

**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

підхід мав значно виражений позитивний вплив на відновлення втрачених функцій КС у баскетболістів. Отже, результати, отримані в процесі дослідження, засвідчили свою ефективність запровадженого алгоритму ФТ у відновленні пошкодженої кінцівки у баскетболістів.

Література

1. Безмилов М. Теоретико-методичні основи підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту (на матеріалі баскетболу): Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 - олімпійський і професійний спорт. Київ, 2023. 407 с.

2. Корягін В. Особливості відновлення рухової функції нижніх кінцівок при травмах колінного суглоба в баскетболістів. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2015. № 19. С. 140–144.

3. ACL Rehabilitation and Physical Therapy. *University of Pittsburgh Medical Center*. URL: <https://www.upmc.com/services/sports-medicine/services/acl-program/treatment/rehabilitation>.

4. Epidemiology of sports injuries in basketball: integrative systematic review / C. V. Andreoli et al. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*. 2018. Vol. 4, no. 1. P. e000468. URL: <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2018-000468> (date of access: 06.11.2023).

Фасахова С.М., студентка
спеціальності «Терапія та реабілітація»
Мизгіна Т.І., к.мед.н., доцент
*Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»*

НЕТРАДИЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ З ХРОНІЧНИМИ ЗАПАЛЬНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ ДИХАЛЬНИХ ШЛЯХІВ

Захворювання органів дихальної системи в умовах сьогодення є однією з найпоширеніших патологій внутрішніх органів. За підрахунками ВООЗ, поширеність хронічних обструктивних захворювань легень (ХОЗЛ) у всьому світі становить понад 251 млн випадків, спричиняє близько 3,17 млн смертей щорічно. ХОЗЛ є найчастішою причиною інвалідизації і летальності серед усіх захворювань респіраторної системи. В Україні, за офіційною статистикою, за останні 10 років показник захворюваності на ХОЗЛ збільшився на 6,9% [1].

Тому пріоритетними завданнями є удосконалення ранньої діагностики захворювань дихальних шляхів для своєчасного формування програм реабілітації і запобігання подальшого розвитку хвороби.

Метою роботи є проведення аналізу та узагальнення даних сучасних досліджень щодо застосування нетрадиційних методів реабілітації пацієнтів з хронічними запальними захворюваннями дихальних шляхів.

У часи цифрових технологій значного поширення набуває телереабілітація – надання медичних послуг на відстані за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій. Респіраторна телереабілітація передбачає дозування фізичних вправ, фізичну активність, раціональне харчування, спостереження та психологічне консультування за допомогою телефону, електронної пошти і соціальних мереж, а також відеоконференції з пацієнтами. Перевагами телереабілітації є зручність, доступність, незалежність від місця перебування та ефективність на рівні із традиційною медициною. Результати дослідження, проведеного групою дослідників, показало, що пацієнти, які отримували телереабілітацію, мали значне покращення таких показників як дихальна функція, фізична активність та емоційний стан [2].

Також набувають широкого використання інноваційні методи фізіотерапії. Один з них – КВЧ-терапія (електромагнітне випромінювання міліметрового діапазону), що має антиоксидантну, протизапальну, імунокорекційну дію. Метод використовується, зокрема, під час лікування бронхіальної астми. Популярною є пунктурна КВЧ-терапія біологічно активних точок, що покращує стан бронхіальної прохідності, зменшує вегетативний дисбаланс, регулюючи стан симпатичного і парасимпатичного відділів вегетативної нервової системи, зменшує інтенсивність вільнорадикальних процесів за рахунок зниження первинних і вторинних продуктів перекисного окислення ліпідів, активації антиоксидантних ферментів[3]. Перспективним є поєднання КВЧ-пунктури і інфрачервоного лазерного випромінювання у пульмонологічних хворих. Під впливом КВЧ і лазерного випромінювання метаболізм тканин змінюється як у бік підсилення, так і у бік пригнічення, в залежності від вихідного стану організму і дози дії. Це призводить до загасання патологічного процесу, нормалізації фізіологічних реакцій і відновлення регулюючої функції нервової системи.

Метод лазерної пунктури, що є різновидом рефлексотерапії і представляє собою дію низькоенергетичним лазерним випромінюванням на біологічно активні точки набуває поширення у реабілітації хворих з ХОЗЛ завдяки таким перевагам, як неінвазивність, безболісність, виключення вірогідності інфікування. Лазерна пунктура знижує частоту і важкість нападів ядухи, подовжує період ремісії, скорочує об'єм медикаментозної терапії, нормалізує параметри зовнішнього дихання, впливає на рівень імуноглобуліну Е [3].

Однією з нових методик у сфері лікувального масажу, які можуть застосовуватися у хворих з респіраторною патологією є клопф-масаж – вид масажу, який використовує удари або постукування з метою покращення кровообігу і лімфодренажу. Цей метод допомагає розслабити м'язи грудної клітки і полегшити дихання. Проводиться постукувальними рухами пальців протягом 5-10 хвилин 2-3 рази на день, зазвичай по 8 точках: задня та передня поверхня грудної клітки, лопаткові западини, підпахвові западини, грудні м'язи, діафрагмальна зона, грудна клітка, паравертебральні лінії хребта.

Серед методів апаратного масажу останніми роками набув поширення вплив за допомогою еластичного псевдокип'ячого шару (ЕПШ). З метою покращення дренажної функції бронхів завдають впливу на ділянку грудної клітки, а для профілактики бронхоспазму додатково проводять масаж біологічно активної зони стоп. Терапія ЕПШ призводить до нормалізації психоемоційного стану, зникнення або значного зменшення нападів сухого кашлю, задишки в основному за рахунок поліпшення дренажної функції бронхів [4].

Таким чином, наведені вище методи реабілітації можуть бути ефективним доповненням до традиційного лікування пацієнтів з хронічними запальними захворюваннями дихальних шляхів, тому що мають ряд переваг таких, як неінвазивність, висока ефективність та відсутність побічних ефектів.

Література

1. Interpretation of high wedge pressure on exercise in patients with chronic obstructive pulmonary diseases / F. Chabot [et al.] // *Cardiology*. – 2001. – Vol. 95. – P. 139–145.

2. Bairapareddy K. C. Telerehabilitation for chronic obstructive pulmonary disease patients: an underrecognized management in tertiary care / Kalyana Chakravarthy Bairapareddy, Baskaran Chandrasekaran, Umang Agarwal // *Indian journal of palliative care*. – 2022. – Vol. 24, no. 4. – P. 529–533.

3. Мочульська О. М. Сучасні принципи зовнішньої терапії атопічного дерматиту у дітей / О. М. Мочульська // *Современная педиатрия*. – 2018. – № 7. – С. 78-81.

4. Лучин, І. І. Лазеротерапія в сучасній медицині. // *Проблеми клінічної педіатрії*, – 2022 – Т. 4 (58). – С. 53-58.

Черненко Є.В., студентка
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»
Траверсе Г.М., д.мед.н., професор
*Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»*

ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ЯК СПОСІБ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ СЕРЕД СТУДЕНТІВ

Ранній дорослий вік – це час, який зазвичай проводиться в університеті. Молодь в цей період часу стикаються з новими подіями в житті. Це передбачає відчуття значного стресу, спричиненого виконанням нових завдань і обов'язків. Це також момент прийняття нових зобов'язань. Дослідження показують, що в цей період студенти отримують великий стрес.

Наукові дослідження стресу і тривоги пропонують різні точки зору на цю проблему. Збільшена швидкість життя, поспіх та конкурентний спосіб життя означають, що стрес є неодмінною частиною життя людини. У людини в стані адаптації до стресу проявляються поведінкові захисти, що призводять до змін в