**УДК 616.8**

***Фурсова Марина***

***студентка 2 курсу спеціальності***

***«Фізична терапія,ерготерапія»,***

***Національний університет***

***«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»***

***Науковий керівник: Клеценко Л. В.***

***к.пед.н.,старший викладач***

***Національний університет***

***«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»***

**ФІЗІОТЕРАПЕВТИЧНІ ПІДХОДИ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА ЕТАПІ ПРОГРЕСУЮЧОГО ПАРКІНСОНІЗМУ**

**Хвороба Па́ркінсона** або **тремтливий параліч** є найпоширенішим типом паркінсонізму. Дана хвороба являє собою хронічне, **тяжке неврологічне захворювання ЦНС. Вона відноситься до дегенеративних захворювань екстрапірамідної моторної системи і спричиняється прогресуючим руйнуванням і загибеллю нейронів, що виробляють нейромедіатор дофамін. Хвороба Па́ркінсона** п**оширена серед осіб середнього та похилого віку, рідше зустрічається** **у молодому і юнацькому віці, серед хворих значною мірою переважають пацієнти чоловічої статі [1, 2]**. **Хвороба Паркінсона (ХП) має чи не найбільші темпи поширення серед неврологічних захворювань,** **оскільки людство стрімко старіє.**

**Проблема дослідження хвороби Па́ркінсона** **перебуває у центрі уваги науковців, оскільки істинна етіологія захворювання залишається невідомою, діагностиці вона піддається складно (у 10-20% випадків хвороба Па́ркінсона залишається нерозпізнаною, в 25% - діагноз виставляється невиправдано, а лікування спрямоване на полегшення симптомів [3, С. 6]. Залежно** від вираженості симптомів, хвороба Паркінсона може бути досить складним станом щодо надання допомоги особам із цим діагнозом. Симптоматика варіюється від добре відомого ­тремору, брадикінезії, проблем із щоденною активністю до неспецифічних симптомів, таких як біль, ­втома, гіпо­смія чи еректильна дисфункція [4].

 Разом з лікарською терапією, хірургічним лікуванням та медико-соціальною реабілітацією розвиваються не медикаментозні підходи до лікування та реабілітації хворих на ХП, зокрема надзвичайно важливе значення мають методи фізичної реабілітації.

Експериментально доведено,що фізичні навантаження мають нейропротективний потенціал, сприяють нейропластичним змінам у мозку, продукції нейротрофічних факторів (BDNF і GDNF) та уповільнення дегенеративного процесу. За даними Козьолкіна О. А., пацієнт з діагнозом ХП повинен щодня займатися фізичною активністю не менше години. Тренування має обов’язково включати ходіння, вправи на гнучкість, ізометричні та дихальні вправи. Дослідник зазначає,що для підтримки мобільності важливе значення мають вправи на розтягування аксіальної мускулатури, насамперед живота та спини. Ефективними будуть і деякі елементи йоги, тай-чи і пілатесу. У комплексі лікування може застосовуватися акупунктура, а больові синдроми знімаються масажем. Вчений також нагадує про наявність багатьох специфічних методик, заснованих на довільній регуляції дій, що активізують інтактні зони лобової кори [3, С. 48-79]. На ранніх стадіях захворювання застосовують фізичні навантаження, рівень яких може бути вельми високим і передбачає подолання зовнішніх перешкод,наприклад ходьбу через дверний отвір,танці,ігри з м'ячем тощо. Ритмічне фізичне навантаження зменшує гіпокінезію, ригідність, покращує ходу, когнітивні функції і настрій. На більш пізніх етапах фізичне навантаження повинне бути строго дозованим і менш інтенсивним, прикладом може бути звичайна ходьба, дихальні вправи, ходьба на місці та по сходах, вправи для стоп, плавання.

Отже, можна впевнено стверджувати, що фізична терапія - невід’ємна і одна з найважливіших частин реабілітації людей з хворобою Паркінсона. При регулярних заняттях фізичними вправами забезпечується нормальне функціонування організму і гальмуються дегенеративні зміни в мозку. До того ж адекватні фізичні навантаження є превентивними засобами виникнення багатьох супутніх захворювань опорно-рухового апарату при хворобі Паркінсона.

*Література*

*1. Черній Т. В. Хвороба Паркінсона [Електронний ресурс] Режим доступу :* [*http://clinic.gov.ua/?p=2638*](http://clinic.gov.ua/?p=2638)

*2. Смолій Г. Хвороба Паркінсона : рекомендації щодо лікування : [Електронний ресурс] Режим доступу : https://neuronews.com.ua/ua/issue-article-2211/Hvoroba-Parkinsona-rekomendaciyi-shchodo-likuvannya#gsc.tab=0*

*3.Козьолкін О. А. Хвороба Паркінсона : сучасні аспекти діагностики і лікування : навч. посіб. для студентів IV курсу медичного факультету вищих навчальних закладів III-IV рівня акредитації по спеціальності «Лікувальна справа», «Педіатрія», лікарів-інтернів спеціальності «Неврологія», лікарів неврологів, сімейних лікарів / О. А****.*** *Козьолкін, А. В. Ревенько, С. О. Мєдвєдкова. 2-ге видання, допрацьоване та доповнене – Запоріжжя : ЗДМУ, 2017. – 158 с*

*4. Kumar D., Li C., Jianpeng Zhai et al. (2019) Screening tech advances early detection of Parkinson’s disease. RMIT University news, Nov. 18.*