



**Волинський національний
університет імені Лесі Українки**



**СУЧАСНІ
ЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ
ТЕХНОЛОГІЇ**



**Збірник
наукових
праць**

СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

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

Випуск 12



Луцьк – 2022

**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 III Регіональної науково-практичної конференції молодих учених / ВНУ ім. Лесі Українки, каф. фіз. терапії та ерготерапії ; редкол.: О. Я. Андрійчук [та ін.]. Луцьк, 2022. Вип. 12. 68 с.

У збірнику подано результати наукових праць, 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 2022 року).*

ЗМІСТ

Вознюк Роман ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА.....	6
Джугало Ганна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ КІСТОК ПЕРЕДПЛІЧЧЯ У ПОСТІММОБІЛІЗАЦІЙНОМУ ПЕРІОДІ	8
Куклін Єгор КІНЕЗІОТЕРАПІЯ ПРИ ПЛОСКОСТОПОСТІ У ДІТЕЙ 9-10 РОКІВ	10
Тананайко Дмитро ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ СКОЛІОЗОМ	12
Сітовський Андрій ПЕРЕДУМОВИ ЗНИЖЕННЯ РИЗИКУ ПОВТОРНОГО ІНФАРКТУ МІОКАРДА	14
Лісовецька Валерія, Уляницька Наталія ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ОСІБ МОЛОДОГО ВІКУ, ЯКІ ПЕРЕХВОРИЛИ НА КОРОНАВІРУСНУ ХВОРОБУ	16
Грейда Наталія, Ясиновська Тетяна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ІЗ ВРОДЖЕНИМИ ВАДАМИ СЕРЦЯ.....	18
Грейда Наталія, Смірнов Максим ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ПІДЛІТКІВ ПІСЛЯ ТРАВМ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ	21
Грейда Наталія, Драгунова Ірина ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ПАЦІЄНТІВ ІЗ РЕВМАТИЧНИМИ ВАДАМИ СЕРЦЯ	24
Сахарук Любомир РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ПАЦІЄНТІВ З ДЕПРЕСИВНИМИ РОЗЛАДАМИ У РЕЗИДУАЛЬНИЙ ПЕРІОД ЗАХВОРЮВАННЯ	27
Воронко Анна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ВЕРХНІХ ДИХАЛЬНИХ ШЛЯХІВ	29
Вавдіюк Ганна ШИНУВАННЯ ПРИ ПРОВЕДЕННІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІСЛЯ ОПІКІВ	31
Гречко Оксана, Андрійчук Ольга ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ЦУКРОВОМУ ДІАБЕТІ	33
Нечипорук Вадим ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ХВОРИХ ПОХИЛОГО ВІКУ НА ГІПЕРТОНІЧНУ ХВОРОБУ	35

Шведюк Іванна, Тараймович Богдана, Усова Оксана Етіопатогенез варикозного розширення вен	37
Дубовик Ярослав Динаміка показників фізичного розвитку осіб середнього віку в процесі комплексної реабілітації.....	40
Прач Вадим, Грицай Оксана Фізична терапія при ревматичній поліміалгії.....	42
Стельмашук Олена Основні періоди відновлення після перенесеного інсульту	45
Колесник Влада Йогатерапія при ожирінні I-II ступеня у жінок другого зрілого віку	47
Колесник Володимир Вплив фізичної терапії на функціональність суглобів при артрозі	49
Сермашов Назар, Ульяницька Наталія Фізична терапія пацієнтів з черепно-мозковою травмою	51
Циранюк Юлія, Андрійчук Богдан Фактори ризику розвитку артеріальної гіпертензії	55
Грейда Наталія, Кондзерська Вероніка Обґрунтування страхування та переміщення у фізичній терапії та ерготерапії засобами адаптивного обладнання	57
Спасюк Анна, Гордійчук Віктор Особливості системи комплексної фізичної терапії у реабілітації пацієнтів із вертебральним остеохондрозом.....	59
Спасюк Анна, Гордійчук Віктор Динаміка показників якості життя пацієнтів у ході фізичної терапії при вертебральному остеохондрозі.....	61
Шептицький Андрій Обґрунтування ефективних засобів й методів фізичної терапії при артрозі.....	63
Усова Оксана Лікування та реабілітація при варикозному розширенні вен	65

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК

Андрійчук Богдан.....	55	Лісовецька Валерія.....	16
Андрійчук Ольга.....	33	Прач Вадим.....	42
Вавдіюк Ганна.....	31	Сахарук Любомир.....	27
Вознюк Роман.....	6	Сермашов Назар.....	51
Воронко Анна.....	29	Сітовський Андрій.....	14
Гордійчук Віктор.....	59, 61	Смірнов Максим.....	21
Грицай Оксана.....	42	Спасюк Анна.....	59, 61
Грейда Наталія.....	8, 21, 24, 57	Стельмащук Олена.....	45
Гречко Оксана.....	33	Тананайко Дмитро.....	12
Джугало Ганна.....	8	Тараймович Богдана.....	37
Драгунова Ірина.....	24	Ульяницька Наталія.....	16, 51
Дубовик Ярослав.....	40	Усова Оксана.....	37, 66
Куклін Єгор.....	10	Ясиновська Тетяна	18
Колесник Володимир.....	49	Шведюк Іванна.....	37
Колесник Влада.....	47	Шептицький Андрій.....	63
Кондзерська Вероніка.....	57	Циранюк Юлія.....	55

При захворюваннях суглобів застосовують такі методи фізичної терапії: масаж, лікувальні фізичні вправи (терапевтичні вправи), механотерапія та заняття активністю.

Список використаних джерел

1. Андрійчук О. Я., Цюпак Т. Є., Сітовський А. М. 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. Р. 92–95.
2. Андрійчук О.Я., Сметаніна К.І., Грейда Н.Б., Сергеев В.М., Сітовський А.М., Цюпак Т.Є. Ожиріння: профілактика, лікування, фізична терапія: навчально-методичний посібник. Луцьк, 2021. 139 с.
3. Беспалова О.О., Рибалко П.Ф., Сітовський А.М., Цюпак Т.Є., Савчук І.В. Реабілітаційний діагноз пацієнтів із остеоартрозом на основі міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ). *Art of Medicine*. 2021. № 3(19). С. 6-14.
4. Сітовський А. М. Оцінка суглобово-м'язової дисфункції при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: метод. рекомендації. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 89 с.
5. Сітовський А. М. Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 183 с.
6. Сітовський А.М. Методика застосування терапевтичних вправ при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: навч.-метод. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 178 с.

Усова Оксана

ЛІКУВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ВАРИКОЗНОМУ РОЗШИРЕННІ ВЕН

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Вступ. Варикозне розширення вен – це захворювання, що характеризується розширенням вен та збільшенням їх довжини. Це захворювання обумовлюється прямоходінням, що спричиняє знаходження 70% крові в нижній частині тіла [8]. Причинами розвитку варикозного розширення можуть бути слабка серцева діяльність порушення в роботі венозно-м'язової помпи, неправильна робота клапанного апарату, порушена прохідність у магістральних венах, підвищений артеріальний тиск, надмірне фізичне навантаження, недостатнє фізичне навантаження [2].

Варикозне розширення вен в деяких випадках може призвести до серйозних ускладнень, таких як смертельна кровотеча. Супутні захворювання, артрит або слабкість внаслідок цереброваскулярних захворювань, також можуть спричинити виникнення таких проблем, оскільки можуть впливати на рухливість і реактивність пацієнтів. Антикоагулянти та ламкість шкіри також можуть сприяти кровотечі, а супутні серцево-судинні захворювання, такі як ішемічна хвороба серця, можуть сприяти летальному завершенню епізоду кровотечі. Зловживання алкоголем може посилити швидкість кровотечі за рахунок периферичної вазодилатації [9].

Фізична терапія геріатричних пацієнтів із варикозним розширенням вен є вкрай необхідною, тому що це захворювання суттєво впливає на життєдіяльність та самопочуття людини, знижує працездатність та негативно комплексно впливає на організм, що є фактором ризику ускладнень захворювань серцево-судинної системи.

Мета дослідження – дослідити особливості лікування та фізичної терапії варикозного розширення вен..

Результати дослідження. Варикозне розширення вен є захворюванням, яке вимагає здійснення профілактичних заходів та лікування. Метою лікування варикозного розширення вен і венозної недостатності є попередження гострих і хронічних ускладнень, усунення клінічних скарг, іноді лише косметичних, і поліпшення якості життя шляхом зниження венозної гіпертензії [9].

Головними завданнями консервативного лікування варикозного розширення вен нижніх кінцівок є покращення флебогемодинаміки, усунення чинників ризику рецидиву варикозної хвороби, усунення запальних реакцій в організмі пацієнта, корекція порушень лімфотоку та мікроциркуляції крові [2].

Існує кілька варіантів лікування варикозного розширення вен, зокрема, поради та заспокоєння, інтвенційні методи лікування (ендотермічна абляція, пінна склеротерапія та хірургія), компресійний трикотаж [5].

Варіантами консервативного лікування є зовнішня компресія; модифікація способу життя, така як уникнення тривалого стояння та напруження, фізичні вправи, носіння вільного, нестискаючого одягу, модифікація серцево-судинних факторів ризику та втручання для зменшення периферичного набряку; підняття ураженої ноги; нормалізація ваги. Ці заходи рекомендовані пацієнтам, які не є кандидатами на ендовенозне або хірургічне лікування або не бажають хірургічного втручання. Рекомендовано носіння еластичних компресійних панчіх 20-30 мм рт.ст. з градієнтом зниження тиску від дистальних до проксимальних частин кінцівок [8].

Фізичні вправи сприятливо впливають на нижні кінцівки осіб, які страждають на варикозне розширення вен, а саме відновлюється кровообіг, зменшується важкість в ногах, біль та набряки. Фізичні вправи є недорогою, не ризикованою та ефективною стратегією покращення фізичного та психічного здоров'я [4]. Литкові м'язи називають «другим серцем» тіла, вони покращують кровообіг під час фізичних вправ, як правило, під час ходьби. Структуровані фізичні вправи покращують функцію насоса литкових м'язів, кровообіг у нижніх кінцівках і здатність до ходьби для тих, хто обмежено пересувається через

захворювання периферичних артерій або венозну недостатність [3]. Додаткові дослідження з використанням більших розмірів вибірки для підтвердження ролі фізичних вправ у лікуванні варикозного розширення вен є виправданими [7].

Silva J.L. із співавторами (2021) дослідили, що лише одне з чотирьох визначених РКД повідомило про позитивні та значні результати, пов'язані з впливом терапевтичних вправ на якість життя учасників. Проте якість доказів щодо лікувальних вправ при хронічній венозній недостатності (ХВН), є слабкою або невизначеною. Це унеможлиблює підтвердження їх ефективності щодо якості життя, функціональності та болю. Таким чином, немає достатніх доказів, щоб призначати або протипоказати терапевтичні вправи для покращення якості життя, болю та функціональності у пацієнтів із ХВН [10].

Компресійна терапія при варикозному розширенні вен належить до першої лінії лікування і застосовується на початкових стадіях хвороби, затримує розвиток хвороби та після хірургічного втручання пришвидшує процес реабілітації [6]. Хоча хірургічне втручання колись було стандартом лікування, воно значною мірою було замінено ендовенозною термальною абляцією, яка може виконуватися під місцевою анестезією та може мати кращі результати та менше ускладнень, ніж інші методи лікування [8]. Використовуються підтримуючі панчохи (клас I) або компресійні панчохи (клас II–III). Метою лікування є зменшення венозного рефлюксу та гіпертензії, а також периферичних набряків і підвищення функції м'язової помпи [6].

Бісмак О.В. (2017) вважає, що ефективне лікування та реабілітація варикозного розширення вен нижніх кінцівок можливе лише у випадку індивідуального підходу до кожного пацієнта, раціональному використанні засобів фізичної терапії, необхідності дотримання здорового способу життя, режиму дня та рухової активності [1].

Висновки. Консервативне лікування варикозного розширення вен в основному включає зовнішню компресію, фізичні вправи, модифікацію факторів ризику та втручання для зменшення периферичного набряку. Підкреслюється необхідність додаткових досліджень щодо ролі терапевтичних вправ у реабілітації варикозу.

Список використаних джерел

1. Бісмак О.В. Лікувальна фізична культура у фізичній реабілітації хворих на варикозне розширення вен. *Міжнародний науковий журнал Науковий огляд*. 2017. 9(41). 14-32.
2. Цюпак Т., Цюпак Ю. Реабілітація хворих із захворюваннями венозних судин нижніх кінцівок. *Physical education, sport and health culture in modern society* 2010. 1. 87-89.
3. Bolton L. Exercise and Chronic Wound Healing. *Wounds: a compendium of clinical research and practice*. 2019. 31(2). 65-67. PMID:30694211
4. Klonizakis M., Tew G. A., Gumber A., Crank H., King B., Middleton G., Michaels J. A. Supervised exercise training as an adjunct therapy for venous leg ulcers: a randomized controlled feasibility trial. *The British journal of dermatology*. 2018. 178(5). 1072-1082.
5. National Institute for Health and Care Excellence. Varicose veins: diagnosis and

management. Clinical guideline. 2013.

6. O'Meara S., Cullum N., Nelson E. A., Dumville J. C. Compression for venous leg ulcers. *Cochrane Database Syst Rev*. 2012 Nov 14. 11(11). doi: 10.1002/14651858.
7. Orr L., Klement K.A., McCrossin L., O'Sullivan Drombolis D., Houghton P.E., Spaulding S., Burke S.A Systematic Review and Meta-analysis of Exercise Intervention for the Treatment of Calf Muscle Pump Impairment in Individuals with Chronic Venous Insufficiency. *Ostomy/wound management*. 2017. 63(8). 30-43.
8. Raetz J., Wilson M., Collins K. Varicose Veins: Diagnosis and Treatment. *Am Fam Physician*. 2019 Jun 1. 99(11). 682-688. PMID: 31150188.
9. Serra R., Ielapi N., Bevacqua E., Rizzuto A., De Caridi G., Massara M., Casella F., Di Mizio G., de Franciscis S. Haemorrhage from varicose veins and varicose ulceration: A systematic review. *Int Wound J*. 2018 Oct. 15(5). 829-833. doi: 10.1111/iwj.12934.
10. Silva J.L., Lima Neta A.G., Diniz N.R., Leite J.C. Effectiveness of therapeutic exercises for improving the quality of life of patients with chronic venous insufficiency: a systematic review. *J Vasc Bras*. 2021. 20. e20200248

— — — —