



2. Галимов Ф. Х., Сулейманова З. Г. Цели и задачи физической реабилитации больных, перенёсших инсульт. *Современные здоровьесберегающие технологии*. 2017. № 1. С.53–58.
3. Гольдблат Ю. В. Основы реабилитации неврологических больных. СПб., 2017. 241 с.
4. Нейрореабилитация пациентов с инсультом: потребности и реалии сегодняшнего дня. *Міжнародний неврологічний журнал*. 2014. № 8(70). С. 76–84.
5. Таран І. В., Валюшко Ю. Ерготерапія, як сучасний напрямок фізичної реабілітації хворих із травмами й захворюваннями нервової системи. *Теоретичні та методичні проблеми фізичної реабілітації : матеріали VI Всеукр. наук.-метод. конф.* Херсон, 2016. С. 292–298.
6. Федорук К. Р., Окушко С. В. Медицинская реабилитация после инсульта: учебное пособие. Тирасполь, 2017. 143 с.
7. Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process. *American Journal of Occupational Therapy*. 2002. № 56. 609–639.

**Міронова А. Д.,  
Котелевський В. І.**

**Mironova A. D.  
Kotelevskiy V. I.**

### **SPANISH USE TECHNOLOGIES IN PHYSICAL THERAPY VERTEBRAL LUMBAR DEGENERATIVE DISC DISEASE MANIFESTATIONS**

*The article highlights the features of the use of Spanish massage technologies in the system of physical therapy of persons with vertebrogenic manifestations of osteochondritis of the lumbar spine in combination with therapeutic exercises, physiotherapy procedures and postisometric relaxation and tested the effectiveness of the proposed. The use of Spanish massage technologies in the system of physical therapy allowed to buy pain syndrome, prolong the stage of remission, increase the level of physical condition and physical performance of the subjects, increase the functional parameters of the musculoskeletal system.*

**Keywords:** vertebrogenic pathology, osteochondritis, chiromassage, physiotherapy, pain.

### **ЗАСТОСУВАННЯ ІСПАНСЬКИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ПРИ ВЕРТЕБРОГЕННИХ ПРОЯВАХ ПОПЕРЕКОВОГО ОСТЕОХОНДРОЗУ**

*У статті висвітлено особливості застосування іспанських масажних технологій у системі фізичної терапії осіб з вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта у поєднанні з лікувальною гімнастикою, фізіотерапевтичними процедурами та постізометричною релаксацією та перевірено ефективність запропонованих засобів. Використання іспанських масажних технологій у системі фізичної терапії дозволило купіювати больовий синдром, пролонгувати стадію ремісії, підвищити рівень фізичного стану та фізичної працездатності обстежуваних, підвищити функціональні показники опорно-рухового апарату.*

**Ключові слова:** вертеброгенна патологія, остеохондроз, хіромасаж, фізіотерапія, біль.



Постановка проблеми. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, вертеброгенна патологія, як одне з найбільш відомих уражень опорно-рухового апарату посідає третє місце за поширеністю після захворювань серцево-судинної системи і онкологічної патології [6]. Уражаючи людей, головним чином, працездатного віку, вертеброгенна патологія призводить до значних трудових втрат – в Україні 14,3–21,8% населення страждає на остеохондроз, а поширеність болю в спині в США і країнах Західної Європи досягає до 40–80 випадків. Захворювання рідко протікає ізольовано, викликаючи ураження різних органів і систем організму. Аналіз причин порушень основних функцій організму осіб з вертеброгенною патологією, свідчить, що найчастіше вони виникають не через тяжкість патології, а через відсутність реабілітаційних програм, спрямованих на зміцнення м'язово-зв'язкового апарату хребта [2].

У сучасній науковій літературі представлено безліч різних засобів і методів фізичної терапії та реабілітації осіб із вертеброгенною патологією. Багато авторів підтримують думку про позитивний ефект фізичних вправ, масажу, постізометричної релаксації при лікуванні хворих із даною патологією [1; 4]. У той же самий час все частіше стали застосовуватися різні масажні технології: гавайські, іспанські, тайські та ін. [3].

У цьому зв'язку вбачається перспективним, базуючись на сучасних прогресивних концепціях фізичної терапії, розробити та науково обґрунтувати інноваційну програму фізичної терапії з використанням іспанських масажних технологій для осіб з вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта.

**Мета дослідження** – науково обґрунтувати та розробити програму фізичної терапії із застосуванням іспанських масажних технологій для осіб із вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта, спрямовану на покращання процесу відновлення функціонального стану організму.

**Методи та організація дослідження.** Дослідження проводилось на базі санаторію «Токарі». У ньому брало участь 12 пацієнтів (10 чоловіків та 2 жінки) працездатного віку (40–50 років), які хворіють на остеохондроз поперекового відділу хребта з вертеброгенними проявами. В подальшому вони були розподілені на дві, однорідні за віком та клінічними проявами, групи: основну групу та групу порівняння.

Реабілітація хворих групи порівняння проводилась за стандартною методикою, що включала фізіотерапію та лікувальну гімнастику за рекомендаціями реабілітолога. Фізична реабілітація пацієнтів основної групи проводилась за розробленою програмою, яка була узгоджена з науковим керівником дослідження. Вона складалася, з урахуванням клінічних симптомів та функціонального стану пацієнтів, та включала спеціально розроблений комплекс лікувальної гімнастики, курс іспанського хіромасажу, прийомів постізометричної релаксації та фізіотерапії.

Загальний стан пацієнтів характеризувався комплексом клінічних проявів, що проявлялися в больових відчуттях різної інтенсивності і локалізації, зміні звичної пози, зниженні рухової функції хворих – зниження доступною амплітуди рухів, показників функціонального стану м'язів тулуба, погіршенні самостійного пересування, інших порушеннях життєдіяльності.

Отримані дані дозволили зафіксувати й оцінити початковий стан тематичних хворих, об'єктивізувати динаміку змін в процесі лікування і перевірити ефективність проведеної фізичної терапії, порівнюючи результати при використанні програми



лікувального закладу і розробленої нами – програми фізичної терапії з використанням іспанських масажних технологій.

При складанні програми фізичної терапії враховували наступні критерії: ступінь вираженості порушень нервово-м'язового, опорно-рухового апарату, функціональних порушень в поперековому відділі; вид порушення статичного стереотипу. Протягом кожного етапу консервативного лікування; соціальну активність, загальний стан організму, вік, стать і толерантність хворого до фізичних навантажень.

На початковому та кінцевому етапах дослідження у хворих з вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта було проведено: соматоскопію, соматометрію, пальпаторне дослідження тонузу м'язів, амплітуди рухів у поперековому відділі хребта, кистьову динамометрію, дослідження показників серцево-судинної та дихальної систем.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Програма фізичної терапії із застосуванням іспанських масажних технологій для осіб з вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта містила в собі також застосування лікувальної гімнастики, фізіотерапевтичних процедур та постізометричної релаксації м'язів. Лікувальна гімнастика передбачала застосування ідеомоторних, пасивних, ізометричних, активних динамічних вправ, а також вправ на розслаблення, статичних і динамічних дихальних вправ. Постізометрична релаксація передбачала задіяння у процес лікування наступних груп м'язів: клубово-поперекового м'язу, грушоподібного м'язу, куприко-остистої та куприко-бугорної зв'язки. Фізіотерапія включала в себе лазеротерапію скануючим апаратом «Медик-2К» та вібротерапію за допомогою віброплатформи – тренажера ViaGym. Іспанська масажна технологія, що передбачала виконання хіромасажу тіла була направлена на зменшення лімфонабряку в суглобах і м'язово-зв'язковому апараті поперекового відділу хребта, зменшення больових відчуттів за рахунок включення седативних прийомів, збільшення рухливості в поперековому відділі хребта та зменшення м'язового тонузу спазмованих болем м'язів в ділянці ураження. Загалом програма фізичної терапії сприяла зменшенню вертеброгенних проявів остеохондрозу поперекового відділу хребта, що підтверджено результатами функціональних проб і шкал. Застосування елементів іспанського масажу у фізичній терапії осіб із вертеброгенною патологією підвищує ефективність лікування, позитивно впливає на функціональний стан хребта, м'язовий тонус, психоемоційний стан хворих.

Особливе значення у фізичній терапії хворих із вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта відіграє лікувальна гімнастика якій належить головна роль в корекції рухових і неврологічних порушень, поліпшення трофіки, регенерації, загально тонізуючої дії на організм хворого, в профілактиці і лікуванні наслідків тривало обмеженого рухового режиму. Застосовували ідеомоторні і пасивні вправи. Пасивні проводилися з максимально можливою амплітудою руху в суглобі; в одному напрямку строго в одній площині, з однаковою швидкістю, 6 раз в день з повтореннями до 30 разів. Вони виконувалися реабілітологом починаючи з великих суглобів, поступово переходячи до дрібних. Ідеомоторні застосовувалися для відновлення порушених шляхів передачі нервових імпульсів від центру до периферії, широко використовувалися при стійкому больовому синдромі.

При м'язовій слабкості призначалися активні ізометричні вправи, що виконуються без напруження і затримки дихання, з утриманням напруги 3 с, далі до 5–8 с, повтореннями 4–6 і 8–10 разів для поліпшення кровообігу в напружених



м'язах, профілактики м'язової гіпотрофії, відновлення шляхів передачі нервових імпульсів. При збільшенні сили м'язів застосовувалися активні динамічні вправи з полегшених вихідних положень, при яких досягалося зближення точок прикріплення м'язів антагоністів, а точки прикріплення тренуючих м'язів були максимально розведені. Основними вихідними положеннями були – лежачи на животі, на спині, на боці. У міру зниження больових відчуттів додавалося вихідне положення «На карачках» як найбільш фізіологічне, що виключає перевантаження поперекового відділу хребта і забезпечує більш швидке закріплення нового компенсованого м'язово-динамічного стереотипу. При цьому враховувалося, що «колінно-кистьове» вихідне положення включає в роботу, нижньогрудні і верхньопоперекові сегменти, а «коліно-передпліччє» (з опорою на руки) забезпечує функціонування сегментів поперекового відділу хребта [7].

Виконувалися спеціальні вправи на відновлення координації рухів кінцівок і зміцнення м'язів тазового дна. Вправи на розслаблення застосовувалися для м'язів в гіпертонусі. Спочатку хворий навчався розслабленню м'язів на здоровій кінцівці (стороні), а потім на хворій, застосовувалися вправи на розтягування, що знижують м'язовий тонус. Важливе місце займали статичні і динамічні дихальні вправи. Динамічні поєднувалися з рухами рук, плечового поясу, тулуба, а статичні – за участю діафрагми і міжреберних м'язів. Основа проведення цих вправ – посилення видиху. У випадках слабкої активності хворого, проводилися пасивні дихальні вправи, інструктор вібруючими рухами здавлював грудну клітку під час видиху, активізуючи цикл вдиху, починаючи з мінімального зусилля і збільшуючи вплив з кожним видихом [5].

Аналіз результатів дослідження виявив значне покращання основних показників тонусу м'язів, рухової функції поперекового відділу хребта, серцево-судинної системи та показників якості життя у зв'язку із ліквідацією больового синдрому в пацієнтів основної групи відповідно до пацієнтів групи порівняння, що свідчить про ефективність застосованої програми фізичної терапії із застосуванням іспанських масажних технологій для осіб з вертеброгенними проявами остеохондрозу поперекового відділу хребта. В кінці дослідження було отримано такі результати: тонус м'язів у пацієнтів основної групи відновився краще на 50% ніж в контрольній групі; амплітуда рухів поперекового відділу хребта в усіх площинах у пацієнтів основної групи була краща: згинання – 66%; розгинання – 83%; нахилу тулуба вправо – 100%, вліво – 50%; функціональні показники серцево-судинної системи ЧСС та АТ, що на початку дослідження свідчили про ризик захворювання на гіпертонію мали значні зрушення у порівнянні з вихідними результатами. Виходячи з результатів середніх показників больового синдрому в основній групі порівняно із групою порівняння біль знизився на 2%.

**Висновки.** Розроблена програма фізичної терапії з використанням іспанських масажних технологій, що враховує важливість корекції вертеброгенних рефлекторних деформацій в поперековому відділі хребта виявилася більш ефективною, ніж програма фізичної терапії без використання іспанських масажних технологій. Це дозволяє рекомендувати розроблену програму фізичної терапії для широкого використання в клініках, центрах спортивної реабілітації та лікарсько-фізкультурних диспансерах. Використання іспанських масажних технологій у системі фізичної терапії дозволило купіювати больовий синдром, пролонгувати стадію ремісії, підвищити рівень фізичного стану та фізичної працездатності обстежуваних, підвищити функціональні показники опорно-рухового апарату.



### Література:

1. Богачева Л. А., Ушаков Г. Н., Вахлаков А. Н. Амбулаторное лечение болей в спине. Сообщение I и II. *Неврологический журнал*. 2018. № 3. С. 39–45.
2. Бочаров М. И., Берговина М. Л., Коншина М. В. Лечебная физическая культура. Практикум: учеб. пособие. Ухта: УГТУ, 2015. 190 с.
3. Котелевський В. І. Застосування елементів іспанського масажу у фізичній реабілітації студентської молоді з неврологічними проявами вертебрального остеохондрозу першої стадії. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр.* 2016. Вип. 2. С. 24–32.
4. Лазарева Е. Б. Физическая реабилитация при хирургическом лечении вертеброгенных пояснично-крестцовых синдромов: монография. Киев : Экспресс, 2012. 327 с.
5. Пасечник В. М. Лечебная физическая культура как составная физической реабилитации при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 7. С. 11–13.
6. Солодкова С. Ю., Куташов В. А., Гурина И. С., Башлакова Т. Ю. Остеохондроз позвоночного столба у пожилых людей. Особенности реабилитации. *Молодой ученый*. 2016. №2. С. 387–390.
7. Чечетин Д. А., Латышева В. Я., Олизарович М. В., Филюстин А. Е. Лечебная физическая культура при остеохондрозе позвоночника: учебно-методическое пособие для врачей. Гомель: ГУ «РНПЦ РМиЭЧ», УО «ГоГМУ», 2014. 59 с.

Немальцева О. М.,  
Корж Ю. М.

Nemaltseva O. M.,  
Korzh Y. M

### **BASIC DIRECTIONS OF REHABILITATION AND TREATMENT OF PATIENTS WITH AMBLYOPIA**

*The article provides a brief overview of practical and theoretical information on current approaches of physical therapy and pleoptic methods in rehabilitation of patients with amblyopia.*

**Keywords:** amblyopia, rehabilitation, occlusion, pleoptics.

### **ОСНОВНІ НАПРЯМКИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ЛІКУВАННЯ ХВОРИХ НА АМБЛІОПІЮ**

*Стаття містить короткий огляд практичних та теоретичних відомостей про сучасні підходи засобів ЛФК та плеоптичних методів в реабілітації хворих на амбліопію.*

**Ключові слова:** амбліопія, реабілітація, оклюзія, плеоптика.

**Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій.** Амбліопія - захворювання, яке характеризується зниженням зору різного ступеню, причиною якого переважно є функціональні розлади у зоровому аналізаторі. Відмінними рисами погіршення зору при амбліопії є оборотність функціональних змін у дитячому віці і неможливість покращення зору ні окулярами та контактними лінзами, ні оперативним шляхом у дорослих [2].