



**Волинський національний
університет імені Лесі Українки**



**СУЧАСНІ
ЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ
ТЕХНОЛОГІЇ**



**Збірник
наукових
праць**

СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

**Матеріали II Регіональної науково-практичної
конференції молодих учених**

Випуск 11



Луцьк – 2021

**Свідоцтво про державну реєстрацію
друкованого засобу масової інформації:
серія КВ № 24863-14803 Р видане 25.06.2021 р.**

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

- | | |
|-----------------|--|
| Андрійчук О.Я | – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор. |
| Валецький Ю.М. | – доктор медичних наук, професор. |
| Колесник Г.В. | – доктор медичних наук, професор. |
| Сітовський А.М. | – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент. |
| Цюпак Т.Є. | – кандидат педагогічних наук, доцент. |
| Ульяницька Н.Я. | – кандидат біологічних наук, доцент. |
| Усова О.В. | – кандидат біологічних наук, доцент. |
| Якобсон О.О. | – кандидат медичних наук, доцент. |
| Грейда Н.Б. | – кандидат педагогічних наук, доцент. |
| Лавринюк В.Є. | – кандидат медичних наук, доцент. |
| Гайдучик П.Д. | – кандидат психологічних наук. |

Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : матеріали II Регіональної науково-практичної конференції молодих учених / ВНУ ім. Лесі Українки, каф. фіз. терапії та ерготерапії ; редкол.: О. Я. Андрійчук [та ін.]. – Луцьк, 2021. – Вип. 11.

У збірнику вміщено наукові статті, що висвітлюють сучасні технології оздоровчої та реабілітаційної роботи з різними категоріями населення.

Збірник розрахований на фізичних терапевтів, аспірантів, магістрантів й студентів галузі знань «Охорона здоров'я».

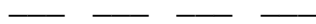
*Видається за рішенням кафедри фізичної терапії та ерготерапії
(протокол № 6 від 03 грудня 2021 року).*

ЗМІСТ

<i>Сітовський Андрій, Дзюбка Каріна</i> ОБІЗНАНІСТЬ ТА ПРИХИЛЬНІСТЬ ДО ПРОФІЛАКТИКИ НЕРАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ ЯК ФАКТОРУ РИЗИКУ ПОВТОРНОГО ІНФАРКТУ.....	6
<i>Андрійчук Богдан</i> ВЖИВАННЯ ДЕФІНІЦІЙ «ПАЦІЄНТ», «КЛІЄНТ» ТА «ХВОРИЙ» В УКРАЇНІ.....	8
<i>Качановська Ангеліна, Гайдучик Петро</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПІСЛЯ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБУ.....	11
<i>Андрійчук Ольга, Киричук Василь</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПРОТРУЗІЯХ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА.....	12
<i>Кутюк Іванна, Грицай Оксана</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ДИСКОПАТІЇ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА	16
<i>Луців-Шумська Наталія, Грицай Оксана</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ОПІКОВІЙ ХВОРОБІ.....	18
<i>Галенц Світлана</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ХВОРИХ ЗРІЛОГО ТА ЛІТНЬОГО ВІКУ ПРИ ШЕМІЧНОМУ ІНСУЛЬТІ.....	20
<i>Божко Назарій, Гайволя Руслан</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ТРАВМАХ ПЕРЕДПЛІЧЧЯ У ПІДЛІТКІВ 10- 12 РОКІВ.....	22
<i>Тьохта Едуард, Гайволя Руслан</i> КОРЕКЦІЯ ПЛОСКСТОПОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ.....	25
<i>Ульяницька Наталія, Ткачик Олександра</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІДЛІТКІВ ЗІ СКОЛІОЗОМ І-ІІ СТУПЕНЯ.....	28
<i>Усова Оксана, Зуйко Марина, Бірук Валентин</i> ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ СОМАТОФОРМНІЙ ВЕГЕТАТИВНІЙ ДИСФУНКЦІЇ.....	30
<i>Довгун Дарина, Куклін Єгор</i> ВАРІАБЕЛЬНІСТЬ РИТМУ СЕРЦЯ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ВИХІДНОГО ВЕГЕТАТИВНОГО ТОНУСУ У ГОСТРИЙ ПЕРІОД ІНФАРКТУ МІОКАРДА.....	32

Наконечна Олена КОМПЛЕКСНИЙ ВПЛИВ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ ІЗ СТЕНОКАРДІЄЮ.....	34
Сітовський Андрій, Журавлюк Денис, Бояркевич Андрій РЕАКЦІЯ АРТЕРІАЛІЗАЦІЇ КРОВІ НА ФІЗИЧНІ НАВАНТАЖЕННЯ ПРИ ХРОНІЧНІЙ ПНЕВМОНІЇ.....	36
Андрійчук Ольга, Голощук Владислава ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ КОКСАРТРОЗІ.....	38
Андрійчук Ольга, Левусь Максим ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПОСТКОВІДНОМУ СИНДРОМІ.....	41
Сермашов Назар, Лежененко Наталія ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ БРОНХІАЛЬНІЙ АСТМІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	44
Зелінська Надія, Слюсар Аліна РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ХВОРИХ ПІСЛЯ ІШЕМІЧНОГО ІНСУЛЬТУ У РЕЗИДУАЛЬНИЙ ПЕРІОД ЗАХВОРЮВАННЯ.....	47
Вихор Богдана, Гайволя Руслан ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ПІДЛІТКІВ 14-17 РОКІВ ЗІ СКОЛІОЗОМ ІІ-ІІІ СТУПЕНЯ.....	49
Сітовський Андрій, Дричик Крістіна, Олійник Яна КОМПЛАСЕНС ДО ПРОФІЛАКТИКИ ОЖИРІННЯ ЯК ФАКТОРА РИЗИКУ ПОВТОРНОГО ІНФАРКТУ МІОКАРДА.....	50
Сітовський Андрій, Оксентюк Дмитро ВАРІАБЕЛЬНІСТЬ РИТМУ СЕРЦЯ ПІДЛІТКІВ 12-13 РОКІВ.....	53
Ярута Маргарита ІПОТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ У ВІДНОВНОМУ ЛІКУВАННІ ДІТЕЙ З ДЦП.....	55
Грейда Наталія, Навроцька Мар'яна ЛІКУВАЛЬНА ГІМНАСТИКА ПРИ ОЖИРІННІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	57

3. Гончаренко І. В. Іпотерапія в гуманній медицині. ІХ Міжнародна науково-практична інтернет-конференція "Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах СНД". Переяслав-Хмельницький, 2013, 30-31 березня. С. 11–13.
4. Нероденко В.В. Биологические основы спортивной тренировки в конном спорте. Черкасы, 2009, 412 с.
5. Сафронова Н.С., Стрижак И.А. Методика иппотерапии в комплексной реабилитации детей 4-5 лет со спастической диплегией. Научный вестник Крыма. 1(24), 2020, С 1-10.
6. Joseph J, Thomas N., Thomas A. Changing dimensions in human–animal relationships: animal assisted therapy for children with cerebral palsy. International journal of child development and mental health., 4(2), 2016, P. 52-62.



Грейда Наталія, Навроцька Мар'яна

ЛІКУВАЛЬНА ГІМНАСТИКА ПРИ ОЖИРІННІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Вступ. Ситуація погіршення стану здоров'я серед дітей та молоді в Україні має цілий ряд причин і однією з них є обмежена рухова активність [2]. Проблема фізичного розвитку дітей з відхиленнями у стані здоров'я має велике державне, наукове та практичне значення [5].

У дітей, які систематично переїдають, утворюються мільйони жирових клітин, більша частина яких не потрібна організму ні для функціонування, ні для розвитку. Сформовані в дитинстві жирові клітини залишаються на все життя. Спостереження підтверджують, що в абсолютній більшості випадків повні діти в майбутньому стають огрядними [1,3]. Лікувальна гімнастика в цьому випадку є нерідко основним фактором відновлення здоров'я в період становлення організму.

При лікуванні та реабілітації хворих з ожирінням застосовується комплекс методів, найважливішими серед яких є рухова активність і дієта. Фізичні вправи, тонізуючи ЦНС, підвищують активність залоз внутрішньої секреції та ферментативних систем організму. Підбираючи спеціальні комплекси вправ можна впливати на жировий, вуглеводний або білковий обміни речовин [4,6].

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально довести позитивний вплив лікувальної гімнастики при ожирінні молодших школярів.

Результати дослідження. Роботу за допомогою засобів лікувальної гімнастики, спрямовану на реабілітацію порушень у дітей, які мають надмірну

вагу, ми будували на точному обліку стану їх здоров'я та рухової підготовленості. З метою створення комплексного впливу на різні органи та системи в заняття включали фізичні вправи, які відрізнялися одна від другої за своїми ознаками. Для того, щоб визначити місце та об'єм різних вправ на різних етапах фізичного виховання дітей, ми намагалися визначити, який функціональний вплив мають ці вправи на організм, якими повинні бути дозування, засоби, методи, які виховують основні рухові якості.

Виховання силових якостей у дітей з надмірною вагою тіла, є суттєво необхідним. Спеціальні силові вправи діти виконували в різних режимах (динамічному, статичному). Використання силових вправ дало можливість впливати на окремі групи м'язів, які відставали у розвитку (черевного пресу, плечового поясу тощо). Вправи силового характеру створювали умови для підвищення рівня розвитку інших рухових якостей.

Для досягнення всебічної фізичної підготовленості дітей ми приділяли увагу вихованню у них здатності до швидких рухів. Ми використовували комплексний метод виховання швидкості, який полягав у широкому використанні вправ ігрового характеру, стрибки, метання. Тривалість вправи повинна бути такою, щоб при її виконанні не спостерігалось зниження темпу.

Загальне завдання при вихованні витривалості у дітей з ожирінням полягало в тому, щоб створити умови для високого її прояву в різних видах рухової діяльності на фоні зменшення маси. З цією метою ми використовували вправи циклічного характеру. Враховуючи низьку рухову підготовленість дітей з надмірною масою тіла, ми шукали такий варіант темпу ходьби та бігу, при якому робота виконувалась тривалий час в стадії оптимального стійкого стану.

При виконанні вправ силового характеру було зареєстровано найменше зниження маси тіла дітей (до 90 г). Цей результат для порівняння було прийнято за 100%. При виконанні статичних вправ зменшення маси тіла було вище на 30% і дорівнювало с середньому до 120 г. При виконанні швидко-силових вправ вага тіла зменшувалась на 50% більше, ніж при виконанні статичних вправ (240 г). Самий високий результат зниження маси тіла ми отримали при виконанні вправ на витривалість (270 г), який був вище вихідного на 290%.

Вивчення розподілу фізичних навантажень на занятті дало можливість встановити, що для дітей з ожирінням на першому етапі занять допустимий максимум навантаження повинен припадати на середину заняття з лікувальної гімнастики, а на основному та заключному етапах – на кінець основної частини.

Ми слідкували, щоб пульс при найбільшому навантаженні не перевищував 140-150 уд/хв., підвищення від вихідного рівня було на 75-80%, а відновлення на першій хвилині становило 15-20%, на третій – 25-30%, на п'ятій – 45-50%, на десятій – 70-75%.

Для того, щоб визначити місце та об'єм вправ на різних етапах фізичної терапії дітей з надмірною вагою тіла ми визначали, який функціональний вплив мають вправи на організм, яка їх значимість для виховання основних рухових якостей.

В результаті занять спеціально підібраними фізичними вправами під час проведення занять з лікувальної гімнастики у дітей з надмірною вагою знизилась

показники маси тіла (в середньому по групі на 3,7 кг), що відобразилось на обсязі талії, яка стала меншою в середньому на 12,3% та жировій складці на животі, яка зменшилась в середньому на 21,9%. Частота серцевих скорочень у стані спокою становила на 9,7 уд/хв. менше попередніх показників. Витривалість зроста майже у два рази, результати станової динамометрії підвищились на 27%.

Висновки. Основним засобом профілактики ожиріння у дітей молодшої шкільної групи є лікувальна гімнастика. Допоміжними засобами, які допомагають зменшити вагу є лікувальний масаж, фізіотерапія, механотерапія, працетерапія. При виконанні дозованих фізичних вправ різної спрямованості у дітей з надмірною вагою покращується діяльність серцево-судинної та дихальної систем, що відображається на скороченні відновлювального періоду після фізичного навантаження. Практичним доведенням позитивного впливу швидко-силових фізичних вправ та вправ на витривалість при ожирінні дітей є динаміка середніх показників функціонального стану, фізичного розвитку організму та рухових якостей.

Список використаних джерел

1. Грейда Н. Б., Андрійчук О. Я., Цюпак Т. Є. Оздоровчо-рухова активність при ожирінні. *Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євроінтеграційного поступу*: тези доп. VI міжнар. наук.-практ. конф., м.Луцьк, 21-22 травня 2020 р. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. С. 242-244.
2. Грейда Н.Б., Цюпак Т. Є., Гайволя Р. Ю. Рухова активність при надлишковій масі тіла та ожирінні: методичні рекомендації. Луцьк: СНУ ім.Лесі України, 2020. 55 с.
3. Грейда Н., Андрійчук О. Застосування сучасних методик фізичної терапії. *Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євро інтеграційного поступу*: матер. V міжнар. наук.-практ. конф., м.Луцьк, 23-24 трав. 2019 р. Луцьк: Вежа-Друк, 2019. С. 190-192.
4. Давиденко Н. В., Смірнова І. П., Горбась І. М. Проблема ожиріння в Україні. *Журнал практичного лікаря*. 2002. № 1. С. 81.
5. Криворучко І С., Тарасенко О.М. Основні принципи лікування ожиріння [Електронний ресурс] *Внутрішня медицина*. – 2008. - №1(7). – Режим доступу: <http://internal.mif-ua.com/archive/issue-4367/article-4401/>
6. Шургая М. Зв'язок між типом ожиріння та серцево-судинними захворюваннями //УКР. МЕД. ЧАСОПИС, 2019. Електронне джерело: <https://www.umj.com.ua/article/159696/zv-yazok-mizh-tipom-ozhirinnya-ta-sertsevo-sudinnimi-zahvoryuvannyami>