

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

5. Збільшити кількість електронних медичних карт та їх інтеграцію для покращення обміну інформацією між лікарями та підвищення якості діагностики та лікування.

На основі аналізу цих тенденцій можна зробити висновок, що майбутнє охорони здоров'я багато в чому залежатиме від використання технологій. Необхідно постійно вдосконалювати нормативно-правову базу, щоб забезпечити конфіденційність і безпеку даних про здоров'я та забезпечити доступ усіх верств населення до новітніх технологій.

Список літератури

1. Віталій, В., Малахов, К., Палагін, О., Семікопна, Т., & Щуров, О. (2021). Smart-система дистанційного супроводження реабілітаційних заходів: формальна модель, програмна реалізація та методологія застосування. *Український журнал фізичної і реабілітаційної медицини*, 9(3-4), 85-94.

2. Палагін, О. В., Семікопна, Т. В., Чайковський, І. А., & Сивак, О. В. (2020). Телереабілітація: інформаційно-технологічна підтримка та досвід використання. *Клінічна інформатика і Телемедицина*, 15, 35-44.

3. Бакалюк, Т. Г., Стельмах, Г. О., & Макаруч, Н. Р. Телереабілітаційні технології в підготовці фахівців з фізичної терапії. *Медична освіта*, (3), 5-9.

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

МЕТОДИКА ВІДНОВНОГО ЗДОРОВ'Я ПРИ ПЕРЕЛОМІ КЛЮЧИЦІ

Перелом ключиці є однією з найпоширеніших травм, що часто відбуваються серед пацієнтів у підлітковому та літньому віці. У більшості випадків такий перелом успішно зростається і не викликає патологічних відхилень у функціонуванні організму. Симптоми перелому ключиці виражені достатньо яскраво, що легко розпізнати пошкодження у потерпілого. Особливу увагу слід звернути на такі ознаки:

1. Постійний біль в області надпліччя, що зростає з часом і зменшується при натисканні зігнутої руки до грудей.
2. набряк та зміна кольору шкіри в області надключичної ямки, можлива поява гематоми або синцю.
3. Обмеження рухів у плечовому суглобі, можливість виникнення хрускоту та болю при спробі рухати кінцівку (особливо при переломі акроміального кінця ключиці).
4. Деформація у вигляді "клавіші" над ключицею, шкіра над якою може бути натягнутою.
5. Можлива втрата чутливості руки при ушкодженні нервових закінчень уламками.

Реабілітація після перелому ключиці є критичним етапом, який має велике значення для подальшої функціональності плечового суглоба. Терміни відновлення залежать від швидкості та ефективності заходів, що були вжиті для надання першої допомоги при травмі. Вправи при переломі ключиці вибираються для кожного пацієнта індивідуально, враховуючи стан травми, наявність зсуву, а також ступінь складності деформації. Лікувальна фізична культура призначається на 2-й день після операції і проводиться за тією ж методикою, що й при консервативному лікуванні.

Необхідно ретельно планувати фізичне навантаження на м'язи та ключицю після перелому. Тривалість такого курсу може досягати 20 днів і залежить від ступеня складності перелому та віку пацієнта. Чим старше організм, тим довше відбувається загоєння.

До масажу при переломі ключиці слід підходити з обережністю, особливо під час гострої фази загоєння, коли місце перелому ще болюче і нестабільне. Техніка масажу та сила натискання адаптуються до конкретного стану пацієнта, беручи до уваги такі фактори, як рівень болю, стадія загоєння, а також будь-які супутні травми чи обмеження. Масаж поєднується з іншими реабілітаційними заходами, такими як фізичні вправи, розтяжка та методи мануальної терапії, щоб оптимізувати загоєння, відновити функції та запобігти ускладненням, пов'язаним з переломом. Загалом, масажна терапія при переломі ключиці спрямована на сприяння загоєнню тканин, зменшення болю та скутості, покращення кровообігу та загального самопочуття в рамках комплексної програми реабілітації[1].

Фізіотерапія є важливою для прискорення зцілення пошкодженої області, зменшення болю і неприємних відчуттів. Крім того, фізіотерапевтичні методи відновлення мають антибактеріальні та протизапальні властивості, нормалізують обмінні процеси в організмі, що сприяє швидкому загоєнню кісток і м'яких тканин.

Під час іммобілізації пошкодженої області використовуються деякі методи реабілітації:

1. СУФ-опромінення в еритемних дозах сприяє розслабленню м'язів і розширенню капілярів, що сприяє стимуляції кровообігу в області травми. Це також сприяє утворенню вітаміну D, який необхідний для швидкого формування кісткової мозолі.

2. Електрофорез дозволяє накопичувати знеболювальні препарати у жировій клітковині та м'язах, що протягом тривалого часу знижує інтенсивність болю.

Інші методи показані після хірургічного втручання або після зняття засобів знерухомлення: високочастотна магнітотерапія(надає знеболювальний ефект за допомогою впливу на нервову систему. Зважаючи на проходження магнітотерапії, зменшується навантаження на скелетну мускулатуру), ампліпульстерапія (знеболює та розслаблює м'язові волокна, що позитивно впливає на кровоносні судини, а отже – на кровообіг в організмі та на трофіку тканин), УВЧ-терапія(має зігрівальний ефект, що необхідно для поліпшення клітинного метаболізму (наприклад: активація мікроциркуляції, розслаблення м'язового шару судин, зменшення набрякості), ультразвукове лікування (необхідне для стимуляції кровообігу), дистанційна ударно-хвильова терапія – процес активізації синтезу біологічно активних компонентів, які забезпечують розширення судин в області пошкодження ключиці. Результат – стимуляція процесів проліферації (розростання тканини організму через розмноження клітин), яка забезпечує репарацію кісток і хрящів.

Список літератури

1. Кирилюк В.В., Сітовський А.М. Лікувальний масаж при захворюваннях та травмах опорно-рухового апарату : методичні рекомендації для підготовки до практичних занять для студентів спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» / Волинський національний університет імені Лесі Українки, медичний факультет, кафедра фізичної терапії та ерготерапії. Луцьк, 2022. 45 с.

[1] URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20507>

2. Сітовський А.М. Луцьк – 2022 Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату. Ст 17-18. URL: [3МІСТ \(vnu.edu.ua\)](https://3mict.vnu.edu.ua)