

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2: ДРУГИЕ ПРОЦЕДУРЫ

### **Массаж**

В послеоперационном периоде (при неосложненном течении заболевания без метастазирования) с целью повышения тонуса и трофики скелетной мускулатуры, активации крово – и лимфообращения и снижения риска тромбообразования рекомендовано проведение процедуры массажа верхних и нижних конечностей по щадящей методике. Процедура не должна превышать 10 мин. Допускается использование приемов поглаживания и поверхностного растирания по ходу лимфатических сосудов.

#### **Методика массажа.**

#### **Верхняя конечность.**

**Кисть.** Плоскостное и обхватывающее поглаживание тыльной поверхности кисти от пальцев к лучезапястному суставу. Растирание подушечками пальцев в циркулярных направлениях.

**Предплечье.** Обхватывающее поверхностное и глубокое поглаживание, по тыльной поверхности в направлении от лучезапястного сустава – вверх и наружу, по ладонной поверхности от лучезапястного сустава – вверх и внутрь. Растирание производится подушечками пальцев в циркулярных направлениях от лучезапястного сустава к локтевому.

**Плечо.** Обхватывающее поверхностное и глубокое поглаживание по задней и передней поверхности плеча в направлении от локтевого сустава к плечевому суставу. Легкое растирание подушечками пальцев в циркулярном направлении.

#### **Нижняя конечность.**

**Голень.** Плоскостное и обхватывающее поверхностное и глубокое поглаживание в направлении от стопы до коленного сустава. Растирание подушечками пальцев передней поверхности голени в циркулярных направлениях или пиление.

**Бедро.** Плоскостное и обхватывающее поглаживание передней и боковых поверхностей бедра от коленного сустава к тазобедренному суставу. Гребнеобразное и граблеобразное растирание мышц бедра.

### **Акупунктура**

Использование классической акупунктуры и акупрессуры, как дополнительных физических факторов реабилитации, рекомендовано у пациентов с раком легкого, получающих химиотерапевтическое лечение и паллиативную помощь.

Рекомендовано курсовое лечение продолжительностью 8 - 12 недель, первые 2 недели по 2 сеанса продолжительностью 15-30 мин с последующими еженедельными сеансами в течение 6-10 недель.

При коррекции болевого синдрома возможно использовать 3-точечную методику, сочетая акупунктуру с акупрессурой.

### **Аудиовизуальная релаксация**

Аудиовизуальная релаксация или функциональная музыкотерапия используется как дополнительный физический фактор у паллиативных пациентов.

Процедуры проводят в специально подготовленных изолированных от посторонних звуков помещениях (с удобными креслами, затемненными или со специальной подсветкой). В фонограммах используют современные произведения, фрагменты классической музыки и специальные акустические эффекты, имитирующие шум морского прибоя, горного ручья, леса, пение птиц, «белый шум», а также аудиовизуальные средства, имеющие сюжетную основу.

В связи с тем, что восприятие музыки носит исключительно индивидуальный характер, необходимо наличие в кабинетах различных фонограмм.

Для психорелаксирующего эффекта применяют произведения Бетховена «Лунная соната», Дебюсси «Лунный свет», Шопена «Ноктюрн», Шуберта «Аве Мария»; тонизирующего – Бетховена увертюра к опере «Эгмонт», Чайковского Симфония № 6, часть 3, Равеля «Болеро», Моцарта Симфония № 40, «Юпитер».

Сочетают с вербальной гипносуггестией и аутотренингом. Интенсивность «белого шума» - 10–15 дБ. Продолжительность процедур – 10–15 мин, ежедневно № 10 – 15.

### **Вибрационная терапия**

Высокочастотная осцилляция грудной клетки начинает проводится пациентам в раннем послеоперационном периоде.

Созданы аппараты, воздействующие на грудную клетку методом высокочастотной вибрации и компрессии. Благодаря вибрационному и компрессионному воздействию положительным давлением аппарат способствует отхождению мокроты и улучшению функциональных и объемных показателей легких. В ряде международных исследованиях были получены достоверные результаты по увеличению объема форсированного выдоха к концу первого послеоперационного дня, увеличение парциального давления кислорода в артериальной крови. Heesung Park et al. в РКИ с высоким уровнем доказательности показал вариант использования механического колебания высокой частоты каждые 8 часов по 15 мин, начиная через 4 часа после выполненной лобэктомии. Курс лечения 10-12 процедур.