

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ
З КУРСОМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я

Збірник матеріалів

студентської науково-практичної конференції

***«Актуальні питання
фізичної терапії та ерготерапії»***



13 листопада 2019 р. м. Харків



спини. Пацієнтці назначались заняття лікувальною гімнастикою зі збільшеним навантаженням, міофасціальний масаж. Після 6 місяців рекомендувалось продовжувати курс реабілітації з включенням вправ на професійних медичних або спортивних тренажерах під наглядом фахівця.

Висновок. Фізична реабілітація після міжосьової імплантації з приводу наявності міжхребцевої грижі ділиться на декілька етапів. На кожному етапі відновлення засоби фізичної терапії мають свої завдання.

Медична реабілітація не лише стимулює відновлення хворого, а й при позитивних результатах повертає людину до звичного їй режиму життя, покращуючи цим якість життя, зменшує відсоток рецидивів хвороби.

Сущенко Е.В.

СИНДРОМ ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ У ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ

Кафедра спортивної медицини та фізичної реабілітації
з курсом фізичного виховання та здоров'я,
Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна
Науковий керівник: Галашко М.М.

Синдром хронічної втоми(СХВ)- це складний хронічний стан, що характеризується скупченнями симптомів, які включають: патологічну втому та нездужання, які погіршуються після напруги, когнітивну, імунну, вегетативну, нейроендокринну дисфункції. СХВ впливає на здатність людей робити щоденні завдання, наприклад, приймати душ або готувати їжу, навчання в школі та участь у сімейному та соціальному житті, може тривати роками, а іноді призводить до серйозної втрати працездатності. Симптоми СХВ можуть бути схожими на багатоіншихзахворювань. На даний момент немає тесту для підтвердження СХВ, що ускладнює діагностику. Хвороба може бути непередбачуваною. Симптоми можуть з'являтися і згасати.

Лікар повинен бути в змозі відрізнити СХВ від інших хвороб шляхом ретельного медичного обстеження. Це включає в себе задачу багатьох питань про історію здоров'я пацієнта та поточну хворобу, а також про симптоми,



щоб дізнатися, як часто вони виникають та як довго вони тривають. Також лікарям важливо говорити з пацієнтами про те, як симптоми впливають на їхнє життя. Симптоми: значно знижена здатність займатися діяльністю (падіння рівня активності відбувається разом із втомою і може тривати півроку чи довше; втома не полегшується після сну або відпочинку; розлади сну.

На додаток до цих основних симптомів для діагностики необхідні додаткові: проблеми з мисленням і пам'яттю; м'язові болі та біль у суглобах без набряку або почервоніння, головні болі; проблеми із травленням; депресія, стрес, тривога. Етіологія цього стану може бути пов'язана з тим, що функціональна система організму спортсмена, сформована на основі нервових та гуморальних зв'язків, яка забезпечує сприяння виконанню визначеної спортивної діяльності, може бути порушена у процесі тренувань та змагань. В результаті організм посилює функціональне напруження органів та тканин, витрачає більше енергії на рухову активність, не забезпечує синхронність та злагодженість, своєчасність регуляторних процесів. При цьому порушується узгодженість взаємодії фізіологічних систем не тільки під час тренувань і змагальних навантажень, але і в стані спокою, тобто в умовах гомеостатичного регулювання.

Рекорди в спорті неперервно ростуть, мотивація та винагорода за перемогу дуже великі. Більшість спортсменів йдуть шляхом інтенсифікації тренувань та збільшення об'єму навантажень. Як наслідок – виснаження імунної системи, гострий а згодом і хронічний стрес, СХВ. На основі проведеного анкетування Леоною «Визначення ступеню хронічної втоми» серед висококваліфікованих спортсменів України були зроблені наступні висновки: 63% процента не має ознак СХВ, 22% має початкові ознаки, 9% - виражені ознаки СХВ, 6% - сильний ступінь СХВ. Також була зроблена класифікація за видом спорту: серед пловців 57 % страждає на СХВ вираженого ступеню, в той час як серед скелелазів відмічається відсутність будь-яких ознак СХВ.



Лікування та профілактика СХВ. На даний момент не існує визначеної стратегії лікування, тому що етіологія та патогенез СХВ достовірно не вивчені. Але профілактика та симптоматичне лікування передбачає не тільки медикаментозний шлях. Наприклад, раціональне планування режиму роботи й відпочинку, контроль за проведенням відновних заходів з урахування календаря змагань, збалансоване харчування, комплементарна терапія: медитація, легкий масаж, глибоке дихання або релаксаційна терапія.

Терещенко О.А.

ЕРГОТЕРАПІЯ ЯК ОДИН ІЗ НАПРЯМКІВ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

Кафедра спортивної медицини та фізичної реабілітації
з курсом фізичного виховання та здоров'я,
Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна
Науковий керівник: ас.Сушецька А.С.

У представленій статті розглянуті методи ерготерапії, які значно покращують у пацієнтів з обмеженими можливостями активність у повсякденному житті і навички самообслуговування, що є надзвичайно важливим для того, щоб вони почували себе здоровими та повноцінними людьми.

Перш за все, пропоную чітко в'яснити, що таке «ерготерапія». Відомо, що термін «ерготерапія» походить від латинського *ergon* – праця, діяльність й грецького *therapia* - лікування. Виходячи з цього, можна заключити, що дослівно ерготерапія - це зцілення через діяльність. Якщо ж давати більш наукове та структуроване визначення, то ерготерапія - розділ клінічної медицини, що вивчає методи і засоби, які спрямовані на відновлення рухової активності людей з обмеженими можливостями. Далі, вважаю доцільним, розібратися, що саме є метою ерготерапії.

Мета ерготерапії - не просто відновлення втраченої рухової діяльності ,як здається на перший погляд, а й повернення людини до нормального повсякденного життя, що є звичним для здорових людей. Однак, важливо розуміти, той факт, що ерготерапія - не просто комплекс спеціальної лікувальної