



Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего
образования
«Крымский федеральный университет
имени В.И. Вернадского»

295007 Республика Крым, г. Симферополь,
проспект Академика Вернадского, 4

Отдел интеллектуальной собственности

Начальник отдела:
Бондаренко Даниил Владимирович
Тел. раб. +7(3652)51 08 69
Тел. моб. +7(978) 618 63 17
[E-mail:work.daniil@mail.ru](mailto:work.daniil@mail.ru)

г. Симферополь, ул. Ялтинская, 20, каб. 308

**КРЫМСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ В.И. ВЕРНАДСКОГО**



*Отдел интеллектуальной
собственности*

**МЕДИКО-
БИОЛОГИЧЕСКИЕ
НАУКИ № 1**

2023 г.

Патент на изобретение № 2790237

Авторы:

**Шрамко Юлиана Ивановна,
Кубышкин Анатолий Владимирович,
Фомочкина Ирина Ивановна,
Огай Юрий Алексеевич,
Черноусова Инна Владимировна**

СПОСОБ РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ С ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНЬЮ СЕРДЦА НА САНАТОРНО-КУРОРТНОМ ЭТАПЕ

Изобретение относится к медицине, а именно к кардиологии, курортологии и физиотерапии, и может быть использовано для восстановительного лечения больных с ишемической болезнью сердца (ИБС) и для вторичной профилактики ИБС на санаторно-курортном этапе. Техническим результатом, достигаемым изобретением, является повышение эффективности восстановительного лечения больных ИБС на санаторно-курортном этапе за счет повышения адаптационных возможностей организма и снижения стресса, что дает возможность проведения оптимизированного и ускоренного курса реабилитации. Ущность заявляемого изобретения заключается в том, что в способе реабилитации больных с ишемической болезнью сердца на санаторно-курортном этапе, включающем использование климатотерапии, терренкура, диеты, лечебной гимнастики и применение препарата растительного происхождения, согласно изобретению, в качестве препарата растительного происхождения применяют безалкогольный полифенольный препарат переработки винограда Фэнкор в дозе 0,1 мл на 1 кг массы тела в сутки, причем суточную дозу делят на 2 приема, разводят в 25 мл воды, принимают утром после завтрака и после обеда, ежедневно в течение трех недель, дополнительно проводят курс релаксации в виде сеансов модифицированной практики Йога-нидра, назначают 20 ежедневных сеансов через 2 часа после приема пищи, причем длительность первых трех сеансов релаксации составляет 30 минут, затем продолжительность следующих сеансов увеличивают до 45 минут. Способ осуществляют следующим образом.

Больным ИБС в период санаторно-курортной реабилитации применяют курс по следующему алгоритму: используют климатотерапию, терренкур, назначают диету со сниженным содержанием холестерина, соли, углеводов и с повышенным содержанием витаминов и белков растительного происхождения, проводят лечебную гимнастику.

Больные продолжают получать все необходимые для терапии ИБС лекарственные препараты в соответствии с существующими протоколами лечения.

В основной комплекс восстановительного лечения включают прием препарата Фэнкор в дозе 0,1 мл на 1 кг массы тела в сутки. Суточную дозу делят на 2 приема и принимают дважды в день после завтрака и обеда, разводя в 25 мл воды.

Дополнительно пациентам назначают курс релаксации в виде практики Йога-нидры, например, в модифицированном варианте, в котором с целью углубления релаксации и большего снижения симпатических влияний на организм исключают фазу визуализации и воспоминаний о переживаниях противоположных ощущений, и сопутствующую практику попеременного дыхания через ноздри, а выполняют восемь этапов: подготовку, расслабление, формулу твердой решимости, вращение сознания, дыхание, визуализацию изображений, повторную формулу твердой решимости, завершение практики.

Для этого пациентам предлагают освоить технику релаксации в виде модифицированной практики Йога-нидра. Во время проведения сеанса релаксации пациенты находятся в горизонтальном положении на спине. Инструктор медленно вводит их в глубокое расслабление, используя приемы на разных этапах релаксации. Каждый сеанс релаксации включает семь этапов модифицированной практики Йога-нидра.

1 этап - подготовка заключается в следующем.

Пациент ложится на спину на пол и принимает позу, называемую шавасаной. В этом положении тело должно быть прямым с головы до пят, ноги слегка расставлены, а руки немного отведены от тела, ладони повернуты вверх. Во время практики не должно быть никаких физических движений, пациенту рекомендуют закрыть глаза и держать их строго закрытыми, пока инструктор ему не скажет открыть глаза. Затем пациенту предлагают сделать глубокий вдох и на выдохе почувствовать, как из него вытекают все заботы дня. В следующей практике пациенту рекомендуют развить в теле чувство расслабления. Во время сеанса требуется функционирование на уровнях слуха и осознания, и единственное, что важно, это следование голосу инструктора.

2 этап - расслабление выполняют следующим образом.

Пациенту рекомендуют вызвать чувство внутреннего расслабления во всем теле, далее сконцентрироваться на теле и осознать важность полной тишины. Необходимо развить осознание своего тела от макушки головы до кончиков пальцев ног. При этом надо испытать полную тишину и полное осознание всего тела.

3 этап - формулу твердой решимости реализуют в таком виде.

Пациент должен мысленно высказать желание, важное для него.

Решение должно быть очень простым, например, это должно быть короткое, позитивное утверждение простым языком, изложенное три раза с осознанием и чувством убежденности.

4 этап - вращение сознания осуществляют в следующем порядке.

Пациенту предлагают начинать вращение сознания, совершая путешествие по различным частям тела, как можно быстрее осознание должно переходить от части к части. Данную часть необходимо повторять в уме и одновременно осознавать эту часть тела. Сначала надо осознать правую сторону, потом левую сторону, а затем заднюю, переднюю и основные части тела.

5 этап - дыхание выполняют таким образом.

Пациенту рекомендуют осознать свое дыхание. Для этого надо почувствовать, как дыхание входит и выходит из легких. Затем необходимо сосредоточить внимание на движении области пупка.

Надо представить, как пупок слегка поднимается и опускается с каждым вдохом, с каждым вдохом он расширяется и сжимается. Затем надо начать считать свои вдохи назад от 27 до 1 следующим образом: 27 пупок поднимается, 27 пупок опускается, 26 пупок поднимается, 26 пупок опускается, 25 пупок поднимается, 25 пупок опускается и так далее. Мысленно необходимо произносить слова и цифры, считая вдохи.

6 этап - повторную формулу твердой решимости реализуют в следующем виде.

Пациенту предлагают повторить то же самое решение, которое он принял в начале практики, не менять его, и повторить решение три раза с полным осознанием и чувством.

7 этап - завершение практики выполняют в следующем варианте.

Пациенту рекомендуют осознать свое дыхание, затем осознать все тело. Инструктором дается установка: ваше тело лежит полностью расслабленным на полу, вы дышите спокойно и медленно. Развивайте осознание своего тела от макушки головы до кончиков пальцев ног. Пожалуйста, не торопитесь. Начните двигать своим телом. Когда вы убедитесь, что полностью проснулись, медленно сядьте и откройте глаза. Практика завершается.

Сеансы релаксации проводят ежедневно в вечернее время через 2 часа после еды при групповом занятии. Длительность сеансов релаксации в первые три занятия, в которые входит ознакомление с методикой и адаптация к практике, составляет 30 минут.

Затем, начиная с 4 занятия, продолжительность сеанса увеличивают до 45 минут.

Курс релаксации составляет 20 ежедневных сеансов.

Формула изобретения

Способ реабилитации больных с ишемической болезнью сердца на санаторно-курортном этапе, включающем использование климатотерапии, терренкура, диеты, лечебной гимнастики и применение препарата растительного происхождения, отличающийся тем, что в качестве препарата растительного происхождения используют безалкогольный полифенольный препарат переработки винограда Фэнкор в дозе 0,1 мл на 1 кг массы тела в сутки, причем суточную дозу делят на 2 приема, разводят в 25 мл воды, принимают после завтрака и после обеда, ежедневно в течение трех недель, дополнительно проводят курс релаксации в виде сеансов практики Йога-нидра, во время проведения каждого сеанса пациенты находятся в горизонтальном положении на спине, инструктор вводит их в расслабление, используя приемы релаксации, каждый сеанс релаксации включает: принятие позы шавасаны и обучение пациента расслаблению посредством дыхания; при этом назначают 20 ежедневных сеансов практики Йога-нидра через 2 часа после приема пищи, причем длительность первых трех сеансов составляет 30 минут, затем продолжительность следующих сеансов увеличивают до 45 минут.