

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Полтавський державний медичний університет
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Громадська організація «Всеукраїнська асоціація фізичної медицини,
реабілітації і курортології»
National University of Science and Technology Politechnica of Bucharest
(Romania)
CITY University of London (United Kingdom)
Vilnius University (Lithuania)
Vrije Universiteit (Belgium)
Strasbourg University (France)**



**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ:
РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

Збірник наукових матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної
конференції з міжнародною участю

15 листопада 2023 року

Полтава 2023

явищами були місцевий біль, особливо при застосуванні високоенергетичної ЕУХТ, а також, у крайніх випадках, непереносимість, петехії, місцева еритема та гематоми. Іншим можливим побічним ефектом при лікуванні кальцифікатів є посилення болю, ймовірно, через підвищення тиску в субакроміальному просторі під впливом виниклого запального процесу.

Таким чином, аналіз даних літератури свідчить про високу ефективність екстракорпоральної ударно-хвильової терапії (ЕУХТ) при КТ РМП та необхідність впровадження цього методу в протоколи лікування в амбулаторних умовах.

Вербовик Д.А., студентка
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»
Клеценко Л.В., к.пед.н., доцент
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ДО ПИТАННЯ ВПЛИВУ МУЗИКИ, МИСТЕЦТВА ТА ІНШИХ АЛЬТЕРНАТИВНИХ МЕТОДІВ НА ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ПАЦІЄНТІВ

Останніми роками зростає інтерес до альтернативних методів покращення процесу реабілітації та сприяння цілісному зціленню пацієнтів. Реабілітація – це складний і багатоплановий процес, який виходить за рамки традиційних медичних втручань. В останні десятиліття в контексті реабілітації зріс інтерес до альтернативних методів, таких як музична терапія, арт-терапія, танцювальна/рухова терапія та практики усвідомленості [1 - 5].

Музична терапія передбачає використання музичних втручань для задоволення фізичних, емоційних, когнітивних і соціальних потреб людей. Недавні дослідження показали, що музична терапія може значно сприяти зменшенню болю, покращенню моторики та емоційному благополуччю пацієнтів, які проходять реабілітацію. Терапевтичний зв'язок між музикою та лікуванням сягає століть, і сучасні дослідження продовжують розкривати складні механізми її ефективності. Від живих виступів до персоналізованих списків відтворення, музична терапія пропонує універсальний і доступний засіб для залучення пацієнтів [2].

Вплив музичної терапії на фізичне благополуччя багатогранний. Дослідження продемонстрували його здатність покращувати моторику, координацію та загальне фізичне функціонування, що робить його особливо цінним у реабілітаційних умовах. Ритмічні елементи музики можуть служити потужним мотиватором для рухових вправ, допомагаючи пацієнтам відновити силу і рухливість.

Психологічні переваги музичної терапії однаково переконливі. Музика має здатність викликати широкий спектр емоцій, слугуючи засобом для самовираження та роздумів. У контексті психічного здоров'я музична терапія

виявилася перспективною для зменшення симптомів тривоги, депресії та стресу. Ритмічні та мелодичні компоненти музики задіюють різні ділянки мозку, впливаючи на виділення нейромедіаторів і сприяючи позитивному емоційному стану [3].

Арт-терапія використовує творчий процес створення мистецтва для покращення фізичного, психічного та емоційного благополуччя людей.

Арт-терапія показала багатообіцяючі результати у сфері фізичної реабілітації. Заняття художньою діяльністю, чи то малюванням, малюванням чи ліпленням, заохочують дрібну моторику, координацію та спритність рук і очей. Пацієнтам, які проходять фізіотерапію, мистецтво пропонує унікальний спосіб відновити сили та контроль, перетворюючи творчий процес на фізичний досвід [5].

Психологічні переваги арт-терапії різноманітні та впливові. Створюючи мистецтво, люди можуть висвітлювати внутрішні конфлікти, зменшувати стрес і покращувати своє емоційне благополуччя. Арт-терапія довела ефективність у полегшенні симптомів, пов'язаних із тривогою, депресією та травмою. Акт створення мистецтва розвиває відчуття досягнення та розширення можливостей, сприяючи покращенню самооцінки та позитивному погляду на життя [5].

Танцювальна/рухова терапія передбачає використання руху та танцю для сприяння емоційній, соціальній, когнітивній та фізичній інтеграції. Базуючись на передумові, що розум і тіло взаємопов'язані, танцювальна терапія пропонує пацієнтам унікальний шлях для самовираження, сприяючи відчуттю розширення можливостей і самопізнання.

Танцювальна терапія продемонструвала позитивний вплив на фізичну реабілітацію. Заняття структурованими рухами покращують гнучкість, рівновагу та координацію. Для пацієнтів, які відновлюються після травм або операцій, танцювальна терапія є динамічною та приємною альтернативою традиційним реабілітаційним вправам, заохочуючи цілісний підхід до фізичного відновлення.

Психологічна користь танцювальної терапії величезна. Рух служить невербальною мовою, за допомогою якої пацієнти можуть виражати та досліджувати свої емоції. Танцювальна терапія показала ефективність у зменшенні симптомів тривоги, депресії та стресу. Ритмічна та експресивна природа танцю сприяє вивільненню емоцій, сприяючи глибшому зв'язку між тілом і розумом [4].

Практики усвідомленості, зокрема медитація та йога, отримали визнання за свій позитивний вплив на психічне здоров'я та благополуччя. Фізичні переваги йоги різноманітні. Завдяки поєднанню поз (асан) і контрольованого дихання йога покращує гнучкість, силу та рівновагу. Дослідження показують, що регулярні заняття йогою можуть сприяти покращенню здоров'я серцево-судинної системи, зменшенню запалення та покращенню функції опорно-рухового апарату. Крім того, ніжний, але підбадьорливий характер йоги робить її придатною для людей з різними фізичними здібностями, що робить її інклюзивною практикою для пацієнтів з різними захворюваннями [4].

Йога та медитація відомі своїм позитивним впливом на психічне здоров'я. Уважність, ключовий компонент обох практик, передбачає культивування

усвідомлення поточного моменту без суджень. Доведено, що це зменшує симптоми тривоги, депресії та стресу. Медитативні аспекти йоги додатково сприяють емоційному благополуччю, сприяючи відчуттю внутрішнього спокою, стійкості та покращенню механізмів подолання.

Отже, сфера охорони здоров'я виходить за межі звичайних медичних практик, визнаючи важливість цілісних підходів до догляду за пацієнтами. Музика, мистецтво та альтернативні методи лікування стали потужними інструментами для посилення фізичних і психологічних аспектів зцілення.

Таким чином, дослідження музичної терапії, арт-терапії, танцювальної/рухової терапії та практик усвідомленості розкриває їхній потенціал значного впливу на фізичний і психологічний стан пацієнтів, які проходять реабілітацію. Необхідно продовжувати подальші дослідження та інтеграції цих альтернативних методів у стандартні протоколи реабілітації, сприяючи більш цілісному та орієнтованому на пацієнта підходу до охорони здоров'я.

Література

1. Гарник Т. П., Калачов О. В., Огороднікова Н. П., Барановська М. П., Барановська, О. П., Пилипчук А. Б., Дудченко Л. Г. Фіто-та ароматерапія у комплексній реабілітації осіб із порушеннями голосу. Реабілітація та паліативна медицина. 2016. № 1. С. 84-86.

2. Касьян М. В., Шибяєва Р. В. Вплив музичної терапії на дітей з розладами спектру аутизму. Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2018. № 24. С. 292-296.

3. Ковальчук З. Я. Історичний шлях становлення музикотерапії як сучасного альтернативного напрямку. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна). 2023. № 1. С. 46-53.

4. Мішкулинець О. О. Використання арт-терапевтичних методик в умовах інклюзивного освітнього середовища. Психологія: теорія і практика. 2018. С. 76-89.

5. Сорока О. В. Арт-терапія: до питання термінології. Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Теорія і методика мистецької освіти. 2015. № 18. С. 299-306.

Горопашна С.А., студентка
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»

Горошко В.І., к.мед.н., доцент

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

КОМП'ЮТЕРНІ ІГРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК МЕТОД РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ

Актуальність. Сучасна проблема аутизму має велике значення, привертає увагу вчених, практикуючих лікарів і психіатрів. Проблема давно вийшла за межі