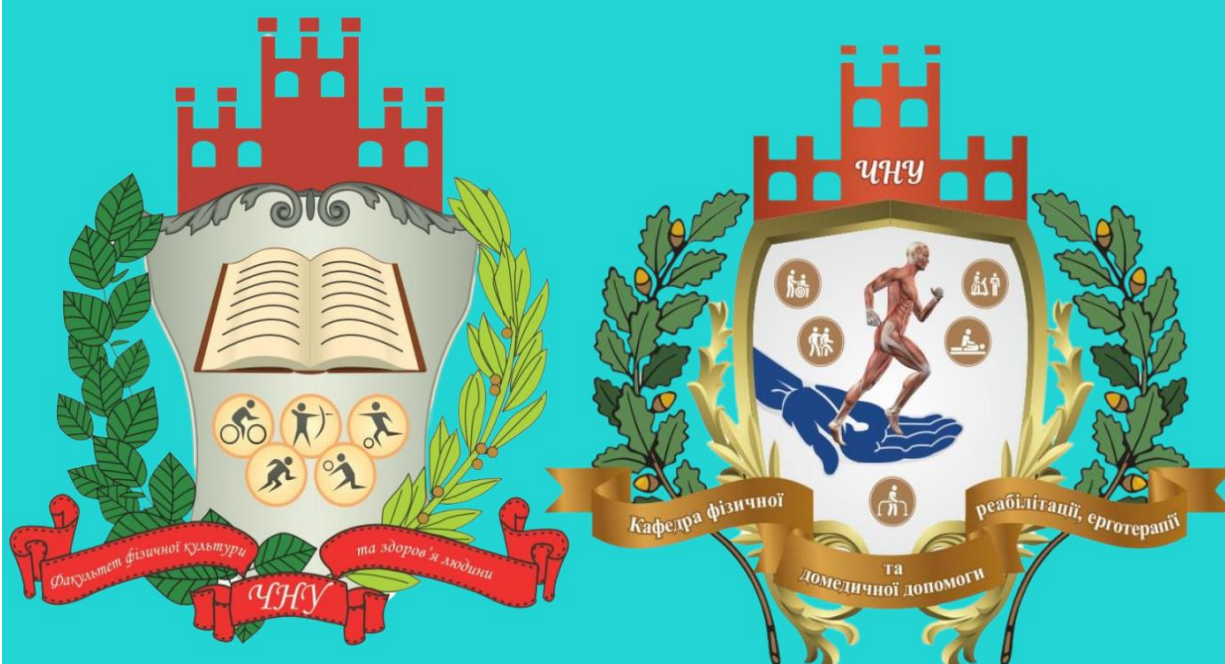


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ТА
ДОМЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

II Всеукраїнської
науково-практичної інтернет-конференції

**«МІСЦЕ І РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У
СУЧАСНІЙ СИСТЕМІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я»**

16 ЛЮТОГО 2023 Р.

ЧЕРНІВЦІ

УДК 615.8:614.2](477)

М 657

НУКОВО-РЕДАКЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

САМІЛА Андрій Петрович – доктор технічних наук, професор, проректор з наукової роботи Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

ЗОРИЙ Ярослав Богданович – доктор педагогічних наук, професор, декан факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Заслужений працівник освіти України.

ДОЦЮК Лідія Георгіївна – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

МОСЕЙЧУК Юрій Юрійович – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України.

НАКОНЕЧНИЙ Ігор Юрійович – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України.

БАЛАЦЬКА Лариса Василівна – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, заступник декана з наукової роботи та міжнародних зв'язків.

ГАКМАН Анна Вікторівна - доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, професор кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту, голова Ради молодих вчених Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

М 657 МІСЦЕ І РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У СУЧАСНІЙ СИСТЕМІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (м. Чернівці 16.02.2023 року) / за редакцією Я.Б. Зорія. – Чернівці:Чернівецький нац. ун-т, 2023. – 303 с.

У Збірнику представлені результати теоретичних і практичних досліджень із широкого спектру напрямів фізичної реабілітації та ерготерапії в реформуючий період галузі охорони здоров'я: інноваційні дослідження у відновних і здоров'язберігаючих технологіях, медико-біологічні аспекти відновлення здоров'я різних груп населення, актуальність ерготерапії в сучасній системі реабілітації, особливості підготовки та розвитку фахівців з фізичної терапії та фізичного виховання, основні проблеми тренування та відновлення спортсменів.

Збірник містить матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет конференції (м. Чернівці 16.02.2023 року).

УДК 615.8:614.2](477)

© Чернівецький національний університет

БІСМАК Олена, ГАЙДАЙ Вікторія СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ХВОРОБІ ПАРКІНСОНА.....	124
БОДНАР Юрій, КОЗИК Наталія ОСОБЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ ПАЦІЄНТІВ З ІНСУЛЬТАМИ.....	127
БОЙЧЕНКО Анастасія ВПЛИВ ПЕРЕКОНАНЬ ТА УСТАНОВОК ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ НА ПРОЦЕС ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ХРОНІЧНОМУ БОЛЮ У ПОПЕРЕКОВОМУ ВІДДІЛІ ХРЕБТА.....	130
ВАСИЛЕНКО Євген, КУКОВАЛЬСЬКА Діана ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ХВОРИХ ІЗ КОКСО-ВЕРТЕБРАЛЬНИМ СИНДРОМОМ.....	133
ГЕРЦИК Андрій, БОЯРЧУК Зінаїда ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ НА ОСНОВІ МЕТОДУ МАККЕНЗІ ОСІБ З БОЛЕМ У ПОПЕРЕКОВІЙ ДІЛЯНЦІ ХРЕБТА.....	135
ГУРСЄВА Антоніна, ПЕТУНІНА Дар'я РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ЛІКУВАННІ ОСТЕОХОНДРОЗУ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА.....	138
ГУСАК Володимир, СЛОБОЖАНІНОВ Андрій ДОСВІД ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ВИРАЗКОВІЙ ХВОРОБІ ШЛУНКА.....	140
ГУСАК Володимир ПОРІВНЯЛЬНА ОЦІНКА ВИКОРИСТАННЯ РІЗНИХ ФІЗИЧНИХ ФАКТОРІВ В КОМПЛЕКСНОМУ ЛІКУВАННІ ГНІЙНОНЕКРОТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ НИЖНІХ КІНЦІВОК.....	143
ДОРОШЕНКО Едуард, ЛУКАШЕНКО Ланна, ГАНОШЕНКО Юрій СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я.....	146
ДУЛО Олена СТАТЕВІ ВІДМІННОСТІ РІВНЯ АЕРОБНОЇ ТА АНАЕРОБНОЇ ПРОДУКТИВНОСТІ ЕНЕРГОЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОРГАНІЗМУ МОЛОДІ, МЕШКАНЦІВ ЗАКАРПАТСЬКОЇ ОБЛАСТІ.....	149
ЖИГУЛЬОВА Евеліна, ЯКОВЛЄВ Олександр, КАСПРУК Соломонія РИЗИКИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФІЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА В КОНТЕКСТІ СТРЕСОВИХ ВПЛИВІВ.....	152

Антоніна ГУРЄЄВА

к. фіз. вих., доцент

кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного

виховання і здоров'я,

Запорізький державний медичний університет

Дар'я ПЕТУНІНА

Студентка 2 курсу спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ЛІКУВАННІ ОСТЕОХОНДРОЗУ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА

На сьогоднішній день остеохондроз хребта одна з найпоширеніших проблем, що вражає людей не тільки в середньому і старшому віці, але й в молодому [1, 2, 3]. Згідно зі статистикою ВООЗ, від шийного остеохондрозу страждають люди у віці від 30 до 40 років. Фахівці звертають увагу на зниження порогу за віком, що пов'язано із значним зниженням рухової активності, зайвою вагою, неправильним режимом сну, травмами, професійною діяльністю, кількістю проведеного часу з тривалим вимушеним положенням тіла в роботі за комп'ютером, телефонами (дистанційна форма навчання та роботи пов'язані з епідемією COVID-19 та введенням воєнного стану в Україні).

За даними багатьох авторів, порушення в шийному відділі хребта, зустрічається у 31% випадків всіх його проявів, а біля 10% людей стають інвалідами. Ця хвороба триває довго і буває з ускладненнями і схильна до рецидиву [2].

Остеохондроз хребта являє собою дистрофічно-деструктивний процес, який розвивається в кістково-хрящовій тканині і проявляється змінами

міжхребцевих дисків, м'язово-зв'язкового апарату, що оточують хребет, а також біомеханічними змінами тканин хребетного стовпа. Шийна частина хребта найбільш схильна до травм, що обумовлено анатомічними особливостями шийних хребців, так як вона найрухливіша і в той же час має слабкий м'язовий корсет та піддаються дегенеративно-дистрофічним змінам.

Основними симптомами шийного остеохондрозу слугують: біль в шиї, особливо при поворотах або після сну; оніміння або поколювання в ділянці руки, плеча, лопатки, шиї; хрускіт при повороті головою; шум та дзвін в вухах; нудота; порушення зору; нестабільність артеріального тиску [3].

Лікування захворювання вимагає комплексних заходів: фізичної терапії, медикаментозного лікування та оперативне втручання, якщо інші методи не приносять результату [2, 4]. Тільки медикаментозне лікування зазвичай є малоефективним, тому що препарати усувають лише симптоми захворювання, а не долають проблему в корені. До того ж вони шкідливі для здоров'я та можуть негативно вплинути на роботу інших органів.

При лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта, провідним методом є саме фізична терапія. Засоби фізичної терапії підбираються з урахуванням вираженості симптомів, стадії захворювання, причин його виникнення та індивідуальних особливостей пацієнта. Лікування спрямоване на поліпшення кровопостачання головного мозку і тканин, що оточують шийний відділ хребта, збільшення рухливості блокованих сегментів шийного відділу хребта, зменшення больового і міотонічного синдрому [4]. Застосовують комплекси терапевтичних вправ (для поліпшення кровообігу, зміцнення м'язового корсету, усунення обмеження рухливості хребців, збільшення обсягу рухів, дозволяють відновити нервово-м'язові зв'язки), постізометричну релаксацію, мануальну терапію, кінезіотерапію, гідрокінезотерапію, лікувальний масаж та фізіотерапевтичні методи лікування (електротерапію і магнітотерапію) [1-4].

Провідні фахівці інституту вертибрології та реабілітації [4], для ефективних результатів лікування, використовують фінсько-німецьку методику David. В ході комплексного комп'ютерного тестування збирається інформація

про стан шийного відділу хребта, визначається асиметрія і сила м'язів у шийному відділі. На підставі цих показників розраховується можливе навантаження і формується індивідуальна програма занять на сучасних медичних тренажерах.

Для попередження розвитку шийного остеохондрозу рекомендується: стежити за своєю поставою, збалансовано харчуватися, спати з невисокою або плоскою подушкою на ортопедичному матраці. Знизити ризик також допоможуть адекватна рухова активність (у тому числі у перервах при сидячій роботі), помірні фізичні навантаження (оптимально – плавання) та уникати переохолодження.

Список літератури

1. Веселовский В.П. Практическая вертеброневрология и мануальная терапия : [монографія]. / В.П. Веселовский. Рига, 2011. 341 с.
2. Лікування остеохондрозу шийного відділу хребта. URL: <https://www.active-center.com.ua/uk/shejnyj-osteokhondroz>
3. Пустовойт Б. Сучасні принципи фізичної реабілітації хворих на остеохондроз шийно-грудного відділу хребта. *Слобожанський науковоспортивний віник*. 2018, № 2(64). С. 50-53.
4. Сучасні методи лікування шийного остеохондрозу. Інститут вертебрології та реабілітації. URL: <https://ivr.ua/ua/sovremennyye-metody-lecheniya-osteoxondroza>

Володимир ГУСАК

к. мед. н.,
доцент кафедри фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної
допомоги,
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Андрій СЛОБОЖАНІНОВ

викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту,