

РОЛЬ ТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ У ВІДНОВНОМУ ЛІКУВАННІ ХВОРИХ

Ростовцева Н. В.

Полтавський державний медичний університет
Полтава, Україна

Анотація. Реабілітація вважається неподільною частиною лікування, особливо в контексті хвороб і травм. Роль реабілітації полягає у покращенні якості життя пацієнтів, відновленні функцій та адаптації до нових умов життя після захворювання чи травми. Реабілітаційні заходи включають фізичну терапію, психологічну підтримку, навчання навичкам самообслуговування, соціальну реінтеграцію тощо.

Ключові слова: реабілітація, фізичні вправи, фізична терапія.

Rostovtseva N.V. THE ROLE OF THERAPY AND REHABILITATION IN RECOVERY TREATMENT OF PATIENTS.

Summary. Rehabilitation is considered an integral part of treatment, especially in the context of illness and injury. The role of rehabilitation is to improve the quality of life of patients, restore functions and adapt to new living conditions after an illness or injury. Rehabilitation measures include physical therapy, psychological support, teaching self-care skills, social reintegration, etc.

Keywords: rehabilitation, physical exercises, physical therapy.

Вступ. Реабілітації підлягають хворі з травмами і деформаціями опорно-рухового апарату, серцево-судинні, неврологічні і психічні захворювання, вроджені та набуті вади, а також післяопераційний період, інфекційні і хронічні хвороби. Це стосується осіб, які потребують поступової адаптації до фізичних і психологічних навантажень, розвитку навичок самообслуговування та постійної компенсації при незворотних змінах. Реабілітаційні заходи розпочинають проводитися з першого дня перебування хворого в лікарні, за індивідуальною програмою, що продовжується протягом лікування у стаціонарі та після виписки у реабілітаційних центрах, спеціалізованих санаторіях тощо. Роль терапії у відновному лікуванні хворих важлива через комплексність підходу до їхнього фізичного, психологічного та соціального благополуччя після захворювань чи травм. Ця процедура спрямована на поліпшення якості життя та повернення пацієнтів до максимально можливого рівня функціонування після втрати здоров'я [2].

Мета дослідження. Проаналізувати теоретичну базу, оцінити дієвість та актуальність реабілітаційних заходів у відновному лікуванні різних категорій хворих, визначити основні механізми впливу фізичних вправ та терапії на організм

пацієнта, ефективність вправ в залежності від того, на які конкретні аспекти організму вони спрямовані. Крім того, важливим аспектом є визначення оптимальних стратегій реабілітації для різних підгруп хворих з урахуванням їхніх індивідуальних потреб та можливостей.

Результати дослідження. Виділяють чотири основні механізми лікувальної дії фізичних вправ на організм людини:

1. Тонізуючий вплив фізичних вправ. Правильне застосування фізичних вправ допомагають стимулювати або гальмувати центральну нервову систему таким чином, що сприяє відновленню нормальної функціональної активності нервових процесів. Як наслідок, посилюється діяльність органів ендокринної системи, стійкість до дії факторів зовнішнього середовища, які можуть мати негативний вплив на стан пацієнта; підвищують діяльність вегетативних функцій: поліпшується діяльність серцево-судинної системи, збільшується кровопостачання всіх органів і систем, підвищується функція зовнішнього дихання тощо.

2. Трофічний вплив фізичних вправ. Під час фізичних вправ виникають пропріоцептивні сигнали, які направляються до вищих відділів нервової системи і вегетативних центрів. Це призводить до перебудови їхнього функціонального стану, сприяючи поліпшенню трофіки внутрішніх органів і тканин через механізми моторно-вісцеральних рефлексів. Робота м'язів також стимулює обмінні, окислювально-відновні та регенеративні процеси в організмі. Активність м'язів призводить до розширення та збільшення кількості працюючих капілярів, підвищення постачання кисню та поживних речовин до м'язів та виведення відпрацьованої крові. Це сприяє покращанню кровообігу та лімфатичного потоку, що допомагає знищувати продукти запалення, запобігаючи утворенню спайок і зменшуючи ризик атрофії м'язів [1; 3].

3. Формування компенсацій. У разі порушення функціональної діяльності того чи іншого органу чи системи в організмі одразу ж включаються компенсаторні механізми. Фізкультурно-оздоровчий процес з його зростаючим парасимпатичним впливом створює ефект «економізації» функцій серця. На клітинному рівні змінюється функція механізмів, які поглинають і розподіляють кисень. У системі кровообігу включаються у роботу капіляри, які раніше не були задіяні. Залежно від характеру захворювання компенсації можуть бути тимчасовими або постійними. Перші виникають під час хвороби та зникають після одужання, а другі – у разі безповоротної втрати або обмеження функції.

4. Нормалізація функцій. Відновлення анатоμο-фізіологічної цілісності органу або тканин, відсутність після проведеного лікування ознак захворювання ще не є ознакою функціонального одужання хворого. Нормалізація функцій виникає під впливом постійно зростаючого фізичного навантаження, внаслідок чого поступово вдосконалюються регуляторні процеси в організмі, відновлюються моторно-вісцеральні зв'язки та рухові якості людини, що сприяє пристосуванню організму до зростаючих фізичних навантажень за рахунок удосконалення функцій регуляторних і вегетативних систем, що, у свою чергу, призводить до нормалізації всіх функцій організму в цілому. У терапевтичний план може входити фізична реабілітація для відновлення м'язового тону та рухливості. Психологічна терапія допомагає зняти стрес, депресію та інші психологічні проблеми, що можуть виникнути під час хвороби. Соціальна терапія спрямована на підтримку адаптації у суспільстві, включаючи відновлення соціальних зв'язків та повернення до роботи. Головна мета терапії у відновному лікуванні полягає в наданні повноцінного підходу до пацієнта, що враховує всі аспекти їхнього здоров'я та благополуччя. Це допомагає не лише відновити функціональність організму, але й підвищити загальний рівень життя та самопочуття пацієнтів після перенесених захворювань чи травм. У фізичній терапії використовується класифікація терапевтичних вправ за їхнім функціональним призначенням. Ця класифікація є дуже різноманітною, і можна виділити три основні підгрупи терапевтичних вправ [4]:

1. Вправи для підтримки функціонування фізіологічних систем організму: ці вправи спрямовані на покращення роботи основних органів і систем, таких як серце, легені, шлунок тощо. Вони сприяють загальному підтриманню та поліпшенню фізіологічного стану організму.

2. Вправи для розвитку або відновлення рухових функцій: ці вправи мають на меті покращення м'язової сили, гнучкості, координації та стійкості. Вони допомагають відновити або покращити рухові навички після травм або хвороб.

3. Вправи для зменшення симптомів порушення функціонування органів або систем. Ці вправи спрямовані на зменшення болю, набряку, покращення дренажної функції бронхів тощо. Вони сприяють полегшенню стану пацієнта та сприяють швидшому відновленню.

Серед вправ, які позитивно впливають на функціонування фізіологічних систем організму, можна виділити такі види: дихальні вправи (спрямовані на покращення роботи дихальної системи). Релаксаційні вправи (сприяють розслабленню м'язів і

нервової системи). Ідеомоторні вправи (спрямовані на активізацію нервово-м'язової взаємодії через уявлення руху). Спеціальні вправи (допомагають досягти конкретних цілей і відновити рухову функцію). Вправи для розтягнення (сприяють розслабленню м'язів і покращенню їхньої еластичності та довжини) [2].

Висновки. Фізична терапія та реабілітація відіграють важливу роль у відновному лікуванні пацієнтів, які перенесли травми, хвороби або медичні процедури. Ці методи спрямовані на покращення стану пацієнтів з метою повернення їх до найвищого рівня функціонування. Класифікація терапевтичних вправ допомагає систематизувати підходи до лікування та вибору найефективніших методів для кожного конкретного випадку. Вправи, спрямовані на підтримку роботи фізіологічних систем, розвиток рухових навичок та зменшення симптомів порушень органів і систем організму, мають вирішальне значення у процесі відновлення.

Розуміння механізмів впливу та правильне комбінування вправ можуть значно поліпшити ефективність терапії. Враховуючи індивідуальні особливості кожного пацієнта, належно підібрана терапія стає важливим кроком у відновленні здоров'я та покращенні якості життя. Терапія та реабілітація відіграють невід'ємну роль у процесі лікування та післяопераційному відновленні. Застосування фізичних вправ, масажу, фізіотерапії та інших методів допомагає покращити м'язовий тонус, відновити рухові функції та знизити біль. Узагальнюючи, фізична терапія та реабілітація є необхідними складовими відновного лікування, які допомагають пацієнтам повернутися до повноцінного життя після медичних проблем.

Список літератури

1. Вакуленко Л.О., Клапчук В.В. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії. Тернопіль: ТДМУ: Укрмедкнига, 2019. 372 с.
2. Єжова О., Тимрук-Скоропад К., Ціж Л., Ситник О. Терапевтичні вправи: навч. посіб. із доп. реальністю. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2023. 160 с.
3. Мухін В. М. Фізична реабілітація. Київ: Олімпійська література, 2009. 488 с.
4. Швесткова Ольга, Сладкова Петра та кол. Фізична терапія: підручник для студентів. Київ, Чеський центр у Києві, 2019. 272 с.