

Міністерство охорони здоров'я України
Полтавський державний медичний університет
Департамент охорони здоров'я Полтавської облдержадміністрації

МАТЕРІАЛИ

IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю
«Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку,
проблеми та перспективи»

27 вересня 2024 року



ПОЛТАВА

2024

УДК 615.8+616-08-039.76](477)(063)

**Редакційна колегія: Ждан В. М., Лисак В. П., Голованова І. А.,
Ляхова Н.О., Краснова О. І., Белікова І. В.**

«Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи»: Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю. (2024; Полтава).

Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи», 27 вересня 2024 року. [Текст] / ПДМУ; [ред..кол.: В. М. Ждан, В. П., Лисак, І. А., Голованова та ін.]. – Полтава, 2024. – 306 с.

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи» містять в собі наукові праці з питань організаційних, правових, клінічних аспектів медичної реабілітації в Україні фахівцями різних спеціальностей, питанням медичної та психологічної реабілітації військовослужбовців та правоохоронців, постраждалих внаслідок бойових дій, оптимізації роботи реабілітаційних закладів під час військової агресії РФ та в мирний час.

УДК 615.8+616-08-039.76](477)(063)

©Полтавський державний медичний університет, 2024

(стоматологічної та фізичної) при травмах та захворюваннях щелепно-лицевої ділянки.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ВАЛЬГУСНІЙ ДЕФОРМАЦІЇ СТОПИ

Сакова М., Горошко Вікторія

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Вальгусна деформація стопи (hallux valgus) – одна з найпоширеніших ортопедичних патологій, яка зустрічається як у дорослих, так і у дітей. Ця деформація характеризується боковим відхиленням першого пальця стопи і супроводжується порушеннями біомеханіки, такими як ходьба, біль і дискомфорт. У жінок ця патологія зустрічається набагато частіше, ніж у чоловіків, але це може бути пов'язано з носінням взуття на високих підборах і генетичною схильністю. Актуальність вивчення вальгусної деформації зумовлена високою поширеністю цього захворювання та його впливом на якість життя пацієнтів. За епідеміологічними даними, до 23% дорослого населення виявляють певні симптоми вальгусної деформації, а у віці старше 65 років цей показник зростає до 35%. Хоча точних статистичних даних в Україні немає, спостереження ортопедів показують, що кількість випадків діагностування вальгусної деформації серед населення зростає, і ця проблема може бути вирішена за допомогою ранньої діагностики. Це особливо важливо як з точки зору розробки ефективних методів лікування.

Метою даного дослідження є аналіз новітніх підходів до діагностики та лікування вальгусної деформації стопи, оцінка ефективності консервативних методів корекції, вивчення факторів ризику розвитку патології.

Матеріали та методи дослідження. У дослідженні взяли участь 12 пацієнтів з діагнозом вальгусна деформація I ступеня. Всі пацієнти пройшли клінічне обстеження, включаючи рентгенографію, біомеханічний аналіз ходи та оцінку деформації. Діагностика включала рентгенологічне дослідження стопи в трьох проекціях, клінічний огляд та аналіз больових відчуттів за VAS (Visual

Analog Scale). Пацієнти були розподілені на дві групи: контрольну (лікування тільки ортопедичними устілками) та експериментальну (застосування корекційної програми). Корекційна програма включала комплекс вправ для зміцнення м'язів ніг і використання ортопедичних устілок.

Результати та обговорення. Вальгусна деформація є мультифакторним захворюванням і часто пов'язана з носінням тісного або погано підібраного взуття, генетичною схильністю, плоскостопістю і слабкістю м'язово-зв'язкового апарату стопи. У 80% пацієнтів вальгусна деформація двостороння, що дуже ускладнює корекцію патології. За даними Американської академії ортопедів (AAOS), приблизно 70% пацієнтів у Сполучених Штатах, які отримують фізичну реабілітацію з приводу вальгусної деформації стопи, повідомляють про значне полегшення симптомів і покращення функції стопи. Це підтверджується тим фактом, що фізичні вправи зменшують біль на 50-60% у 60% пацієнтів. У європейських країнах, таких як Великобританія, дані Національної служби охорони здоров'я (NHS) показують, що фізична реабілітація ефективна у 65-70% пацієнтів. Дослідження в Німеччині також підтвердило, що приблизно 60% пацієнтів спостерігали покращення якості свого життя після проходження фізичної реабілітації. За даними Австралійської асоціації фізіотерапії, в Австралії фізіотерапія покращує симптоми у 75% людей з вальгусною стопою. У середньому після 12 тижнів реабілітації пацієнти відзначають зменшення болю на 55-65%. Ефективність фізичної реабілітації при вальгусних деформаціях стопи показала позитивні результати і в Україні. У клініці Одеського медичного університету результати показують, що від 55% до 65% пацієнтів, які проходять курс фізичної реабілітації, повідомляють про зменшення болю на 40-50% після 8-12 тижнів лікування.

Корекційна гімнастика при вальгусних деформаціях стопи є важливим аспектом реабілітаційних програм, спрямованих на покращення функціонального стану пацієнта та запобігання прогресуванню деформації. Вправи спрямовані не тільки на покращення рухливості стопи, але й на відновлення нормальної біомеханіки та зменшення болю. Одним з основних

векторів вправ є розтягування ахіллового сухожилля і литкових м'язів, щоб зменшити напругу в цих областях, оскільки підвищена напруга литкових м'язів може негативно вплинути на поставу стопи та збільшити деформацію. Ще одна важлива складова тренування — зміцнення м'язів навколо великого пальця, що допомагало зменшити больові симптоми та покращити роботу стопи.

Фізична реабілітація для виправлення вальгусної деформації передбачає також використання спеціальних ортопедичних устілок і розробку індивідуального комплексу вправ з урахуванням особливостей кожного конкретного випадку. Загалом ці коригувальні заходи допомагають зменшити біль, покращити рухливість і відновити правильну біомеханіку стопи. Це необхідно для ефективного лікування вальгусної деформації.

У контрольній групі у пацієнтів після 6 місяців консервативного лікування спостерігалось лише незначне покращення (зменшення болю на 20%, зменшення ступеня деформації на 5°). В дослідній групі показники покращилися більш суттєво: больовий синдром зменшився на 70%, а кут деформації скоригований у середньому на 15°. Аналіз отриманих даних показує, що консервативне лікування вальгусної деформації є ефективним на ранніх стадіях захворювання, особливо при легкому вираженні деформації або при протипоказанні до оперативного втручання.

Дослідження показало, що використання індивідуально підібраних ортопедичних устілок і регулярна лікувальна гімнастика сприяють значному зменшенню симптомів захворювання і можуть бути ефективними як профілактичний метод для осіб з груп ризику. Водночас важливо відзначити, що рання діагностика та своєчасне втручання є ключовими факторами успішного лікування.

Висновок. Корекційна гімнастика є важливим елементом лікування вальгусних деформацій стопи і значно покращує функціональний стан пацієнтів. З наукової точки зору ці вправи допомагають відновити нормальну біомеханіку стопи, зменшити симптоми та запобігти подальшому прогресуванню деформації. Ефективність фізичних вправ була підтверджена численними клінічними

дослідженнями, які продемонстрували значне зменшення болю в стопах і поліпшення функціонального стану у пацієнтів, що виконували ці вправи. Також терапевтичні вправи допомагають відновити правильне анатомічне положення великого пальця стопи і зменшити негативний вплив тиску на стопу. Тому комплексна фізична реабілітація є ефективним методом лікування вальгусних деформацій і стала важливим аспектом сучасних програм реабілітації та профілактики.

ЗАСТОСУВАННЯ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ У ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ПІСЛЯ ГОСТРОГО ПОРУШЕННЯ МОЗКОВОГО КРОВООБІГУ

Салій Артем, Головченко Ігор Валентинович

Херсонський державний університет, Херсон, Україна

Анотація. Проаналізовано актуальність проблеми застосування фізичної терапії у людей похилого віку після гострого порушення мозкового кровообігу, доцільність та ефективність використання терапевтичних вправ пацієнтам з гострим порушенням мозкового кровообігу.

Ключові слова: реабілітація, фізична терапія, терапевтичні вправи, гостре порушення мозкового кровообігу, гостре порушення мозкового кровообігу.

Вступ. Гостре порушення мозкового кровообігу (ГПМК) у людей похилого віку, відоме як інсульт в сучасному світі кількість людей похилого віку, що страждають на ГПМК стає все більше, таким чином збільшується кількість людей, які потребують реабілітаційної допомоги. За даними Міністерства охорони здоров'я України (2019), інсульт є третьою за частотою причиною смертності в країні. Рання та ефективна реабілітація є критично важливою для покращення якості життя пацієнтів. Неврологічні відновлення частіше відбувається в перші 3-6 місяці, але багато пацієнтів демонструють покращення рухової функції на протязі довгого періоду. Інтенсивність реабілітації залежить від стану хворого та ступеня порушення функцій.

Реабілітація після ГПМК включає медикаментозне лікування, фізичну терапію та психологічну підтримку. Одним із важливих аспектів реабілітації є