с АГ отмечалась динамика роста составляющих интегрального показателя здоровья. Быстрее всего восстанавливался психологический компонент, затем - соматический и в дальнейшем возрастали общие резервы здоровья.

Таким образом, лечебно-профилактические мероприятия, проводимые в отделении восстановительной медицины и реабилитации, способствуют повышению предрейсовой готовности работников локомотивных бригад, сохранению их профессионального здоровья, что играет немаловажную роль в обеспечении безопасности движения поездов и способствует снижению экономических потерь на федеральном железнодорожном транспорте.