*Лисюк М.О.*

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ПОШКОДЖЕННЯХ КІСТОК ТАЗУ**

Кафедра спортивної медицини та фізичної реабілітації

з курсом фізичного виховання та здоров’я,

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

Науковий керівник: ас. Медовець О.І.

Актуальність: Пошкодження таза (переломи кісток, розриви тазових зчленувань) можна віднести до категорії важких травм опорно-рухового апарату, оскільки вони супроводжуються високим рівнем летальності, тривалою непрацездатністю та інвалідністю. Консервативне лікування хворих з пошкодженням кісток тазу має на меті виведення хворого зі стану шоку, проведення медикаментозної терапії, правильне виконання укладання та,при показаннях, накладання витягнення. При відсутності протипоказань, з перших днів після травми призначають лікувальну гімнастику, методика якої характеризується розділенням на три періоди. Тривалість кожного періоду залежить від локалізації та характеру перелому, стану хворого, методу терапії та динаміки відновлюючих процесів.

Мета : Визначення задач фізичної реабілітації при пошкодженнях кісток тазу залежно від періоду лікування.

Матеріали та методи : Вивчення праць з фізичної реабілітації, які містять інформацію про фізичну терапію при пошкодженнях кісток тазу.

Результати : До основних завдань фізичної реабілітації першого періоду (8-10 тиж.) відноситься підвищення загального тонусу хворого, профілактика можливих ускладнень зі сторони органів дихання, серцево-судинної системи та травного тракту, нормалізація метаболізму, покращення кровообігу в ділянці пошкодження з метою активізації процесів регенерації, профілактика зниження сили та тонусу м’язів тазового поясу і кінцівок, ригідності у суглобах. До головних завдань фізичної реабілітації другого періоду (1-1,5 тиж.) відносяться: укріплення м’язів тулуба, кінцівок, тазового поясу, підвищення амплітуди рухів у суглобах кінцівок, тренування опорної функції нижніх кінцівок. У третьому періоді фізичної реабілітації виділяють наступні цілі: відновлення змоги ходити та працездатності хворого; адаптація всіх систем організму до зростаючого фізичного навантаження; тренування м’язів кінцівок, тулуба і тазового поясу; відновлення опорної функції нижніх кінцівок, збільшення рухливості в кульшовому та колінному суглобах.

Висновки: Фізична реабілітація при пошкодженні кісток тазу ділиться на декілька періодів. На кожному етапі терапії фізичні вправи мають свої завдання. На першому етапі терапії гімнастика необхідна для підтримки нормального обміну речовин, запобігання зниження м'язового тонусу і швидкого загоєння ушкодження. Під час другого періоду, коли знімають іммобілізацію, гімнастика спрямована на зміцнення м'язів пояса, кінцівок і тулуба.У третій період лікування важливо відновити опорну функцію і рухливість суглобів нижніх кінцівок. Фізична терапія сприяє прискоренню та поліпшенню процесу реабілітації хворого з пошкодженням кісток тазу та є однією з головних ланок терапії цієї патології.