

- Загальна гіпотонія або загальна гіперфасилітація (стрес реакція організму на перевантаження її вегетативної частини).

Висновок. Для фізичного терапевта велике значення мають діагностичні методи, які дозволяють визначити причини порушень опорно-рухового апарату для конструювання подальшої програми фізичної терапії за допомогою методики прикладної кінезіології, методи якої дозволяють діагностувати і проводити корекцію рухових дисфункцій. Таким чином ці методи дадуть можливість вивести діагностику в фізичній терапії на новий рівень для корекції біомеханічних порушень.

Список використаних джерел:

1. Walter D.S. Applied Kinesiology. V.2. Colorado: SDS, 1983.
2. Walter D.S. Applied Kinesiology. Synopsis. Colorado: SDS, 1988.
3. Shafer J. Applied Kinesiology. Module 1,3,7. 1994.

**ЗАСТОСУВАННЯ КОМПЛЕКСНИХ ПРОГРАМ З
ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ОСІБ З ПОРУШЕННЯМИ
ФУНКЦІЇ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ**

Синельніков Олександр, Кушнір Іванна, Булега Діана

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Резюме. У роботі проведений аналіз спеціальної літератури, щодо методів і засобів фізичної терапії у пацієнтів з порушеннями функції опорно-рухового апарату. Встановлено, що основним методом фізичної терапії виступає лікувальна фізична культура. У свою чергу використання спеціальних фізичних вправ доцільно поєднувати з іншими методами фізичної терапії, що позитивно впливає на функцію опорно-рухового апарату та функціональний стан організму.

Summary. The analysis of the special literature concerning methods and means of physical therapy at patients with disturbances of function of the musculoskeletal system is carried out in the work. It is established that the main method of physical therapy is therapeutic physical culture. In turn, the use of special physical exercises should be combined with other methods of physical therapy, which has a positive effect on the function of the musculoskeletal system and the functional state of the body.

Актуальність проблеми. Останнім часом значне місце в лікуванні пацієнтів з різними патологіями займає реабілітаційна допомога, зокрема фізична терапія. Саме тому важливими завданнями фізичного терапевта виступають вміння оцінити ступінь обмеження життєдіяльності пацієнта та планування індивідуальних реабілітаційних програм з подальшою оцінкою ефективності їхнього впливу на функціональний стан. Одним із поширених

ускладнень різних патологій є порушення функції опорно-рухового апарату, тому повне відновлення його функції виступає заключним етапом лікування.

Метою нашого дослідження є аналіз сучасних підходів фізичної терапії та ефективність їхнього системного поєднання в процесі фізичної реабілітації пацієнтів з порушеннями опорно-рухового апарату. Виходячи з поставленої мети основними завданнями роботи є: 1) аналіз наукової та методичної літератури з проблеми фізичної реабілітації пацієнтів з порушеннями опорно-рухового апарату; 2) аналіз результатів комплексного використання різних методів фізичної терапії в процесі реабілітації пацієнтів з порушеннями функції опорно-рухового апарату.

Результати дослідження. Серед засобів, які використовують у фізичній терапії можна виділити лікувальну фізичну культуру, фізіотерапію, лікувальний масаж, працетерапію та механотерапію [1]. Порушення функції опорно-рухового апарату є поширеною проблемою. Серед основних причин можна виділити недостатню фізичну активність, травми, ускладнення після перенесеного захворювання. Одним із напрямків лікування і реабілітації опорно-рухового апарату виступає збільшення функціональних можливостей і працездатності нервової та м'язової систем, нормалізація трофіки та кровообігу в тканинах, зменшення м'язового спазму [2]. Для вирішення даної проблеми застосовують фізіотерапію. Найчастіше застосовують такі процедури як УВЧ, електромагнітне поле НВЧ, електрофорез, гальванізацію. Крім цього, з метою відновлення функції опорно-рухового апарату застосовують гідротерапію, бальнеотерапію і таласотерапію, пелоїдотерапію, псаммотерапію (лікування піском), озокерито- та парафінолікування, лазеротерапію, мануальну терапію, масаж. Дані процедури посилюють кровообіг, прискорюють обмінні процеси, мають протиспастичну і протизапальну дію.

Більшість вчених вважають, що природні методи і способи відновлення функції опорно-рухового апарату по своїй ефективності не уступають традиційним, тому все частіше залучають такі методи як: фітотерапія, апітерапія, гомеопатія, гірудотерапія та озонотерапія.

Особливе місце у відновленні функції опорно-рухового апарату займає метод кінезіотейпування, що є ефективним і безпечним методом немедикаментозного лікування і все частіше застосовується у комплексному лікуванні [3].

Усі перераховані методи застосовують в комплексному лікуванні з урахуванням індивідуальних особливостей протікання захворювання, як допоміжні до основного лікування.

На сьогоднішній день, методи терапії при порушенні функції опорно-рухового апарату ефективні лише у поєднанні з комплексом лікувальних фізичних вправ (кінезотерапія), що забезпечує як лікувальну функцію, так і профілактичну.

Основним завданням лікувальної фізичної культури є зміцнення м'язів, покращення кровообігу [4]. Крім того, фізичні вправи супроводжуються

позитивними емоціями, що сприяє зниженню м'язового тонусу і виконує функцію психотерапії [4].

Проведений аналіз спеціальної літератури показав, що використання комплексного застосування спеціальних фізичних вправ, лімфодренажного масажу та механотерапії в пацієнтів після ендопротезування кульшового суглоба було ефективнішим порівняно із групою, яка займалася за стандартною програмою [5].

Фізичні вправи сприятливо впливають не лише на кровообіг і зміцнюють м'язовий апарат, а й на організм в цілому, тобто активізують обмінні процеси в тканинах, поліпшують реактивність організму, підвищують емоційний фон пацієнта, відновлюють навички побутової активності.

Висновки. Проведений аналіз літератури показав, що відновлення функції опорно-рухового апарату є актуальною проблемою сучасної медичної реабілітації. Разом з тим, для підвищення ефективності фізичної терапії необхідно включати в програму не лише лікувальні фізичні вправи, а поєднувати їх з іншими методами та засобами фізичної реабілітації, що сприятиме покращенню функціонального стану опорно-рухового апарату та зміцненню організму в цілому.

Список використаних джерел:

1. Воропаєв Д.С., Єжова О.О. Основи фізичної реабілітації (Загальна характеристика засобів фізичної реабілітації). Суми, 2019. 72 с.
2. Хіміон Л.І. Лікування остеоартрозу: нові можливості комплексної терапії. *Ліки України*. 2015. № 1. С. 49-53.
3. Кинезиотейпирование в лечении и реабилитации пациентов с неврологическими заболеваниями. *Здоров'я України*. Київ, 2017. № 15/16. С. 62-63.
4. Котелевський В.І. Патогенетичне обґрунтування комплексного застосування лікувального масажу, мануальної терапії та психокорекції у реабілітації хворих на вертебральний остеохондроз: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. мед. наук: спец. 14.01.33 – Медична реабілітація, фізіотерапія та курортологія. Одеса, 2007. 22 с.
5. Бадун Є.В. Сучасні засоби фізичної терапії при відновленні пацієнтів після ендопротезування кульшового суглобу. *Збірник матеріалів V Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю*. Полтава, 2019. С.11-12