

Міністерство охорони здоров'я України
Запорізький державний медико-фармацевтичний університет

Факультет ІІІ медичний

Дар'я Олексіївна Петуніна

(ім'я, по батькові, прізвище студента)

Група ФТ-21/2-3

СУЧАСНИЙ КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД У ЛІКУВАННІ
ОСТЕОХОНДРОЗУ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА ЗАСОБАМИ
ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

зі спеціальності

227 Фізична терапія, ерготерапія

спеціалізації 227.1 Фізична терапія

Науковий керівник:

доцент, кандидат наук з фізичного

(вчене звання, вчений ступінь)

виховання та спорту

доцент закладу вищої освіти кафедри

(посада, кафедра)

фізичної реабілітації, спортивної медицини,

фіз. виховання і здоров'я

Антоніна Михайлівна Гурсьва

(ім'я, по батькові, прізвище)

Запоріжжя 2023 р

Міністерство охорони здоров'я України
Запорізький державний медико-фармацевтичний університет

Факультет III медичний

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини, фіз. виховання і здоров'я

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Спеціалізація 227.1 Фізична терапія

Освітньо-кваліфікаційний рівень МАГІСТР

К В А Л І Ф І К А Ц І Й Н А Р О Б О Т А

на тему

СУЧАСНИЙ КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД У ЛІКУВАННІ
ОСТЕОХОНДРОЗУ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА ЗАСОБАМИ
ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ

Здобувач Петуніна Дар'я Олексіївна

Група ФТ-21/2-3

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК доцент ЗВО, кандидат наук з фізичного виховання
та спорту, доцент

Гурєєва Антоніна Михайлівна _____

РЕЦЕНЗЕНТ доцент ЗВО кафедри травматології та ортопедії, кандидат
медичних наук, доцент

Кожем'яка Максим Олександрович _____

Робота розглянута на засіданні кафедри (протокол №10 від 21.04.2023 р.) і
допущена до захисту.

ЗАВІДУВАЧ КАФЕДРИ професор ЗВО, доктор наук з фізичного виховання
та спорту, професор

Дорошенко Едуард Юрійович _____

Запоріжжя 2023 р.

ЗМІСТ

Реферат.....	4
Abstract.....	5
Перелік умовних скорочень.....	6
Вступ.....	7
1 Огляд літератури	9
1.1 Етіологія розвитку остеохондрозу шийного відділу хребта.....	9
1.2 Патогенетичні аспекти остеохондрозу хребта.....	10
1.3 Клінічні прояви шийного остеохондрозу.....	20
1.4 Сучасні засоби відновлення пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта.....	24
2 Завдання, методи та організація дослідження	30
2.1 Завдання дослідження	30
2.2 Методи дослідження	30
2.3 Організація дослідження	36
3 Результати дослідження	37
3.1 Аналіз програм з використанням засобів фізичної терапії у лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта.....	37
3.2 Провідні засоби фізичної терапії в циклі лікуванні пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта.....	58
3.3 Аналіз рівня захворювання остеохондрозом шийного відділу хребта у пацієнтів різних вікових груп, в залежності від сезону та професійної діяльності.....	68
Висновки.....	71
Практичні рекомендації.....	73
Список використаних джерел	75
Додатки	80

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота складається з 84 сторінок, 4 таблиць, 33 рисунків, 58 літературних джерел.

Об'єкт дослідження – процес лікування остеохондрозу шийного відділу хребта засобами фізичної терапії.

Мета дослідження – проаналізувати комплексний підхід у лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта засобами фізичної терапії.

Методи дослідження – теоретичний аналіз науково-методичної літератури, аналіз клініко-інструментальних методів контролю функціонального стану, аналіз програм фізичної терапії, статистичний аналіз. Для оцінки функціонального стану пацієнта було використано: візуально-аналогова шкала болю (ВАШ), анкетування Роланда Морріса, сантиметрія та гоніометрія, мануально-м'язове тестування (ММТ), функціональний тест, проба де Клейна, методи антропометрії, та методи математичної статистики.

Проведено аналіз застосування сучасних методів і засобів фізичної реабілітації при остеохондрозі шийного відділу хребта. Описані механізми впливу терапевтичних вправ, кінезітерапії, лікувального масажу, фізіотерапії та механотерапії. Проведено статистичний аналіз даних пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта за такими критеріями: вік, стать, сезонність захворювання та професійна діяльність.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ОСТЕОХОНДРОЗ, ШИЙНИЙ ВІДДІЛ ХРЕБТА,
ЗАСОБИ, ПРОГРАМА, АНАЛІЗ, МЕТОДИ ОБСТЕЖЕННЯ, ПІДХІД,
ЛІКУВАННЯ

ABSTRACT

The qualification work consists of 84 pages, 4 tables, 33 figures, 58 literary sources.

The object of research is the process of treating osteochondrosis of the cervical spine by means of physical therapy.

The purpose of the study is to analyze a comprehensive approach to the treatment of osteochondrosis of the cervical spine by means of physical therapy.

Research methods – theoretical analysis of scientific and methodical literature, analysis of clinical-instrumental methods of functional state control, analysis of physical therapy programs, statistical analysis. To assess the patient's functional status, the following were used: visual analog pain scale (VAS), Roland Morris questionnaire, centimeter and goniometry, manual muscle testing (MMT), functional test, de Kleine test, anthropometric methods, and mathematical statistics methods.

An analysis of the use of modern methods and means of physical rehabilitation in osteochondrosis of the cervical spine was carried out. Mechanisms of influence of therapeutic exercises, kinesitherapy, therapeutic massage, physiotherapy and mechanotherapy are described. A statistical analysis of the data of patients with osteochondrosis of the cervical spine was carried out according to the following criteria: age, sex, seasonality of the disease and professional activity.

PHYSICAL THERAPY, OSTEOCHONDROSIS, CERVICAL SPINE, TOOLS, PROGRAM, ANALYSIS, EXAMINATION METHODS, APPROACH, TREATMENT

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко О. М. Механотерапія у відновному лікуванні хворих на остеохондроз попереково-крижового відділу хребта. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків : ХДАФК, 2013. № 5. С.16-18.
2. Бахрушин В.Є. Методи аналізу даних : навчальний посібник для студентів. Запоріжжя : КПУ, 2011. 268 с.
3. Біль у правій руці. URL: https://ua-m.iliveok.com/health/bil-u-praviy-ruci_106156i15964.html
4. Боренштейн Д.Г., Визель С.В., Боден С.Д. Болі в шийному відділі хребта. Діагностика та комплексне лікування: Пер. с англ. М.: Медицина, 2005. 792 с.
5. Возняк Н.В. Ефективність застосування електротерапевтичного апарату «CERAGEM» при ураженнях хребта : квал. роб. Херсон, 2020. 36 с.
6. Волошин Т.В. Грижа міжхребцевого диска. URL: <https://citidoctor.ua/ru/o-centre/media-centr/stati/hrizha-mizhkhrebtsevoho-diska.html>
7. Герцик А. Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації/фізичної терапії при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК; 2018. 388 с.
8. Гоніометрія. URL: <https://rehabprime.com/goniometry/>
9. Гурєєва А.М., Петуніна Д.О. Роль фізичної терапії у лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта. *Місце і роль фізичної терапії у сучасній системі охорони здоров'я*: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, 16.02.2023 року. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2023. С. 138-140.
10. Дослідницька філія МКФ. URL :<https://www.icf-research-branch.org/icf-core-sets/category/4-icf-core-sets>

- 11.Зозуля І.С., Максименко М.В., Зозуля А.І. Біль: підходи до діагностики та лікування в неврології та хірургії. *Український медичний часопис*. 2016. № 2. С. 37-40.
- 12.Кравченко Б. М. Система інтегративної кінезитерапії як сучасний метод фізичної реабілітації при захворюваннях опорно-рухової системи. *Спортивна медицина і фізична реабілітація*. 2016, № 2, С. 66-75.
- 13.Лазега Д. В. Побудови програми реабілітації на тренажері «Кіпарис» у пацієнтів з патологією хребта : магістерська дисертація : Київ 2020. 43 с.
- 14.Лікування болі в спині при остеохондрозі. URL : <https://neurospine.clinic/ua/osteochondroz/>
- 15.Мануально м'язове тестування. URL: <https://rehabprime.com/mmt/>
- 16.Методи фізіотерапії при шийному остеохондрозі. URL:<https://uadarin.ru/sport-i-fitness/6112-metodi-fizioterapii-pri-shijnomu-osteochondrozi.html>
- 17.Методика лікування на тренажерах «Кипарис» / реабілітаційний центр «Амбулаторія спини». URL: http://centrspina.com.ua/how_does_it_work
- 18.Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я. URL: <https://moz.gov.ua/mkf>
- 19.Мухін В. М. Фізична реабілітація. Київ : Олімпійська література, 2009. 488 с.
- 20.Остеохондроз хребта (сучасні погляди на етіологію та патогенез захворювання). URL: <https://www.eurolab-portal.ru/encyclopedia/565/46452/>
- 21.Остеохондроз. URL: <https://doctorbersenev.ua/ua/services/yuvenilnyj-osteochondroz/>
- 22.Остеохондроз: можливості сучасного патогенетичного лікування. URL: https://www.health-medix.com/articles/liki_ukr/2016-05-05/10.pdf

- 23.Панін А. В., Шимон М. М. Остеохондроз: можливості сучасного патогенетичного лікування. *Ліки України • Medicine of Ukraine*. 2016. №4. С. 71-72.
- 24.Петуніна Д.О. Аналіз причин виникнення остеохондрозу шийного відділу хребта. *Актуальні питання сучасної медицини і фармації – 2023: збірник тез доповідей 83 Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених та студентів з міжнародною участю, 25 – 26 травня 2023 р. Запоріжжя: ЗДМФУ, 2023. С.39-40.*
- 25.Пешкова О. В., Камель Ж. Комплексна фізична реабілітація хворих остеохондрозом хребта. *Слобожанський науковий вісник*, 2004. № 7. С. 168-170.
- 26.Пешкова О. В., Камель Ж. Комплексна фізична реабілітація хворих остеохондрозом хребта. *Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук.-теор. журн.]*. Харків : ХДАФК, 2004. № 7. С. 168–170.
- 27.Пустовойт Б. Сучасні принципи фізичної реабілітації хворих на остеохондроз шийно-грудного відділу хребта. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2018. № 2(64). С.50-53.
- 28.Реабілітаційний масаж: підручник для студентів І рівня вищ. Освіти, галузь знань 22 «Охорона здоров'я», спец. 227 «Фізична терапія, ерготерапія» / Л.О. Вакуленко [та ін.]. Тернопіль : ТДМУ «Укрмедкнига», 2019. 524 с.
- 29.Рефлексотерапія. URL: <https://www.medinvest.zp.ua/refleksoterapiya/>
- 30.Самойленко К. В. Тракційна терапія пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта : кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти «магістр» ; Херсонський держ. ун-т, Медичний ф-т, Кафедра фізичної терапії, ерготерапії. Херсон : ХДУ, 2020. 49 с.
- 31.Спонділоартроз. URL : <https://doctorbersenev.ua/ua/services/spondiloartroz/>
- 32.Спортивна медицина. URL: <https://uk.healthandmedicineinfo.com/sportmedizin-K9W>

- 33.Фененко А. В. Фізична терапія учасників бойових дій з остеохондрозом шийно-грудного відділу хребта : квал. роб. : Суми 2020. 74 с.
- 34.Фізична реабілітація хворих шийним остеохондрозом. URL : <https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-09/10vlkano.pdf>
- 35.Чи виліковний остеохондроз? URL: <https://medikom.ua/izlechim-li-osteohondroz/>
- 36.Юрок О. Є. Неврологічні прояви остеохондрозу : патологія, клініка, лікування. Київ: Здоров'я, 2001. 344 с.
- 37.Як проходить курс лікування ? URL: <https://ivr.ua/ua/kak-prohodit-kurs-lecheniya>
- 38.Якщо спина болить при остеохондрозі. Помилки пов'язані з цим. URL : <https://ukrshealth.ru/hvorobi-simptomi-likuvannja/ortopedija-i-travmatologii/5070-jakshho-bolit-spina-pri-osteohondrozi-pomilki-pov.html>
- 39.Back Pain Statistics You Should Keep in Mind in 2023. URL: <https://disturbmenot.co/back-pain-statistics/>
- 40.Can I play sports withoste ochondrosis? URL: <https://simptreat.com/en/articles/5174>
- 41.Cervical Traction. URL: <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/cervical-traction>
- 42.Cervical osteochondrosis: treatment. URL: https://m.iliveok.com/health/cervical-osteochondrosis-treatment_112826i16094.html
- 43.Degenerative-dystrophic changes in the cervical, thoracic, lumbar spine. URL: <https://simptreat.com/en/articles/9757>
- 44.Etiology and Pathogenesis of Osteochondrosis. URL: https://www.researchgate.net/profile/Bjornar-Ytrehus/publication/6230243_Etiology_and_Pathogenesis_of_Osteochondrosis/links/
- 45.Lyapko applicators. URL:<https://lyapko.ua/en>

46. Massage Therapy Education Online: Student Satisfaction and Achievement, Part I. URL: https://www.academia.edu/7817039/Massage_Therapy_Education_Online_Student_Satisfaction_and_Achievement_Part_I
47. Means of physical rehabilitation in complex treatment of osteochondrosis. URL : https://m.iliveok.com/health/means-physical-rehabilitation-complex-treatment-osteochondrosis_69928i16094.html
48. Osteochondrosis of the cervical spine. URL: <https://lyapko.ua/en/articles/osteochondrosis-of-the-cervical-spine/>
49. Oxford Scale. URL : https://www.physio-pedia.com/Oxford_Scale
50. Physical rehabilitation in osteochondrosis of the lumbar spine, complicated unstable segments and intervertebral disc protrusions. URL: <https://www.researchgate.net/publication/307742129>
51. Physiotherapists' and general practitioners' views of self-referral and physiotherapy scope of practice: results from a national trial. URL : <https://www.academia.edu/27590581>
52. Physiotherapy for osteochondrosis. URL: <https://en.tierient.com/physiotherapy-for-osteochondrosis/>
53. Prophylaxis of osteochondrosis and its treatment. URL: <https://simptreat.com/en/articles/8790>
54. REDCORD. URL : <https://ivr.ua/ua/redcord>
55. Swimming with cervical osteochondrosis. URL: <https://nannymed.com/en/posts/9458>
56. Therapeutic exercise for cervical osteochondrosis URL: <https://en.inter-med.info/7638-therapeutic-exercise-for-cervical-osteochondrosis.html>
57. Visual Analog Scale. URL : <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/visual-analog-scale>
58. What is reflexology and what methods are used in neurology. URL: <https://behealthis.com/en/topics/5203>

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник Роланда-Морріса (M. Roland, R. Morris, 1983)

	<i>Питання</i>	
1	Я залишаюся вдома більшу частину часу з-за спини.	☐
2	Я ходжу повільніше ніж зазвичай з-за моєї спини.	☐
3	Через біль у спині я не можу робити звичайну роботу по дому.	☐
4	Через біль у спині мені доводиться користуватися палицею, щоб ходити по сходах.	☐
5	Через біль у спині мені досить часто доводиться лежати і відпочивати.	☐
6	Через біль у спині мені доводиться триматися за що-небудь, щоб піднятися зі стільця.	☐
7	Через біль у спині мені доводиться просити інших людей щось робити для мене.	☐
8	Я одягаюся повільніше ніж зазвичай через біль у спині.	☐
9	Я стою тільки короткий час через біль у моєї спині.	☐
10	Через біль у спині я не намагаюся нагинатися або вставати на коліна.	☐
11	Мені дуже важко вставати зі стільця через біль у спині.	☐
12	Моя спина або нога болить майже весь час.	☐
13	Мені важко повертатися в ліжку.	☐
14	У мене є проблеми з одяганням шкарпеток через біль у спині.	☐
15	Я сплю менше через біль у спині.	☐
16	Я уникаю важкої роботи по будинку.	☐
17	Через біль у спині я більш, ніж зазвичай роздратований і різкий з іншими людьми.	☐
18	Через біль у спині я ходжу по сходах повільніше, ніж зазвичай.	☐

Пацієнт повинен зазначити пункти, які відповідають його стану на момент заповнення опитувальника.

Фахівець підраховує загальну кількість зазначених пацієнтом пунктів (максимальна кількість 18).

Порушення життєдіяльності вважаються вираженими, якщо пацієнт відзначає понад 7 пунктів. Тест може бути використаний не тільки для оцінки вихідної вираженості порушень, але і для контролю за динамікою відновлення функцій.

Приклад оцінки мануально м'язового тестування м'язів згиначів та розгиначів шиї (Джерело зображення: <https://rehabprime.com/mmt/>).

Оцінка «4-5»

<i>Положення пацієнта:</i> лежачі на животі з зігнутими колінами та стопами, руки за головою. <i>Тест:</i> пацієнт піднімає голову прямо вгору від столу, піднімаючи підборіддя <i>Положення ФТ:</i> збоку від голови пацієнта, одна рука на грудях. Оцінка 4 та 5 інша рука на підборідді. Оцінка 3 – інша рука під потилицею страхує. <i>Інструкція пацієнту:</i> «Підніміть голову, тримайте підборіддя підтягнутим під час огляд. Не піднімайте плечі від столу. Тримати голову».
Оцінка «3»

<i>Положення пацієнта:</i> лежачі на животі з зігнутими колінами та стопами, руки за головою. <i>Тест:</i> пацієнт піднімає голову прямо вгору від столу, піднімаючи підборіддя <i>Положення ФТ:</i> збоку від голови пацієнта, одна рука на грудях. Оцінка 4 та 5 інша рука на підборідді. Оцінка 3 – інша рука під потилицею страхує. <i>Інструкція пацієнту:</i> «Підніміть голову, тримайте підборіддя підтягнутим під час огляд. Не піднімайте плечі від столу. Тримати голову». Оцінка 3: рух проти сили гравітації

Оцінка «2,1 та 0»	
	
<i>Положення пацієнта:</i> лежачі на спині з зігнутими колінами і стопами, руки вздовж тулуба <i>Тест:</i> пацієнт котить головою вбік, тримаючи голову на столі. <i>Положення ФТ:</i> стоячи позаду від голови, дві руки в ділянці грудино-ключично-соскоподібних м'язів. <i>Інструкція пацієнту:</i> «Нахиліть голову вліво, а потім вправо». <i>Оцінка 2:</i> пацієнт здійснює частковий діапазон руху; <i>Оцінка 1:</i> Рухів не відбувається, але скоротувальну активність в м'язах можна виявити <i>Оцінка 0:</i> не виявлено рухової та скоротливої функції	
Оцінка «4-5»	
	
<i>Положення пацієнта:</i> лежачі на животі, голова звисає на краю кушетки, руки вздовж тулуба. <i>Тест:</i> пацієнт розгинає шию не нахилиючи підборіддя. <i>Положення ФТ:</i> стоячи збоки від голови, оцінка 4-5 – одна рука на потилиці, оцінка 3 – одна рука вільна, інша страхує голову зі сторони підборіддя. <i>Інструкція пацієнту:</i> «Піднесіть мені руку, але продовжуйте дивитись на підлогу. Тримайте. Не дайте мені натиснути». <i>Оцінка 5:</i> пацієнт тримає тест-позицію проти сильного опору. Терапевт повинен бути обережним, оскільки ці м'язи не сильні і не можуть переносити сильного опору. <i>Оцінка 4:</i> Пацієнт тримає тест-позицію проти помірною опору.	
Оцінка «3»	
	
<i>Оцінка 3:</i> «Підніміть лоб з моєї руки і продовжуйте дивитись на підлогу»	

Перелік публікацій

1. Гурєєва А.М., Петуніна Д.О. Роль фізичної терапії у лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта. *Місце і роль фізичної терапії у сучасній системі охорони здоров'я*: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, 16.02.2023 року. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2023. С. 138-140. URL: <https://archer.chnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/6933/1/zbirnyk-materialiv-ii-vseukr.konf-2023-1.pdf>
2. Петуніна Д.О. Аналіз причин виникнення остеохондрозу шийного відділу хребта. *Актуальні питання сучасної медицини і фармації – 2023*: збірник тез доповідей 83 Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених та студентів з міжнародною участю, 25 – 26 травня 2023 р. Запоріжжя: ЗДМФУ, 2023. С.39-40. URL: https://zsmu.edu.ua/upload/intext/230525_conf_tезy.pdf

Довідка про впровадження

ДОВІДКА

дана Петуніній Дар'ї Олексіївні, у тому, що результати її кваліфікаційної роботи за темою «Сучасний комплексний підхід у лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта засобами фізичної терапії» використано у процесі підготовки до лекційних і семінарських занять, тренінгів і майстер-класів за наступними напрямками:

- використання сучасних засобів фізичної терапії при лікуванні та профілактиці захворювань хребта;
- особливості використання програм фізичної терапії у пацієнтів з травматичними пошкодженнями хребетного стовпа.

Довідка дана для використання у якості додатка до кваліфікаційної роботи здобувачу другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія», спеціалізації 227.1 «Фізична терапія».

Голова Запорізької обласної асоціації
фахівців із спортивної медицини та
лікувальної фізкультури України
18.04.2023 року



Євген МИХАЛЮК