

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

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

## **РЕАБІЛІТАЦІЯ ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КОЛІННОГО СУГЛОБА**

Показником ефективно проведеного курсу з фізичної реабілітації пацієнта після операції з ендопротезування колінного суглобу є повне відновлення якості життя пацієнта, та повернення до корисних звичок з урахуванням деяких протипоказань.

Життя після ендопротезування має бути не гіршим ніж до, а в більшості випадках навіть ліпшим завдяки відсутності хронічного больового синдрому та обмеженості руху кінцівки.

Реабілітація після операції по заміні колінного суглоба ділиться на 3 основних післяопераційних періоду.

Ранній реабілітаційний період – перші 2 тижні після операції.

З пацієнтом проводиться гімнастика під контролем фахівця з фізичної терапії, відточуються навички зміни положення з лежачи на сидячи, з сидячи на стоячи та у зворотному порядку, а також навички пересування з милицями або костиллями.

Методика ранньої реабілітації вже багато років використовується в усьому світі та зарекомендувала себе як найефективніша, так як завдяки ранньому втручанняму мультидисциплінарної реабілітаційної команди у процес відновлення пацієнта, з високою ймовірністю виходить уникнути ускладнень та повернути пацієнта до звичної якості життя у найкоротші терміни.

Пізній реабілітаційний період – до 2 місяців після операції.

Пацієнт займається реабілітацією самостійно, а також відвідує заняття. Основні цілі – відновлення сили та еластичності м'язів, а також відновлення навичок вирішення побутових задач.

Віддалений реабілітаційний період – до 6 місяців після операції.

Продовжується робота під наглядом та контролем спеціаліста з реабілітації. Впроваджуються ускладненні вправи для відновлення функціонального стану кінцівки та навички ходьби без опори.

Методи реабілітації:

- масаж;
- фізіотерапевтичні вправи;
- апаратна фізіотерапія;
- ударно-хвильова терапія;
- рефлексотерапія, іглоколювання;
- кінезіотейпування;
- ортезування.