



**Волинський національний
університет імені Лесі Українки**



**СУЧАСНІ
ЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ
ТЕХНОЛОГІЇ**



**Збірник
наукових
праць**

СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

**Матеріали III Регіональної науково-практичної
конференції молодих учених**

Випуск 12



Луцьк – 2022

**Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації:
серія КВ № 24863-14803 Р видане 25.06.2021 р.**

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

- Андрійчук О.Я – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор.
Валецький Ю.М. – доктор медичних наук, професор.
Колесник Г.В. – доктор медичних наук, професор.
Сітовський А.М. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.
Цюпак Т.Є. – кандидат педагогічних наук, доцент.
Ульяницька Н.Я. – кандидат біологічних наук, доцент.
Усова О.В. – кандидат біологічних наук, доцент.
Якобсон О.О. – кандидат медичних наук, доцент.
Грейда Н.Б. – кандидат педагогічних наук, доцент.
Лавринюк В.Є. – кандидат медичних наук, доцент.
Гайдучик П.Д. – кандидат психологічних наук.

Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : матеріали III Регіональної науково-практичної конференції молодих учених / ВНУ ім. Лесі Українки, каф. фіз. терапії та ерготерапії ; редкол.: О. Я. Андрійчук [та ін.]. Луцьк, 2022. Вип. 12. 68 с.

У збірнику подано результати наукових праць, що висвітлюють сучасні технології оздоровчої та реабілітаційної роботи з різними категоріями населення.

Збірник розрахований на фізичних терапевтів, аспірантів, магістрантів й студентів галузі знань «Охорона здоров'я».

*Видається за рішенням кафедри фізичної терапії та ерготерапії
(протокол № 6 від 03 грудня 2022 року).*

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| Вознюк Роман ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА..... | 6 |
| Джугало Ганна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ КІСТОК ПЕРЕДПЛІЧЧЯ У ПОСТІММОБІЛІЗАЦІЙНОМУ ПЕРІОДІ | 8 |
| Куклін Єгор КІНЕЗІОТЕРАПІЯ ПРИ ПЛОСКОСТОПОСТІ У ДІТЕЙ 9-10 РОКІВ | 10 |
| Тананайко Дмитро ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ СКОЛІОЗОМ | 12 |
| Сітовський Андрій ПЕРЕДУМОВИ ЗНИЖЕННЯ РИЗИКУ ПОВТОРНОГО ІНФАРКТУ МІОКАРДА | 14 |
| Лісовецька Валерія, Уляницька Наталія ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ОСІБ МОЛОДОГО ВІКУ, ЯКІ ПЕРЕХВОРИЛИ НА КОРОНАВІРУСНУ ХВОРОБУ | 16 |
| Грейда Наталія, Ясиновська Тетяна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ІЗ ВРОДЖЕНИМИ ВАДАМИ СЕРЦЯ..... | 18 |
| Грейда Наталія, Смірнов Максим ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ПІДЛІТКІВ ПІСЛЯ ТРАВМ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ | 21 |
| Грейда Наталія, Драгунова Ірина ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ПАЦІЄНТІВ ІЗ РЕВМАТИЧНИМИ ВАДАМИ СЕРЦЯ | 24 |
| Сахарук Любомир РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ПАЦІЄНТІВ З ДЕПРЕСИВНИМИ РОЗЛАДАМИ У РЕЗИДУАЛЬНИЙ ПЕРІОД ЗАХВОРЮВАННЯ | 27 |
| Воронко Анна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ВЕРХНІХ ДИХАЛЬНИХ ШЛЯХІВ | 29 |
| Вавдіюк Ганна ШИНУВАННЯ ПРИ ПРОВЕДЕННІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІСЛЯ ОПІКІВ31 | |
| Гречко Оксана, Андрійчук Ольга ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ЦУКРОВОМУ ДІАБЕТІ | 33 |
| Нечипорук Вадим ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ХВОРИХ ПОХИЛОГО ВІКУ НА ГІПЕРТОНІЧНУ ХВОРОБУ | 35 |

| | |
|---|----|
| Шведюк Іванна, Тараймович Богдана, Усова Оксана ЕТИОПАТОГЕНЕЗ ВАРИКОЗНОГО РОЗШИРЕННЯ ВЕН | 37 |
| Дубовик Ярослав ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСІБ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ КОМПЛЕКСНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ..... | 40 |
| Прач Вадим, Грицай Оксана ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ РЕВМАТИЧНІЙ ПОЛІМІАЛГІЇ..... | 42 |
| Стельмашук Олена ОСНОВНІ ПЕРІОДИ ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО ІНСУЛЬТУ | 45 |
| Колесник Влада ЙОГАТЕРАПІЯ ПРИ ОЖИРІННІ I-II СТУПЕНЯ У ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ | 47 |
| Колесник Володимир ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ФУНКЦІОНАЛЬНІСТЬ СУГЛОБІВ ПРИ АРТРОЗІ | 49 |
| Сермашов Назар, Ульяницька Наталія ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПАЦІЄНТІВ З ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЮ ТРАВМОЮ | 51 |
| Циранюк Юлія, Андрійчук Богдан ФАКТОРИ РИЗИКУ РОЗВИТКУ АРТЕРІАЛЬНОЇ ГІПЕРТЕНЗІЇ | 55 |
| Грейда Наталія, Кондзерська Вероніка ОБГРУНТУВАННЯ СТРАХУВАННЯ ТА ПЕРЕМІЩЕННЯ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОГО ОБЛАДНАННЯ | 57 |
| Спасюк Анна, Гордійчук Віктор ОСОБЛИВОСТІ СИСТЕМИ КОМПЛЕКСНОЇ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ІЗ ВЕРТЕБРАЛЬНИМ ОСТЕОХОНДРОЗОМ..... | 59 |
| Спасюк Анна, Гордійчук Віктор ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ПАЦІЄНТІВ У ХОДІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ВЕРТЕБРАЛЬНОМУ ОСТЕОХОНДРОЗІ..... | 61 |
| Шептицький Андрій ОБГРУНТУВАННЯ ЕФЕКТИВНИХ ЗАСОБІВ Й МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ АРТРОЗІ..... | 63 |
| Усова Оксана ЛІКУВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ВАРИКОЗНОМУ РОЗШИРЕННІ ВЕН | 65 |

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК

| | | | |
|---------------------------|---------------|-------------------------|--------|
| Андрійчук Богдан..... | 55 | Лісовецька Валерія..... | 16 |
| Андрійчук Ольга..... | 33 | Прач Вадим..... | 42 |
| Вавдіюк Ганна..... | 31 | Сахарук Любомир..... | 27 |
| Вознюк Роман..... | 6 | Сермашов Назар..... | 51 |
| Воронко Анна..... | 29 | Сітовський Андрій..... | 14 |
| Гордійчук Віктор..... | 59, 61 | Смірнов Максим..... | 21 |
| Грицай Оксана..... | 42 | Спасюк Анна..... | 59, 61 |
| Грейда Наталія..... | 8, 21, 24, 57 | Стельмащук Олена..... | 45 |
| Гречко Оксана..... | 33 | Тананайко Дмитро..... | 12 |
| Джугало Ганна..... | 8 | Тараймович Богдана..... | 37 |
| Драгунова Ірина..... | 24 | Ульяницька Наталія..... | 16, 51 |
| Дубовик Ярослав..... | 40 | Усова Оксана..... | 37, 66 |
| Куклін Єгор..... | 10 | Ясиновська Тетяна | 18 |
| Колесник Володимир..... | 49 | Шведюк Іванна..... | 37 |
| Колесник Влада..... | 47 | Шептицький Андрій..... | 63 |
| Кондзерська Вероніка..... | 57 | Циранюк Юлія..... | 55 |

and practical conference. Athens, Greece : ISGT Publishing House, 2020. P. 92–95.

2. Андрійчук О.Я., Сметаніна К.І., Грейда Н.Б., Сергеев В.М., Сітовський А.М., Цюпак Т.Є. Ожиріння: профілактика, лікування, фізична терапія: навчально-методичний посібник. Луцьк, 2021. 139 с.
3. Беспалова О.О., Рибалко П.Ф., Сітовський А.М., Цюпак Т.Є., Савчук І.В. Реабілітаційний діагноз пацієнтів із остеоартрозом на основі міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ). *Art of Medicine*. 2021. № 3(19). С. 6-14.
4. Сітовський А. М. Оцінка суглобово-м'язової дисфункції при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: метод. рекомендації. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 89 с.
5. Сітовський А. М. Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 183 с.
6. Сітовський А.М. Методика застосування терапевтичних вправ при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: навч.-метод. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 178 с.

— — — —

Шептицький Андрій

ОБҐРУНТУВАННЯ ЕФЕКТИВНИХ ЗАСОБІВ Й МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ АРТРОЗІ

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Вступ. За статистикою Всесвітньої організації охорони здоров'я, 97% людей старше 60 років скаржаться на біль у суглобах. На сьогодні це найпоширеніша група захворювань опорно-рухового апарату. Але молодь все частіше стикається з цими проблемами. Причини – травми, перевантаження та зайва вага. Артроз - це дегенеративно-дистрофічне захворювання суглобів, при якому змінюється суглобовий хрящ. За статистикою, артрозом страждає 15% населення планети. Більшість із них – жінки. Це захворювання найчастіше зустрічається у людей старше 40 років. Артроз може бути викликаний не тільки віковими змінами і спадковістю, а й порушенням обміну речовин, плоскостопістю, зайвою вагою, судинними проблемами в нижніх кінцівках, важкою фізичною працею і травмами. Артроз вражає коліна, стегна, пальці ніг, великі пальці ніг і міжхребцеві суглоби шийного та поперекового відділів хребта. В Україні серед захворюваності опорно-рухового апарату майже третина приходить на артрози, а за поширеністю перше місце займає артроз колінного суглобу [1-6].

Мета дослідження – вивчення патофізіологічних особливостей артрозів та обґрунтування ефективних засобів й методів фізичної терапії при артрозі.

Результати дослідження. Клінічні прояви артрозу характеризуються хронічним перебігом захворювання з періодичним погіршенням і ремісією. Тривалість гострої фази та її тяжкість залежать від локалізації процесу, анатомічних змін ураження, супутньої патології та причини захворювання. Клінічний перебіг вторинного артрозу ускладнюється після деяких артритів, внутрішньо-суглобових переломів, розривів зв'язок і через гормональні та метаболічні порушення.

В основі цього захворювання лежить порушення функції та структури суглобового хряща. Для виконання своєї функції хрящ потребує найкращих умов: нормальної консистенції суглобової поверхні та нормальної еластичності та міцності хряща, які визначають його амортизаційні властивості. Зниження еластичності та міцності суглобового хряща пов'язане з порушенням його обміну речовин. При захворюваннях суглобів застосовують такі методи фізичної терапії: масаж, лікувальні фізичні вправи (терапевтичні вправи), механотерапія та заняттєва активність.

Терапевтичні вправи призначається під час загострення артрозу та під час його підгострого перебігу. Використовують лікувальну та ранкову гігієнічну гімнастику, 5-6 самостійних занять на день, гідрокінезотерапію. Лікувальна гімнастика виконується в положенні лежачи та сидячи, включаючи загальнорозвиваючі та спеціальні дихальні вправи. До останніх належать пасивні, активні, з фізичним навантаженням ураженої кінцівки або без, що виконуються в легких умовах, розмахування та розслаблення в ураженому суглобі. Вправи виконуються на повільно і з обмеженою амплітудою, що не викликає болю. Найкраще займатися в теплій воді, яка допомагає усунути судоми і розслаблення м'язів, усунути рефлексорні контрактури, зменшити біль і збільшити рухливість уражених суглобів.

Лікувальний масаж застосовують для зняття гострих проявів захворювання; розслаблення м'язів, протидії розвитку контрактури та атрофії м'язів; покращення крово- і лімфообігу, покращення процесу трофіки уражених суглобів та навколишніх тканин; покращення психологічного стану пацієнта. Використовують сегментарний рефлексорний масаж і класичний масаж відповідного сегмента хребта. У разі явного болю масаж повинен мати розслаблюючий і м'який характер, з використанням легких погладжувальних і розтирань, а також неглибоких розтирань. Коли біль зникне, прийоми слід зосереджувати на ділянках з напруженими м'язами, з використанням додаткових прийомів: стругання, пиляння, зміщення, струшування, похлопування. Масаж поєднують з пасивними, активними рухами, потрушуванням кінцівкою. Також використовують самомасаж.

Застосовується з фізіотерапевтичних методів: кріотерапія, теплотерапія, ультразвук, лазерна терапія, бальнеотерапія, грязелікування, використання пов'язки з диклофенаку.

Висновки. В основі цього захворювання лежить порушення функції та структури суглобового хряща.

При захворюваннях суглобів застосовують такі методи фізичної терапії: масаж, лікувальні фізичні вправи (терапевтичні вправи), механотерапія та заняття активністю.

Список використаних джерел

1. Андрійчук О. Я., Цюпак Т. Є., Сітовський А. М. Інструментальні дослідження у фізичній терапії осіб з деформаціями опорно-рухового апарату. *Innovative development of science and education. Abstracts of the 2nd International scientific and practical conference*. Athens, Greece : ISGT Publishing House, 2020. Р. 92–95.
2. Андрійчук О.Я., Сметаніна К.І., Грейда Н.Б., Сергеев В.М., Сітовський А.М., Цюпак Т.Є. Ожиріння: профілактика, лікування, фізична терапія: навчально-методичний посібник. Луцьк, 2021. 139 с.
3. Беспалова О.О., Рибалко П.Ф., Сітовський А.М., Цюпак Т.Є., Савчук І.В. Реабілітаційний діагноз пацієнтів із остеоартрозом на основі міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ). *Art of Medicine*. 2021. № 3(19). С. 6-14.
4. Сітовський А. М. Оцінка суглобово-м'язової дисфункції при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: метод. рекомендації. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 89 с.
5. Сітовський А. М. Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 183 с.
6. Сітовський А.М. Методика застосування терапевтичних вправ при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: навч.-метод. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 178 с.

Усова Оксана

ЛІКУВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ВАРИКОЗНОМУ РОЗШИРЕННІ ВЕН

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Вступ. Варикозне розширення вен – це захворювання, що характеризується розширенням вен та збільшенням їх довжини. Це захворювання обумовлюється прямоходінням, що спричиняє знаходження 70% крові в нижній частині тіла [8]. Причинами розвитку варикозного розширення можуть бути слабка серцева діяльність порушення в роботі венозно-м'язової помпи, неправильна робота клапанного апарату, порушена прохідність у магістральних венах, підвищений артеріальний тиск, надмірне фізичне навантаження, недостатнє фізичне навантаження [2].