

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Полтавський державний медичний університет
Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
ГО «Всеукраїнське об'єднання фізичних терапевтів»
Vrije Universiteit, Belgium
Strasbourg University, France

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ: РЕАЛІЇ І ПЕРСПЕКТИВИ

Збірник наукових матеріалів VIII Всеукраїнської науково-практичної
Інтернет-конференції з міжнародною участю

24 листопада 2022 року

PHYSICAL REHABILITATION AND HEALTHSAVING TECHNOLOGIES: REALITIES AND PERSPECTIVES

Collection of materials of the VIII All-Ukrainian Scientific and Practical
conferences with international participation

November 24, 2022

Полтава 2022

2. Герцик А. М. Мета, цілі та завдання фізичної реабілітації: системний підхід / А. М. Герцик // Молодіжний вісник СНУ. – 2015. – № 20. – С. 121–126.

3. Івасик Н. Характеристика дітей з бронхолегеневою патологією / Н. Івасик, В. Бергтрам, І. В. Бакум // Молода спортивна наука України : Зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. Випуск. 18. – Львів, 2014. – Т.3. – С. 81.

Почерняєва В.Ф., д.мед.н., професор
Полтавський державний медичний університет
Левков А.А. к.мед.н., доцент
*Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»*

ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ПРОМЕНЕВОЇ ТЕРАПІЇ

Для профілактики загальної променевої реакції та швидкого усунення її проявів пацієнту рекомендують багате на вітаміни харчування, достатнє споживання рідини, щоденні прогулянки на свіжому повітрі. За потреби лікар може призначити лікарські препарати, наприклад, протизапальні засоби або стимулятори кровотворення.

Коригування місцевих змін залежить від симптомів конкретного ускладнення. Так, при ураженні шкіри призначають загальнозмцнювальну терапію та місцеві засоби протизапальної та розсмоктуючої дії.

Як при проведенні променевої терапії, так і після неї слід приділяти увагу правильному харчуванню. Ось основні рекомендації, які застосовуються до більшості пацієнтів, однак слід обговорити це зі своїм лікарем:

Знизьте споживання тугоплавких жирів, що містяться у свинині, жирній яловичині, вершковому маслі. Більшу частину м'ясних продуктів повинні становити риба та курка.

Готуйте їжу на рослинних жирах. Бажано зовсім відмовитися від смаженої їжі.

Уникайте копчених та консервованих продуктів.

Зменшіть споживання солі. Краще відмовитись від звичайної кухонної солі, перейшовши на мінералізовану сіль великого помелу.

Вибирайте молоко зниженої жирності, включайте до раціону сир.

Воду з-під крана, яка використовується для приготування чаїв, пропускайте через фільтр, що очищає.

Відмовтеся від алкогольних напоїв, і особливо високоградусних.

При опроміненні голови та шиї можуть спостерігатися сухість у роті, невеликі болі при їді, першіння в горлі. Щоб пом'якшити ці наслідки виключіть із раціону все солоне, гостре чи кисле. Приймайте добре подрібнену їжу з низьким вмістом жирів, приготовлену на пару або варену. Харчуйте частіше, невеликими порціями. Пийте більше рідини, свіжоприготовлені соки, але відмовтеся від цитрусових соків. Їжа має бути кімнатної температури, щоб меншою мірою дратувати слизові оболонки.

Опромінення органів черевної порожнини та малого тазу іноді супроводжується нудотою та блюванням, рідким випорожненням, втратою апетиту. У разі цілком прийнятні всі попередні рекомендації. У разі проносу можна виключити молочні продукти. Рекомендовані овочеві супи на слабкому м'ясному бульйоні, обов'язково протерті каші, киселі, картопляне та овочеve пюре, парові котлети або з нежирного м'яса, відварена риба, свіжий сир, хліб із пшеничного борошна, яйце.

Збалансована дієта допоможе легше перенести лікування та попередити втрату ваги. Дотримуйтесь призначення лікаря, пам'ятайте, що променева терапія допоможе вам позбутися захворювання. Сучасні методи променевого лікування багато в чому позбавлені недоліків класичної дистанційної радіотерапії, оскільки в них використовуються технології, що дозволяють зменшити обсяг загального опромінення, мінімізуючи його на здорові тканини.

Пацієнти, які проходять лікування на системі Томотерапії, схильні до меншої кількості побічних ефектів у порівнянні з пацієнтами, які отримують звичайну променево терапію. Лікування добре переноситься у амбулаторних умовах.

Серед ключових показання до реабілітації:
проведення променевої терапії великих пухлин;
поява загальних реакцій на променево терапію;
місцеві зміни у тканинах;
необхідність якнайшвидшого відновлення перед наступним етапом лікування.

Рибалко Л.М., д.пед.н., професор
Горошко В.І., к.мед.н., доцент
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

НЕМЕДИКАМЕНТОЗНА ТЕРАПІЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ

За останні кілька десятиліть у світі спостерігається постійне зростання поширеності тривожних і депресивних розладів, тому їх слід розглядати як головну глобальну проблему охорони здоров'я 21 століття. Недавній аналіз епідеміологічних даних показує, що 13% усіх захворювань у світі пов'язані з розладами мозку, перевершуючи серцево-судинні захворювання та рак. До найпоширеніших психічних розладів належать тривога, депресія та розлади, пов'язані з вживанням психоактивних речовин. Тривога є найпоширенішим психічним захворюванням у Західній Європі. Немедикаментозні засоби лікування стресових розладів для запобігання або зменшення їх проявів є актуальною проблемою сьогодення[1].

Метою даного дослідження було вивчення впливу нюхової стимуляції запахом ефірних олій на стан психофізіологічних показників та аліментарного