

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

Факультет ІІІ медичний

Сергій Сергійович Сирота

(ім'я, по батькові, прізвище студента)

Група ФТ-21/2-1

**ОГЛЯД ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ КОРЕКЦІЇ
МАСИ ТІЛА У ЛЮДЕЙ ІЗ МЕТАБОЛІЧНИМ СИНДРОМОМ**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

зі спеціальності

227 Фізична терапія, ерготерапія

спеціалізації 227.1 Фізична терапія

Науковий керівник:

доцент, кандидат педагогічних наук

(вчене звання, вчений ступінь)

доцент закладу вищої освіти кафедри

(посада, кафедра)

фізичної реабілітації, спортивної медицини,

фіз. виховання і здоров'я

Ірина Володимирівна Шаповалова

(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

**ОГЛЯД ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ КОРЕКЦІЇ
МАСИ ТІЛА У ЛЮДЕЙ ІЗ МЕТАБОЛІЧНИМ СИНДРОМОМ**

Здобувач Сирота Сергій Сергійович

Група ФТ-21/2-1

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК доцент ЗВО, кандидат педагогічних наук, доцент
Шаповалова Ірина Володимирівна _____

РЕЦЕНЗЕНТ завідувач кафедри пропедевтики внутрішньої медицини, променевої
діагностики та променевої терапії, професор ЗВО, доктор медичних
наук, професор
Лукашенко Лана Віталіївна _____

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	10
1.1 Метаболічний синдром.....	10
1.2 Метаболічний синдром в різних вікових категоріях	22
1.3 Засоби фізичної терапії при корекції маси тіла	28
1.4 Вплив засобів фізичної терапії на хворих з метаболічним синдромом.....	33
2 Завдання, методи та організація дослідження	47
2.1 Завдання дослідження	27
2.2 Методи дослідження	47
2.3 Організація дослідження	48
3 Результати дослідження	49
Висновки.....	67
Практичні рекомендації	70
Список використаних джерел.....	71
Додатки.....	77

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота складається з 78 сторінок, 3 таблиць, 8 рисунків, 60 літературних джерел.

Об'єкт дослідження – процес впливу засобів фізичної терапії на пацієнтів із ожирінням при метаболічному синдромі.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування впливу засобів фізичної терапії на пацієнтів із ожирінням при метаболічному синдромі.

Методи дослідження – теоретичний аналіз науково-методичної літератури, оцінка функціонального стану організму методи математичної статистики.

У першому розділі проаналізовано сучасні засоби та методи фізичної терапії при метаболічному синдромі. У другому розділі розглянуто завдання, методи и організація дослідження. У третьому розділі проведено порівняльний аналіз застосованих програм фізичної терапії пацієнтів із ожирінням при метаболічному синдромі. Доказано, що застосування програм фізичної терапії збільшує силу м'язів, покращує загальну витривалість, координацію та рівновагу , як наслідок відновлює опірність організму і тим самим покращує якість життя та зменшує обмеженість життєдіяльності пацієнта. У висновках узагальнено основні результати дослідження.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ОЖИРІННЯ, ОПІРНІСТЬ, ЗРІЛИЙ ВІК, ФІЗИЧНА
ВПРАВА, МЕТАБОЛІЧНИЙ СИНДРОМ

ABSTRACT

The qualification work consists of 78 pages, 3 tables, 8 figures, 60 literary sources.

The object of the study is the process of physical therapy effects on obese patients with metabolic syndrome.

The purpose of the research is theoretical substantiation of the effect of physical therapy on obese patients with metabolic syndrome.

Research methods – theoretical analysis of scientific and methodological literature, assessment of the functional state of the organism, methods of mathematical statistics.

In the first chapter, modern means and methods of physical therapy for metabolic syndrome are analyzed. In the second chapter, the tasks, methods and organization of the research are considered. In the third chapter, a comparative analysis of applied physical therapy programs for obese patients with metabolic syndrome is carried out. It has been proven that the use of physical therapy programs increases muscle strength, improves general endurance, coordination and balance, as a result restores the resistance of the body and thereby improves the quality of life and reduces the limitation of the patient's vital activities. The main results of the research are summarized in the conclusions.

PHYSICAL THERAPY, OBESITY, RESISTANCE, MATURE AGE, PHYSICAL EXERCISE, METABOLIC SYNDROME

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аравіцька М. Г. Ефективність засобів фізичної терапії в корекції ознак дисфункції дихальної системи у жінок з абдомінальним ожирінням. Івано-Франківськ : Новий світ. 2020. 203 с.
2. Аравіцька М. Визначення ефективності програми фізичної терапії пацієнтів з ожирінням за динамікою параметрів метаболічного синдрому : навч. посіб. 2-ге вид. Івано-Франківськ : Новий світ. 2019. 154 с.
3. Бондаренко О. О., Сорочка М. І. Метаболічний синдром: довгий шлях еволюції – від повного заперечення до всесвітнього визнання проблеми. Львів : Магнолія. 2018. 45 с.
4. Бережна Р.І., Іващенко О.В. Використання засобів фізичної реабілітації при корекції маси тіла в осіб з ожирінням. Здоров'я України. 2012. № 1. С. 53-55.
5. Базікова Н.І., Парцевич А.М., Коваленко Н.В. Застосування фізичних вправ при комплексній програмі корекції маси тіла. Фізична культура, спорт і здоров'я нації. 2013. № 3. С. 25.
6. Базікова Н.І., Парцевич А.М., Коваленко Н.В. Фізична реабілітація при ожирінні: принципи та методи. Український журнал медицини, біології та спорту. 2016. Т. 1. № 2. С. 37.
7. Бойко Ю.М., Мазурова Л.М., Волошина Г.Ю., Рибалко Н.М. Метаболічний синдром у підлітків з ожирінням. Здоров'я України. 2018. Т. 5, № 46. С. 38-39.
8. Гайдаш А.А., Білецький С.В., Ярмоленко І.С. Метаболічний синдром як чинник ризику виникнення та розвитку неалкогольної жирової хвороби печінки. Український медичний часопис. 2018. Т. 2, № 126. С. 33-37.
9. Гавриш Н.М., Чуприна Г.О., Торопко М.В. Комплекс фізичних вправ при лікуванні ожиріння. Фізична терапія. 2007. № 4. С. 70-75.
10. Годзяцький І. І., Чумаченко Б. Д., Іваницький В. В. Метаболічний синдром: діагностика та принципи лікування у дорослих і дітей. Світ медицини та біології. 2017. Т. 24, № 2. С. 11-16.

11. Горячева І.В., Письменна О.А. Застосування фізичної терапії у профілактиці та лікуванні ожиріння. Сучасна медицина. 2017 № 2. С.114.
12. Дерев'янка О.В., Комісаренко І.І., Жеребецька І.А. та ін. Вплив аеробного тренування на показники метаболічного синдрому у чоловіків різного віку. Фізіологічний журнал. 2017. Т. 63, № 1. С. 48-55.
13. Єльнікова М. Фізична реабілітація при метаболічному синдромі: від теорії до практичної реалізації. Одеса : Поліграф. 2014. 38 с.
14. Є. М. Іващенко, Т. Г. Білецька, В. І. Білецький, О. М. Іващенко. Вплив різних видів фізичних вправ на показники гемодинаміки та рівні глюкози в крові у хворих на метаболічний синдром. Український медичний часопис, 2015. Т. 107, № 3-4. С. 68-72.
15. Зінченко Ю.С., Ткаченко І.І. Особливості метаболічного синдрому у пацієнтів похилого віку: навч. посіб. Київ : Грані-Т. 2017. С. 149-153.
16. Івановська О., Жарова І. Методичні основи побудови та компоненти програми фізичної реабілітації жінок другого зрілого віку з ожирінням. Київ : Грані-Т. 2017. 69 с.
17. Івахненко, Н. О. Вплив інтермітуючого гіпоксичного тренування на імунну систему та оксидативний статус крові у хворих на метаболічний синдром. Вісник проблем біології і медицини. 2019. №. 3, Т. 1. С. 34-37.
18. І. І. Грищенко, М. Ю. Кобіна, Л. Ю. Ганущак. Вплив різних видів фізичних вправ на показники антропометрії та гемодинаміки у хворих на метаболічний синдром. Український медичний часопис. 2019. Т. 113, № 2. С. 52-55.
19. Калугін Я. І., Бакалюк Т. О., Стельмах Г. О. Сучасні підходи до реабілітації при абдомінальному ожирінні. Тернопіль: Медицина. 2020. 32 с.
20. Коваль Н. П., Аравіцька М. Г. Ефективність корекції засобами фізичної терапії показників ризику падіння та фізичного статусу в осіб похилого віку зі старечою астеною та метаболічним синдромом. Івано-Франківськ : Верховина. 2020. 25 с.
21. Коваленко І.Г., Бочарова І.Є., Ковальова Л.М. Ефективність фізичних вправ у підлітків з ожирінням. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. Наук. Праць. 2011. Вип. 4. С. 93-97.

22. Ковальова О. М., Веселова О. Г., Кравченко Є. В. Метаболічний синдром у дітей та підлітків: етіологія, патогенез, клініка, діагностика та лікування. Здоров'я дитини. 2018. Т. 4, № 13. С. 99-105.
23. Костіна В. М., Зюзін В. О., Зінченко Т. М. Метаболічний синдром: методи діагностики та реабілітації. Київ : Просвіта. 2011. 55 с.
24. Корильчук Н. І. Спосіб життя як основа метаболічного синдрому: погляд на наші реалії. Тернопіль : Медицина. 2019. 43 с.
25. Карнаух О.В., Ільницька А.І., Шульга О.М. Ефективність фізичних вправ у профілактиці та корекції ожиріння. Медичні перспективи. Т. 21, № 2, 2016.
26. Кузнецова Т.В., Кузнецова Ю.М., Кузнецова Л.М. Фізичні вправи у підлітків з ожирінням: методичні рекомендації для лікарів та педагогів. К.: Вид-во. КМ Академія, 2012. 112 с.
27. Кондратенко Ю.І., Столярова Л.О. Особливості метаболічного синдрому у хворих молодого віку з ожирінням. Здоров'я України. 2016. Т. 12 , № 2. С. 27-29.
28. Корнацька І.М., Спіріна Т.В., Петрушко І.В. Особливості метаболічного синдрому у дітей з ожирінням. Здоров'я України. 2019. Т. 6, № 2. С. 15-17.
29. Лазуренко С.О., Лихоліт Н.О., Григорович І.А. Ефективність різних видів фізичних вправ у профілактиці та корекції ожиріння. Збірник наукових праць Національного університету фізичного виховання та спорту України. 2015. Т. 2. С. 66-70.
30. Лещук Л. О., Голяченко А. О. Сучасні аспекти реабілітації хворих з аліментарним ожирінням на основі комплексного використання методів фізичної терапії та фітотерапії. Тернопіль : Медицина. 2022. 98 с.
31. Марченко М.І., Іваніна Т.А., Сергієнко О.В. Метаболічний синдром: особливості діагностики та лікування. Сімейна медицина. 2015. № 2. С. 72-76.
32. Марченко Н. І., Громова О. А., Богомаз С. В. Метаболічний синдром в педіатрії. Здоров'я України. 2015. Т. 8, № 1. С. 34-36.
33. Метаболічний синдром в практиці сімейного лікаря. Г.Г. Калініченко, О.О. Слабкий, М.А. Терещенко та ін. Сімейна медицина. 2017. № 1. С. 57-62.

34. Метаболічний синдром в практиці сімейного лікаря. Г.Г. Калініченко, О.О. Слабкий, М.А. Терещенко та ін. Сімейна медицина. 2017. № 1. С. 57-62.
35. Метаболічний синдром у жінок залежно від рівня адіпонектину в крові В.А. Зайченко, Н.М. Ковальова та ін. Міжнародний ендокринологічний журнал. 2017. Т. 13, № 1. С. 21-25.
36. Метаболічний синдром: нові підходи до патогенезу та терапії. В.А. Зайченко, Т.І. Скрипник ін. Міжнародний ендокринологічний журнал. 2018. Т. 14, № 1. С. 64-72.
37. Мазур, Н. О. Вплив тренувальних навантажень різної інтенсивності на функціональний стан серцево-судинної системи у хворих на метаболічний синдром. Здоров'я України. 2018. Т. 13, № 47. С. 14-15.
38. Матвєєва, О. В. Вплив фізичних вправ на рівень глікемії та гемодинамічні показники у хворих на метаболічний синдром. Молода спортивна наука України. 2017. Т. 21, № 1. С. 35-39.
39. Мороз О.М., Голубчикова Н.В. Метаболічний синдром у пацієнтів різного віку з ожирінням. Український медичний журнал. 2018. Т. 6, № 4. С. 19-23.
40. Мельник О.О., Станко І.Р. Ожиріння та метаболічний синдром: епідеміологія та клінічні наслідки. Медицина сьогодні і завтра. 2019. Т. 10, № 1. С. 6-12.
41. Мітченко О. І., Корпачев В. В. Діагностика і лікування метаболічного синдрому, цукрового діабету, предіабету і серцево-судинних захворювань. Київ : Університетська книга. 2009. 27 с.
42. Н. В. Легенька, М. О. Матієвська, О. О. Лисенко. Вплив різних видів фізичних вправ на рівні глюкози та гемоглобіну А1с у хворих на метаболічний синдром. Здоров'я України. 2019. Т. 7, № 9. С. 47-49.
43. О. С. Кузьменко, Т. В. Приймак, Л. І. Данченко, Г. Л. Коваленко. Вплив різних видів фізичної активності на показники ліпідного спектру крові та кардіореспіраторну функцію у хворих на метаболічний синдром. Український терапевтичний журнал. 2017. Т. 2, № 45. С. 57-62.

44. Особливості метаболічного синдрому у жінок залежно від віку. О.В. Маценко, М.А. Рибалка, І.М. Російська та ін. Експериментальна та клінічна медицина. 2016. № 2. С. 14-18.
45. Підгаєцький М.М., Кушнір І.В., Ільницький А.П. та ін. Особливості метаболічного синдрому та атеросклерозу у жінок залежно від тілової маси та віку. Сучасна гастроентерологія. 2017. Т. 1, № 20. С. 14-20.
46. Свістунова Н.В., Костюк М.В., Король В.А. Метаболічний синдром у хворих на цукровий діабет 2 типу із ожирінням: клініко-метаболічні особливості та підхід до лікування. Східноєвропейський журнал внутрішньої та сімейної медицини. 2018. Т. 10, № 3. С. 60-64.
47. Тершак Н. Корекція соматоматичних показників хворих на метаболічний синдром засобами фізичної реабілітації. Івано-Франківськ : Промінь 2010. 44 с.
48. Толстікова О. О., Агарков С. Ф. Сучасні уявлення про метаболічний синдром у дітей та підлітків. Дніпро: Сімейна медицина. 2019. С 73-81.
49. Палипчук В. В., Августинович М. Б., Курінов О. Ю. Надлишкова маса тіла студентів як проблема метаболізму і фізичної активності. Луцьк : Луцький біотехнічний інститут. 2011. 68 с.
50. Пархоменко А.А., Чепурко І.І., Волкова Є.А. Ожиріння та метаболічний синдром: епідеміологія, патогенез, клінічна картина, діагностика, лікування. Актуальні проблеми медицини. 2016. Т. 5, №. 16 . С. 94-99.
51. Савченко І.В., Гришук Н.О., Митрофанова О.В. Метаболічний синдром: особливості клінічного перебігу та підхід до лікування. Ліки України. 2017. Т. 3, № 11-12. С. 33-38.
52. Савченко, І. В. Вплив тренувального навантаження на показники ендотеліальної функції та мікроциркуляції у хворих на метаболічний синдром. Міжнародний ендокринологічний журнал. 2017. Т. 13, № 1. С. 26-30.
53. Скрипник В.В., Торшин І.Ю., Кузьменко І.В. та ін. Метаболічний синдром у пацієнтів з артеріальною гіпертензією та ожирінням: діагностика та лікування. Артеріальна гіпертензія. 2016. № 3. С. 48-53.

54. Ткаченко В. І., Багро Т. О., Бондар О. К. Метаболічний синдром: діагностика та профілактика в практиці сімейного лікаря. Київ : Грані-Т-2016, 78 с.
55. Ходос І. І., Паращенко І. М., Літвінова О. А. Метаболічний синдром у підлітків: особливості діагностики та лікування. *Запорізький медичний журнал*. 2017. Т. 19, № 4. С. 501-505.
56. Шаповалова Н. М., Виноградова Т. І., Лавріщева Л. В. Метаболічний синдром у дітей та підлітків. *Журнал практичного лікаря*. 2017. № 2. С. 80-85.
57. Шульга О.М., Ларін В.І., Гладченко О.В. Фізична активність у корекції маси тіла та профілактиці метаболічного синдрому. *Український вісник психоневрології*. 2018. Т. 26, № 3. С. 96.
58. Яковенко І.І., Матійчук О.Л., Бондаренко Т.В. та ін. Метаболічний синдром у пацієнтів з ожирінням та його лікування. *Здоров'я України*. 2018. Т. 20, № 4. С. 38-43.
59. Мохаммед Амін., Рамі Камел Алдвікат., Дебра Керр., Якоба Атіасе., Андреа ДДрісколл. Вплив фізичної активності на маркери метаболічного синдрому у дорослих з діабетом 2 типу: систематичний огляд і мета-аналіз. *Sports*. 2023. С. 19- 24.
60. Мохаммед Амін., Дебра Керр., Якоба Атіасе., Місба Мухаммад Самір., Андреа Дрісколл. Поліпшення метаболічного синдрому у дорослих у Гані з діабетом 2 типу за допомогою домашньої програми фізичної активності: рандомізоване контрольоване дослідження здійсненності. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023 С. 64-71. <https://doi.org/10.3390/ijerph20085518>

ДОДАТКИ

Додаток А

Перелік публікацій

1. Сирота С.С. Роль фізичної терапії при корекції маси тіла у жінок з метаболічним синдромом / керівник Шаповалова І.В. // Всеукраїнська науково-практична конференція студентів та молодих вчених «Досягнення сучасної медичної та фармацевтичної науки 2022» 4 лютого 2022. С. 143. URL: http://dspace.zsmu.edu.ua/bitstream/123456789/16323/1/tezy_dsmfn_zsmu_2022.pdf

2. Сирота С.С. Фізична терапія жінок із метаболічним синдромом / керівник Шаповалова І.В. // Збірник тез доповідей науково-практичної конференції з міжнародною участю молодих вчених та студентів «Актуальні питання сучасної медицини і фармації – 2022» (Запорізький державний медичний університет, м. Запоріжжя, 17 травня 2022 р.). – Запоріжжя: ЗДМУ, 2022. С. 91-92.

3. Сирота С.С. Вплив засобів фізичної терапії при корекції маси тіла у осіб із метаболічним синдромом / керівник Шаповалова І.В. / Збірник тез доповідей 83 Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених та студентів з міжнародною участю «Актуальні питання сучасної медицини і фармації – 2023» (Запорізький державний медикофармацевтичний університет, м. Запоріжжя, 25 – 26 травня 2023 р.). – Запоріжжя: ЗДМФУ, 2023. – С. 34-35. URL: https://zsmu.edu.ua/upload/intext/230525_conf_tezy.pdf

Довідка

ДОВІДКА

дана Сироті Сергію Сергійовичу, у тому, що результати його кваліфікаційної роботи за темою «Огляд використання засобів фізичної терапії при корекції маси тіла у людей із метаболічним синдромом» використано у процесі підготовки до лекційних і семінарських занять, тренінгів і майстер-класів за наступними напрямками:

- використання засобів фізичної терапії при корекції маси тіла у людей із метаболічним синдромом;
- використання коригуючої гімнастики при корекції маси тіла у пацієнтів із метаболічним синдромом.

Довідка дана для використання у якості додатка до кваліфікаційної роботи здобувача вищої освіти другого (магістерського) рівня за освітньо-професійною програмою «Фізична терапія», спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія», спеціалізацією 227.1 «Фізична терапія».

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

18.04.2023 року



Євген МИХАЛЮК