

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

Аліна Олександрівна Сінько

(ім'я, по батькові, прізвище студента)

Група ФТ-21/2-2

**ОГЛЯД КОМПЛЕКСНИХ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ
МОЛОДОГО ВІКУ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА**

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

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему

ОГЛЯД КОМПЛЕКСНИХ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ МОЛОДОГО ВІКУ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА

Здобувач Сінько Аліна Олександрівна

Група ФТ-21/2-2

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

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	10
1.1 Етіологія остеохондрозу шийного відділу хребта	10
1.2 Принципи фізичної терапії при остеохондрозі шийного відділу хребта	19
2 Завдання, методи та організація дослідження.....	29
2.1 Завдання дослідження	29
2.2 Методи дослідження	30
2.3 Організація дослідження	31
3 Результати дослідження	32
Висновки.....	52
Практичні рекомендації	55
Список використаних джерел.....	57
Додатки.....	63

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота складається з 64 сторінки, 5 рисунків, 55 літературних джерел.

Об'єкт дослідження – процес фізичної реабілітації при остеохондрозі шийного відділу хребта у осіб молодого віку.

Мета дослідження – огляд комплексного підходу фізичної терапії осіб молодого віку із проявами остеохондрозу шийного відділу хребта.

Методи дослідження – метод теоретичного аналізу літературних та Інтернет джерел, узагальнення, метод синтезу, метод порівняння, метод аналізу.

У першому розділі проаналізовано клінічну характеристику, етіологію остеохондрозу шийного відділу хребта та форми його прояву, принципи фізичної терапії. У другому розділі розглянуто завдання, методи и організація дослідження. У третьому розділі проведено порівняльний аналіз сучасних програм фізичної терапії для осіб молодого віку із проявами остеохондрозу шийного відділу хребта. У висновках узагальнено основні результати дослідження.

ОСТЕОХОНДРОЗ, ШИЙНИЙ ВІДДІЛ, ОСТЕОХОНДРОЗ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА, ПОСТУРАЛЬНА КОРЕКЦІЯ, МАНУАЛЬНА ТЕРАПІЯ, ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

ABSTRACT

The research paper consists of 64 pages, 5 figures and includes 55 literary sources.

The object of the study is the process of physical rehabilitation in young individuals with cervical osteochondrosis.

The aim of the research is review the comprehensive approach of physical therapy for young individuals with manifestations of cervical osteochondrosis.

Research methods include theoretical analysis of literary and internet sources, generalization, synthesis method, comparison method, and analysis method.

In the first chapter, the clinical characteristics, etiology of osteochondrosis of the cervical spine and forms of its manifestation, principles of physical therapy are analyzed. In the second chapter, the tasks, methods and organization of the research are considered. In the third chapter, a comparative analysis of modern physical therapy programs for young people with manifestations of osteochondrosis of the cervical spine is carried out. The main results of the research are summarized in the conclusions.

OSTEOCHONDROSIS, CERVICAL SPINE, CERVICAL
OSTEOPHONDROSIS, POSTURAL CORRECTION, MANUAL THERAPY,
PHYSICAL REHABILITATION.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альошина А. Актуальні питання профілактики та реабілітації остеохондрозу шийно-грудного відділу хребта. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. 2016. Вип. 23. С. 9-13.
2. Анатомо-біомеханічні особливості хребта. URL: https://ua-m.liveok.com/health/anatomo-biomechanichniosoblyvostihrebta_113198i16095.html.
3. Андрійчук О. Я. 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. P. 92–95.
4. Базарова І. В. Кінезіотерапія в лікуванні пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта. Сучасні проблеми медицини та медичної освіти. 2018. № 2. С. 63-67.
5. Бойко Г. О., Єфіменко О. В. Застосування масажу та фізичної терапії при шийному остеохондрозі. Медичний вісник Південної України. 2019. Т. 7, № 2. С. 26-29.
6. Валецкая Р., Петрик Е. Остеохондроз, профілактика, лікувальна фізкультура. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2015. С. 145-150.
7. Гавриленко О. М., Шевченко Ю. І. Комплекс вправ для фізичної реабілітації при шийному остеохондрозі. Міжнародний неврологічний журнал. 2018. Т. 9. № 102. С. 76-80.
8. Гета А.В. Використання засобів фізичної реабілітації для осіб з остеохондрозом шийного відділу хребта. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: збірник наукових праць. Харків, 2018. С. 44-54.

9. Головка Н.М. Методи фізичної терапії при остеохондрозі шийного відділу хребта. Міжнародний неврологічний журнал. 2018. Т. 1. № 3. С. 59-63.
10. Горбатюк О. М., Король С. В. Етіологія, патогенез та лікування остеохондрозу шийного відділу хребта. Український медичний часопис. 2018. Т. 118. № 3. С. 105-109.
11. Грижа шийного відділу хребта: діагностика та лікування в Києві. URL: <https://www.meddiagnostica.com.ua/uk/zahvoryuvannya/khrebet/grizha-shiynogo-viddilul/>
12. Джурило Т. О. Вестибулярна гімнастика в лікуванні та профілактиці хвороб хребта. Збірник наукових праць Вінницького державного медичного університету імені М. І. Пирогова. 2017. Т. 21. № 2. С. 180-182.
13. Довгань О.О. Ефективність кінезотерапії в медичній реабілітації хворих на шийний остеохондроз із синдромом нестабільності та вертебробазилярною недостатністю. 2014. 24 с.
14. Дубина І.В. Фізична реабілітація при шийному остеохондрозі. Здоров'я України. 2018. № 3 (37). С. 56-59.
15. Єфіменко П. Б. Диференційований підхід до масажу хворих на остеохондроз попереково-крижового відділу хребта. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013. № 3. С. 115-118.
16. Калмикова Ю.С., Федорова Р.І. Оцінка ефективності застосування засобів фізичної реабілітації при шийному остеохондрозі. Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології. 2016. № 2. С. 29-33.
17. Камінський В. І. Хірургічне лікування остеохондрозу шийного відділу хребта. Український журнал хірургії. 2017. Т. 2. № 2. С. 51-54.
18. Карнаух М. І. Фізична реабілітація при шийному остеохондрозі: вправи та рекомендації. Медицина України. 2015. № 8 (115). С. 50-53.
19. Карпенко А. А. Анатомія та фізіологія шийного відділу хребта. Український медичний часопис. 2019. Т. 119. № 4. С. 145-149.
20. Качан В.В. Фізична реабілітація пацієнтів з шийним остеохондрозом. Український вісник психоневрології. 2020. Т. 28, № 4 (105). С. 75-78.

21. Кінезіотерапія по методиці DAVID. URL: <https://ivr.ua/ua/kinezioterapiya-metodika-devid>.
22. Кінезіотерапія. URL: <https://zartaclinic.com/methods-of-treatment/kompleksna-kineziterapiia>.
23. Коваль В.М. Особливості фізичної терапії пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта. Медична наука та практика. 2019. № 3 (15). С. 21-25.
24. Козубенко Ю.Л. Лікувальна фізична культура: навч.-метод. посіб. Переяслав-Хмельницький. 2017. 170 с.
25. Коломієць В.Г., Мордовська І.І., Родіонов В.М. Фізична терапія при остеохондрозі шийного відділу хребта. Журнал Вінницького національного медичного університету. 2017. Т. 21. № 1 (75). С. 52-55.
26. Котельнікова Н. В. Особливості будови шийного відділу хребта людини. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Медицина. 2018. Вип. 46. С. 47-51.
27. Котенко Т.І. Сучасні засоби фізичної реабілітації при шийному остеохондрозі. Сучасна акушерство та гінекологія. 2017. № 5 (97). С. 97-102.
28. Кузнєцова Н. В., Петрушенко О. О. Основні засоби фізичної реабілітації при шийному остеохондрозі. Здоров'я України. 2017. № 3 (34). С. 44-46.
29. Лещук М.М., Жовнірчук В.І., Баранов В.С. Фізична реабілітація при остеохондрозі шийного відділу хребта. Український журнал з проблем медицини праці та промислової екології. 2016. № 2 (48). С. 87-93.
30. Литвиненко І. В. Клініко-анатомічні особливості шийного відділу хребта. Вісник ортопедії, травматології та протезування. 2017. № 2. С. 75-78.
31. Лугова Б. В., Тимчик О. В. Фізична терапія осіб літнього віку з остеохондрозом шийного відділу хребта в умовах реабілітаційного центру. Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи (у циклі Анохінських читань): матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної он-лайн конференції. 10 грудня, 2021 р., Київ / Київ. Ун-т імені Бориса Грінченка. 2021. С. 318-324.

32. Лукашук В. Ю., Шаповал А. В. Фізіологія рухів шийного відділу хребта. Медицина невідкладних станів. 2016. № 5 (76). С. 95-99.
33. Лукьяненко Н. Гимнастика для шеи: упражнения с видео. URL: <https://blog.pokupon.ua/ru/lechebnaja-gimnastika-dlja-shei-uprazhnenija-s-video/>
34. Макарова Е. В. Алгоритм фізичної реабілітації на поліклінічному етапі лікування при остеохондрозі хребта у спортсменів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2014. № 12. С. 49-54.
35. Манжула А. В., Малик Ю. С. Вестибулярна гімнастика при шийному остеохондрозі. Медична відповідь. 2018. № 4 (62). С. 28-31.
36. Марченко А.В. Фізична реабілітація пацієнтів з шийним остеохондрозом. Збірник наукових праць НФаУ. 2016. Т. 2. № 1 (19). С. 109-114.
37. Михайленко І. В. Імунологічні аспекти етіології остеохондрозу шийного відділу хребта. Медична наука України. 2016. Т. 3. № 93. С. 23-27.
38. Павликівський І. В. Етіологія та патогенез остеохондрозу шийного відділу хребта. Український медичний часопис. 2015. Т. 115. № 2. С. 72-76.
39. Павлюк І. І. Шийний остеохондроз: фізична реабілітація. Здоров'я України. 2019. № 7 (150).
40. Пасічник О. В. Вестибулярна гімнастика в комплексі лікування шийного остеохондрозу. Здоров'я України. 2018. № 4 (30). С. 39-41.
41. Перепадя О.О., Губа Н.О., Лисенко Н.С. Фізична реабілітація пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта. Журнал клінічної та експериментальної медицини. 2018. Т. 4. № 4. С. 37-42.
42. Попадюха Ю. А. Сучасні комплекси, системи та пристрої у реабілітаційних технологіях: Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури. 2018. 656 с.
43. Попадюха Ю.А. Сучасні комп'ютеризовані комплекси та системи у технологіях фізичної реабілітації: Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури. 2017. 300 с.

44. Попович Д.В. Реабілітація хворих на остеохондроз хребта. Здобутки клінічної і експериментальної медицини. 2017. № 4. С. 74–77.
45. Порпер В. Кінезіотерапія в лікуванні шийного остеохондрозу. Здоров'я України. 2017. № 5 (21). С. 45-47.
46. Рижков В.М., Павлиш М.В. Фізіотерапія в комплексному лікуванні остеохондрозу шийного відділу хребта. Медична реабілітація та фізіотерапія. 2019. № 1. С. 50-53.
47. Савченко А. І. Методи діагностики остеохондрозу шийного відділу хребта. Український журнал медицини, біології та спорту. 2014. Т. 2. № 3. С. 117-121.
48. Соколов М. А. Анатомія та фізіологія шийного відділу хребта. Ортопедія, травматологія та протезування. 2015. № 1. С. 108-111.
49. Травматологія та ортопедія: підручник для студ. вищих мед. навч. закладів/за ред.: Голки Г.Г., Бур'янова О.А., Климовицького В.Г. Вінниця: Нова Книга. 2013. 400 с.
50. Хоменко Т.В., Біляєва О.М., Шевченко Т.В. Фізична реабілітація при остеохондрозі шийного відділу хребта: сучасні можливості. Здоров'я України. 2020. № 3 (69). С. 41-44.
51. Христова Т.Є. Основи лікувальної фізичної культури: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізичне виховання». Мелітополь: Колор Принт. 2015. 172 с.
52. Черниш Н. М., Білецька О. О. Комплекс занять фізичною терапією для хворих на шийний остеохондроз. Український медичний часопис. 2016. Т. 6. № 110. С. 27-30.
53. Шевчук О.А., Григус І.М. Фізична терапія осіб літнього віку з остеохондрозом шийного відділу хребта. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини. 2020. № 7. С. 62-65.
54. Шелестова Н. В. Ефективність кінезіотерапії при лікуванні пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта. Сучасні проблеми медицини та медичної освіти. 2016. № 2. С. 39-43.

55. Юрченко М. В. Кінезіотерапія в комплексному лікуванні пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта. Збірник наукових праць Вінницького державного медичного університету імені М. І. Пирогова. 2017. Т. 21. № 1. С. 121-125.

ДОДАТКИ

Додаток А

Перелік публікацій

1. Сінько А.О. Фізична терапія жінок із остеохондрозом шийного відділу хребта віком від 35 до 45 років / керівник Шаповалова І.В. // Всеукраїнська науково-практична конференція студентів та молодих вчених «Досягнення сучасної медичної та фармацевтичної науки 2022» 4 лютого 2022. С. 143 –144. URL: http://dspace.zsmu.edu.ua/bitstream/123456789/16323/1/tezy_dsmfn_zsmu_2022.pdf

2. Сінько А.О. Вплив засобів фізичної терапії на пацієнтів середнього віку із остеохондрозом шийного відділу хребта / 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. 93.

3. Сінько А.О. Вплив засобів фізичної терапії на пацієнтів молодого віку із остеохондрозом шийного відділу хребта / 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. URL: https://zsmu.edu.ua/upload/intext/230525_conf_tczy.pdf

Довідка

ДОВІДКА

дана Сінько Аліні Олександрівні, у тому, що результати її кваліфікаційної роботи за темою «Огляд комплексних програм фізичної терапії пацієнтів молодого віку з остеохондрозом шийного відділу хребта» використано у процесі підготовки до лекційних і семінарських занять, тренінгів і майстер-класів за наступними напрямками:

- використання лікувальної фізичної культури під час реабілітації пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта;
- використання коригуючої гімнастики під час реабілітації пацієнтів з остеохондрозом шийного відділу хребта.

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

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



Євген МИХАЛЮК