



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ЗДОРОВ'Я
МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ТА СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ «КІНЕЗІО»**

**ВСЕУКРАЇНСЬКА КОНФЕРЕНЦІЯ
«МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ
РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ МЕДИЦИНІ»**

20 травня 2022 р., м. Харків

Збірник наукових праць

Випуск 1

Харків – 2022

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ЛІКУВАННЯ РЕВМАТОЇДНОГО АРТРИТУ

Касян А.Я., Горошко В.І.

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія
Кондратюка», Україна, м. Полтава, talgardat@gmail.com

Вступ. Артрит – хронічне, системне захворювання сполучної тканини із прогресуючим ураженням переважно периферійних (синовіальних) суглобів по типу ерозивно-диструктивного поліартриту, характеризується непередбачуваним перебігом та різноманітним клінічним проявом. Встановлено, що найбільш висока швидкість наростання рентгенологічних змін у суглобах виявляється протягом перших двох років захворювання, а 70-ти% випадків ерозивно-диструктивні зміни виникають у суглобах протягом перших 3-х - 6-ти місяців від дебюту захворювання, що корелює з несприятливим перебігом процесу.

Артрит (РА) – основна проблема сучасної ревматології у зв'язку із значним поширенням серед дорослого населення (близько 0,5-2,0%), що становить 50-100 нових випадків захворювання на 100 000 населення. Співвідношення між жінками та чоловіками, які хворіють на РА, становить 2-3:1, при цьому вражаються представники всіх вікових груп, включаючи дітей та осіб похилого віку, однак пік захворювання припадає на 30-55 років. Враження осіб працездатного віку з швидкою інвалідізацією, зменшенням тривалості життя пацієнтів призводить до великої кількості соціальних проблем. Економічні втрати через артрити можуть бути порівняні з витратами на лікування при ішемічній хворобі серця та пухлинних захворюваннях. На протязі останніх років широко обговорюється зв'язок негативних факторів навколишнього середовища розвитком запально-дегенеративних ревматичних захворювань.

Мета. Використати комплекс методів фізичної реабілітації для повернення хворих на артрит в нормальний стан і оцінити його ефективність. Сприяти попередженню утворення нових запальних ділянок.

Завдання дослідження. 1. Розглянути будову суглобів, функції, які виконують суглоби; вплив дистрофічних і запальних хвороб суглобів під час виконання функції. 2. Описати клінічну характеристику ревматоїдних артритів. 3. Визначити відомі методи фізичної реабілітації, які використовуються для хворих ревматоїдним артритом. 4. Провести дослідження впливу пропонованого нами комплексу фізичної реабілітації, оцінити ефективність її використання в групі хворих.

Робоча гіпотеза. Покращення загального стану пацієнтів, функції суглобів, зв'язкового апарату і м'язів, кровообігу в області уражених суглобів, прискорення процесів регенерації, а також застереження розвитку тканинних зрощень, контрактур і м'язових атрофій, зниження ризику ускладнень буде зв'язано з використанням пропонованого нами комплексу методів фізичної реабілітації. Цей комплекс включає: дієтотерапію, фізіотерапію, масаж, терапевтичні вправи.

Результати дослідження і їх обговорення. В залежності від причини, лікування носить строго специфічний характер. Наприклад, подагричний артрит передбачає спеціальну дієту і медикаменти, які виводять сечову кислоту з організму; інфекційний артрит потребує застосування антибіотиків, вакцин; ревматоїдний артрит, лікування якого потребує застосування протизапальних препаратів. Комплексне лікування включає в себе протизапальну терапію, знеболення, відновлення тканин суглобу. Для цих цілей зазвичай використовуються знеболюючі, нестероїдні протизапальні препарати. Проте всі ці препарати мають множинні побічні ефекти, тому альтернативою виступає фізіотерапія. Так зняття набряку і болю ефективним засобом виступає ультразвукова терапія, також магнітотерапія, для зняття напруження в м'язах ефективно використовується електротерапія. Хорошим засобом являються теплові процедури: вигрівання сольовими грілками, парафіном, озокеритом. Також використовуються грязеві аплікації на суглоби.

У післягоспітальному періоді було застосовано авторську методику терапевтичних вправ для реабілітації РА. Мета та завдання, яке було поставлено у експериментальній частині роботи, складалося з відновлення нормального механізму рухів в уражених суглобах або стабілізація постійних компенсацій; підвищення сили і витривалості м'язів, загальне зміцнення організму; стимуляція діяльності серцево-судинної і дихальної систем; покращення і підтримання фізичної працездатності пацієнтів і адаптація до побутових і виробничих навантажень. Основою комплексів лікувальної гімнастики і самостійних занять є спеціальні вправи, які забезпечують максимальне збереження функції суглобів або утворення і підтримання стійкої компенсації. Використовуються активні рухи у кожному суглобі, махові рухи з обмеженнями і без них, вправи на зміцнення слабких м'язів і розтягування м'язово-зв'язкового апарату уражених суглобів. При виконанні останніх не можна допускати появи значного болю, оскільки при цьому виникають рефлекторні напруження м'язів і зменшується обсяг рухів у суглобах. Комплекси насичували загально розвиваючими, дихальними і вправами на розслаблення. Ізометричні вправи для зміцнення м'язів з виконувалися з використанням гумових бинтів.

Висновки. 1. В цілому реабілітація пройшла благотворно, пацієнти були задоволені тим, що самопочуття покращилося. 2. Як показало дослідження помітний відновлювальний ефект настає вже через 2 місяці – зменшується больовий синдром, підвищується життєвий тонус, вивільняються резерви організму. 3. Сучасні тенденції такі, що хворі на артрит – це винятково не стаціонарні хворі; вони можуть і повинні отримувати комплекс лікувальних реабілітаційних мір протягом життя. 4. Реабілітаційна терапія як метод лікування ревматоїдного артриту має велике значення. Його цілюще зберігання рухливості суглобів, тонусу м'язів і їх сили. Пропонований вище, метод використання регулярних занять фізичними вправами з ціллю оптимізації якості й тривалості життя оснований на сучасних даних про взаємозв'язок між рухомою активністю і артритом. Без сумніву, що у майбутньому часі буде більше відомо про те, як підвищити ефективність програм реабілітації за допомогою занять фізичними вправами для осіб, які страждають на артрит.