

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Факультет фізичної культури та здоров'я людини

Кафедра фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

*Міжнародної науково-практичної
конференції*

**«ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА
ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ»**

15 лютого 2024 р.

ЧЕРНІВЦІ

Того ж року розроблено наочні плакати, на яких зображені прийоми масажу, фізіологічні впливи на різні системи організму у процесі масажу, різноманітні техніки і види масажу, вимоги до пацієнта і масажиста, методи масажу й оснащення масажного кабінету та інші. Усі ці елементи наочності та навчально-методичні посібники були розміщені у аудиторії кафедри фізичної культури та основ здоров'я №6, через що вона отримала назву «аудиторія масажу».

Усі вищеперелічені навчально-методичні розробки дають можливість студентам у процесі практичних занять, а також позаурочно самостійно виконувати необхідну роботу, передбачену навчальною програмою дисципліни, про що свідчать результати проходження студентами поточного та підсумкового контролів.

Список літератури

1. Основи масажу та самомасажу: навч. метод. посіб. / укл. С.В. Дарійчук. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018. –184 с.
2. <https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=5928>

Людмила КЛЕЦЕНКО

к. пед. н., доц. кафедри фізичної терапії та ерготерапії

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Надія СУСЛА

студентка групи 101 пФР кафедри фізичної терапії та ерготерапії

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

МЕТОДИКА ВІДНОВНОГО ЛІКУВАННЯ ПРИ ПЕРЕЛОМІ

ШИЙКИ СТЕГНА

Перелом шийки стегна є одним з найбільш складних ушкоджень. Він зачіпає значну частину тазових кісток, які є важко відновити, особливо в похилому віці. У багатьох випадках такі переломи, які зустрічаються у людей старше 50 років, пов'язані з остеопорозом - станом, при якому кісткова тканина стає більш крихкою та схильною до серйозних ушкоджень через втрату твердості і еластичності з часом.

Симптоми вищезазначеної недуги – це хворобливе скорочення щільності кісток, що призводить до їх крихкості: необережні маніпуляції з вантажем до 10 кілограмів або падіння з висоти власного зростання здатні призвести до перелому шийки стегна, що становить небезпеку для функціонування всього організму травм. Велику увагу у цьому виді відновлення після травми необхідно приділяти розробці як постраждалої кінцівки, а й всього організму загалом.

Лікувальна гімнастика. Вправи після перелому шийки стегна – вкрай важлива міра реабілітації. Вона спрямована на вирішення наступних завдань: відновлення рухливості суглобів; зміцнення м'язів; поліпшення кровообігу; благотворний вплив на настрій і емоційний фон пацієнта. Вправи потрібно виконувати з однаковими навантаженнями на обидві ноги. Можуть використовуватися еспандери, рухи головою, плечима, згинання та розгинання пальців. Важливим є те, щоб тренування не приносили біль і дискомфорт. В якому вихідному положенні краще займатися, індивідуально призначає лікар. Існує набір вправ ЛФК для випадків перелому шийки стегна, який можна виконувати, навіть якщо лікування проводиться без операції, просто перебуваючи в положенні лежачи. Ці вправи не потребують значних зусиль, але можуть значно допомогти у процесі відновлення. Виконання гімнастики у стоячому положенні дозволяється лише на пізніх стадіях реабілітації при переломі шийки стегна, коли суглоб майже повністю відновився[1].

Також сприяти прискоренню процесу зрощення кістки може спеціальний масаж, що сприяє нормалізації кровообігу та лімфатичної системи. Важливо, щоб цей масаж проводився професіоналом. Масаж здорової кінцівки рекомендується починати з першого дня після травми. У пацієнтів, які перебувають на скелетному витягуванні, також можна проводити масаж травмованої області за допомогою спеціальних прийомів та розтирань. Початково час проведення процедури складає 15 хвилин для здорової кінцівки і вдвічі менше для травмованої. Тривалість та інтенсивність масажу збільшуються по мірі відновлення. Неприємні відчуття під час масажу повинні бути відсутніми.

Перелом шийки стегна передбачає використання фізіотерапевтичних процедур після проведення оперативного або медикаментозного лікування. До числа найбільш результативних методик апаратної терапії відносяться: лазеротерапія; гідротерапія; магнітотерапія; парафінові аплікації; УВЧ-терапія; голкорексотерапія; електрофорез. Курс фізіотерапії складається з 10 і більше процедур, які рекомендується повторити через 3-4 роки після проходження реабілітації.

Список літератури

1. Сопільняк А. М. Фізична реабілітація при переломі шийки стегна на поліклінічному етапі відновлення : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня "магістр": спец. 227 «Фізична терапія, ерготерапія» / А. М. Сопільняк ; ЧНУ ім. Петра Могили. – Миколаїв, 2023. – 94 с. [1, ст 22-23].URL: [Електронний репозитарій КРС ЧНУ ім. Петра Могили: Фізична реабілітація при переломі шийки стегна на поліклінічному етапі відновлення \(chmnu.edu.ua\)](http://elibrary.chmnu.edu.ua/handle/123456789/12345)
2. [Настанова 00357. Переломи стегна та шийки стегнової кістки \(moz.gov.ua\)](http://www.moz.gov.ua)