



КІНЕЗІО



Міністерство охорони
здоров'я України

Національний
фармацевтичний
університет

Кафедра фізичної
реабілітації та здоров'я

Медичний центр фізичної
реабілітації та спортивної
медицини «КІНЕЗІО»

24

травня

2024

ХАРКІВ

МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ МЕДИЦИНІ

збірник тез всеукраїнської
конференції



Мультидисциплінарний підхід у фізичній реабілітаційній медицині



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ЗДОРОВ'Я
МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ТА СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ «КІНЕЗІО»**

**ВСЕУКРАЇНСЬКА КОНФЕРЕНЦІЯ
«МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ
РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ МЕДИЦИНІ»**

24 травня 2024 р., м. Харків

Збірник наукових праць

Випуск 3

Харків – 2024

УДК 613.71

**Мультидисциплінарний підхід у фізичній реабілітаційній медицині
//Збірник наукових праць. – Харків, 2024. – Випуск 3. – 120 с. (укр.)**

Даний випуск збірки містить матеріали Всеукраїнської конференції «Мультидисциплінарний підхід у фізичній реабілітаційній медицині» (24 травня 2024 року, місто Харків)

У збірнику розміщено наукові тези викладачів, молодих вчених, аспірантів, магістрантів, здобувачів вищої освіти, докторантів, лікарів, функціонерів сфери фізичної терапії та фізичної культури та спорту.

Тематика збірника:

- Актуальні питання фізичної та реабілітаційної медицини.
- Актуальні питання фізичної терапії та ерготерапії.

Матеріали відображені в міжнародних наукометричних базах даних **Google Scholar**

Друкується в авторській редакції

©Національний фармацевтичний університет, 2024
©Автори, 2024

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Котвіцька А.А., в.о. ректора Національного фармацевтичного університету, доктор фармацевтичних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України, м. Харків, Україна.

Владимирова І.М., проректор ЗВО з науково-педагогічної роботи Національного фармацевтичного університету, доктор фармацевтичних наук, професор, м. Харків, Україна.

Таможанська Г.В., завідувач ЗВО кафедри фізичної реабілітації і здоров'я Національного фармацевтичного університету, кандидат педагогічних наук, доцент, м. Харків, Україна.

Мятига О.М., доцент ЗВО кафедри фізичної реабілітації і здоров'я Національного фармацевтичного університету, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, м. Харків, Україна.

Невелика А.В., старший викладач ЗВО кафедри фізичної реабілітації і здоров'я Національного фармацевтичного університету, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, м. Харків, Україна.

Галашко В.В., старший викладач ЗВО кафедри фізичної реабілітації і здоров'я Національного фармацевтичного університету, кандидат педагогічних наук, м. Харків, Україна.

Відповідальний секретар: Козін С.В. викладач ЗВО кафедри фізичної реабілітації і здоров'я Національного фармацевтичного університету, кандидат педагогічних наук, м. Харків, Україна.

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ МЕДИЦИНИ

Березуєва Т. С. ВИКОРИСТАННЯ ГІМНАСТИКИ ЗА МЕТОДОМ КАТАРИНИ ШРОТ ДЛЯ ЛІКУВАННЯ ІДІОПАТИЧНОГО СКОЛІОЗУ У ДІТЕЙ	7
Білецька О.М., Марковська О.В., Манучарян С.В. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ МЕДИЦИНИ В УКРАЇНІ ЯК МІЖДИСЦИПЛІНАРНОЇ ОСВІТИ	10
Веснін А.В. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МІОФАСЦІАЛЬНОЇ ДИСФУНКЦІЇ ПРИ ГОЛОВНОМУ БОЛЮ НАПРУГИ	13
Войчишин Б.В., Кобзіна М.П., Пилипас С.В., Сиплива Є.О. ВИВИХИ В АКРОМІАЛЬНО-КЛЮЧИЧНОМУ ЗЧЛЕНОВУВАННІ	15
Ганчева О. В., Грекова Т. А., Мельнікова О. В., Каджарян Є. В., Ісаченко М. І. ОГЛЯД ПАТОГЕНЕТИЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ВПЛИВУ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ОПОСЕРЕДКОВАНЕ ЗАПАЛЕННЯМ РЕМОДЕЛЮВАННЯ СЕРЦЯ	18
Елгамман Маруан, Баранова І.І., Лебедин А.М. АНАЛІЗ АЛГОРИТМУ РЕАГУВАННЯ АПТЕК ПРИ НАДАННІ ДОПОМОГИ ПІД ЧАС ВИНИКНЕННЯ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ	21
Жаботинська Н.В., Штриголь С.Ю., Кіреєв І.В. РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ПЕРІОДИ В ГЕРОНТОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ	23
Коц Н.С., Ступак А.О. ВИСОКОІНТЕНСИВНЕ ТРЕНУВАННЯ ХОДИ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ	25
Маслак Мустафа, Дядюн Т.В., Лебедин А.М. ДОСЛІДЖЕННЯ АЛГОРИТМІВ РЕАГУВАННЯ НА КОНФЛІКТНУ СИТУАЦІЮ ПРАЦІВНИКІВ АПТЕЧНИХ ЗАКЛАДІВ	29
Масюра Ю.С., Левков А.А. РЕАБІЛІТАЦІЯ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ МАСТЕКТОМІЇ	31
Моїсєєва Н.М., Щенявський І.Й., Ахатова Ю.С., Горіна О.Л. ВІДНОВЛЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ВУГЛЕВОДНОГО ОБМІНУ КРОВІ В УМОВАХ ГОСТРОГО ХОЛОДОВОГО СТРЕСУ	34
Пильгук О.С., Левков А.А. МЕТОДИКА КОРЕКЦІЙНИХ ПОЛОЖЕНЬ ЯК ОДИН ІЗ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ЛІКУВАННІ МІОФАСЦІАЛЬНОГО СИНДРОМУ	36
Пилипенко А., Кобзіна М.П., Невелика А.В., Шафорост Р.О., Ротань А. АНАЛІЗ ВПЛИВУ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ З АЕРОБНИМИ ВПРАВАМИ ПОМІРНОЇ ІНТЕНСИВНОСТІ НА НЕЙРОПЛАСТИЧНІСТЬ У ХВОРИХ НА ІНСУЛЬТ	38
Самойлова Г.П., Марковська О.В., Мирошніченко М.С. МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ВОВАТН-ТЕРАПІЇ У ПАЦІЄНТІВ, ЩО ПЕРЕНЕСЛИ ПОРУШЕННЯ МОЗКОВОГО КРОВООБІГУ	40
Чаббуба Бадр, Баранова Інна Іванівна, Лебедин Алла Миколаївна ОГЛЯД ПОШИРЕННЯ ХВОРОБ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ВИТРАТ У МІЖНАРОДНІЙ ПРАКТИЦІ	42
Черняєв М.С., Самойлова Г.П., Шапкін А.С. ВПЛИВ ЗАСТОСУВАННЯ VAS – ТЕРАПІЇ НА РАННЮ РЕАБІЛІТАЦІЮ ПАЦІЄНТІВ З ГНІЙНИМИ РАНАМИ НИЖНІХ КІНЦІВОК	44

Бержауї Мехді, Дядюн Тетяна Валеріївна, Лебедин Алла Миколаївна ANALYSIS OF NORMATIVE REGULATION OF STRESS AT THE WORKPLACE OF PHARMACEUTICAL WORKERS	46
Bohachova O.S., Vlasenko A.S., Chekholi M.O. HYGIENIC BASIS FOR RECOVERY OF ATHLETES' BODIES THROUGH SLEEP	47
Ель Бермакі Юссеф, Лебедин Алла Миколаївна STATISTICS OF PREVALENCE OF PROFESSIONAL BURNOUT SYNDROME	50

СЕКЦІЯ 2
АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

Антонова Г.П. АСИМЕТРІЇ У РОЗВИТКУ М'ЯЗОВИХ ГРУП СЕРЕД ЖІНОК-СПОРТСМЕНОК, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ АКРОБАТИКОЮ НА ПІЛОНІ: РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ АСПЕКТ	52
Баїлал Мохамед Амін, Лебедин А.М., Чернуха В.М. АНАЛІЗ МЕТОДІВ УПРАВЛІННЯ ФАРМАЦЕВТИЧНИМ ПЕРСОНАЛОМ У АПТЕЧНИХ ЗАКЛАДАХ	55
Баннікова Р.О., Отруб'яніков В.Р. ПЕРСПЕКТИВИ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ НА НЕСТАБІЛЬНИХ ОПОРАХ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ОСТЕОАРТРИТУ	57
Віноградов М., Дідо Ю., Котковець В. ЗВ'ЯЗОК НЕЙРОПЛАСТИЧНОСТІ ТА ВИСОКОІНТЕНСИВНОГО ІНТЕРВАЛЬНОГО ТРЕНУВАННЯ, ЯК ЕЛЕМЕНТУ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ОСІБ З ГОСТРИМ ПОРУШЕННЯМ МОЗКОВОГО КРОВООБІГУ	60
Вітомський В.В., Балаж М.С., Вітомська М.В., Джевага В.В. ВПЛИВ РАННЬОЇ МОБІЛІЗАЦІЇ КАРДІОХІРУРГІЧНИХ ПАЦІЄНТІВ НА ВІДНОВЛЕННЯ ФУНКЦІЇ ЗОВНІШНЬОГО ДИХАННЯ	64
Ємченко І., Соцька А.С., Степанова Г.М., Тимошенко Л.В., Устименко Р.В. ВПЛИВ ВЕСТИБУЛЯРНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НА ЗАПАМОРОЧЕННЯ ТА ПРОБЛЕМИ З РІВНОВАГОЮ У ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЇ ТРАВМИ	66
Карабут Л.В., Єрмоменко Р.Ф. ЗНАЧЕННЯ МАСАЖУ В ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ	68
Карабут Л.В., Єрмоменко Р.Ф. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ КІФОЗІ	70
Карабут Л.В., Матвійчук О.П. ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В ПРОФЛАКТИЦІ СКОЛІОЗУ	72
Карабут Л.В., Матвійчук О.П. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ СКОЛІОЗІ	74
Карабут Л.В., Невелика А.В., Андрюхін Д., Нестеренко Д.М. ДІЯ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ПЕРИФЕРИЧНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ	76
Кондак Н.М., Калмикова Ю.С. РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ ПРИ НАБУТІЙ КРИВОШИЇ У ДІТЕЙ РУДНОГО ВІКУ	78
Крилевська К.А., Сафронов Д.В. РЕАБІЛІТАЦІЯ ХВОРИХ З НЕВРОЗАМИ	80

HYGIENIC BASIS FOR RECOVERY OF ATHLETES' BODIES THROUGH SLEEP

Bohachova O.S., Vlasenko A.S., Chekhoi M.O.

Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine

os.bohachova@knu.edu.ua

Introduction: Sleep is a vital factor for the health of high-level training athletes. In this literature review, we summarize the impact of sleep deprivation and sleep extension on athletic performance indicators, including reaction time, accuracy, strength, and endurance, as well as cognitive functions. Some athletes attempt to combat sleep deprivation with supplements, which can have serious side effects. However, adhering to healthy sleep hygiene practices is a more effective way to improve sleep quality. This will not only enhance health but also athletic performance.

Purpose: To substantiate the importance of athlete recovery through normalization of sleep patterns to improve physical health, cognitive functions, and increase performance.

Materials and Methods: An analytical review of scientific literature on the topic was conducted, and an online survey among 30 students, including 20 females and 10 males aged 19 to 30 years, was carried out regarding sports activities and the impact of sleep patterns on their cognitive functions and nervous system state.

Results and Discussion: Analysis of literature sources revealed that professional athletes who constantly use electronic devices find it challenging to adhere to sleep hygiene rules. This occurs because the blue light emitted from screens, such as mobile phones, computers, and televisions, can interfere with normal sleep onset by disrupting the production of the hormone melatonin, which regulates circadian rhythms. It should be noted that the circadian rhythm significantly influences many biological functions, including optimizing sleep duration, and attempting to fall asleep outside one's circadian phase can lead to sleep problems, particularly for those who rapidly cross multiple time zones. Furthermore, circadian rhythms may play a role in high performance levels in athletes. In one study investigating the impact of physical exercise at different times of the day, evening exercise delayed the onset of melatonin action by 30 minutes in healthy young men. This suggests that evening exercise may lead individuals to go to bed later. The results of this study indicate that physical exercise can be used to regulate the human circadian rhythm. Additionally, even if athletes attempt to focus on adequate sleep the night before competitions, stress and anxiety can impede falling asleep. Thus, focusing on healthy sleep throughout the entire training period is essential, not just the night before competitions when sleep may be most disruptive.

Athletes may require more hours of sleep, rest, and recovery than the average person, as intense training demands more energy and resources from the body. Sleep deprivation can negatively impact athletic performance, leading to fatigue, impaired cognitive functions (including judgment and decision-making), increased risk of injury, and compromised immune function. Adequate rest helps athletes recover from training, normalize their physical and mental state, and boost immune defenses. Ensuring healthy sleep provides benefits. Scientific evidence shows that increasing sleep duration in sleep-deprived individuals leads to improvements in various functional indicators, which is crucial for athletes.

In our research, 80.0% of respondents reported regularly engaging in sports activities in their daily lives, while the remaining 20.0% did not. When asked how often they participate in sports, 43.3% responded 1-2 times per week, 33.3% preferred 3-4 times per week, 10% favored 5-7 times per week, and 13.4% reported engaging in sports only during the summer and winter breaks. Additionally, 66.7% of respondents indicated that they participate in professional sports. 70% reported allocating an average of 7-8 hours for sleep, 26.7% allocated 5-6 hours, and the remainder considered an average of 4 hours of sleep sufficient. 76.7% stated that their sleep deprivation significantly impacted their athletic performance. For 53.3% of respondents, sleep deprivation affected their energy levels, 50.0% experienced reduced endurance, 36.7% believed their sleep deprivation impacted reaction speed and strength, 10.0% reported effects on accuracy and agility, 5.0% experienced impacts on flexibility, and 16.6% reported no effects. The responses also revealed that sleep deprivation negatively affected cognitive functions in 90.0% of respondents. Concentration was impaired in the majority (86.7%) due to sleep deprivation, 60.0% reported impaired memory, 50.0% experienced impaired logical thinking, and the remaining 23.3% did not experience any effects on cognitive functions. 53.6% of study participants indicated that their training sessions occurred in the evening, 35.7% trained during the day, 25.0% preferred morning sessions, and the remaining 7.2% did not have a fixed schedule. Regarding the duration of training sessions, 39.3% reported sessions lasting one hour, 32.1% trained for an average of 1.5-2 hours, 14.3% allocated 2-3 hours for training, and the remaining 14.3% trained for less than 1 hour. It should be noted that for 35.7% of respondents, training occurred 2-3 hours before bedtime, 32.1% trained 3-4 hours before bedtime, 25% trained more than 4 hours before bedtime, and the remaining 7.2% indicated that they did not train in the evening.

Conclusions: Ensuring sleep hygiene for professional athletes is determined by the importance of avoiding stressful situations and maintaining a regular sleep schedule. Sleep deprivation can lead to negative impacts on athletes' physical and cognitive functions, as well as their performance and immunity. It is crucial to consider the influence of circadian rhythms and physical exercise on sleep quality

and to implement sleep hygiene strategies to ensure quality, restorative sleep throughout the entire training process. Sleep is an essential factor for the health and productivity of athletes. However, the rigorous schedule of competitions and travel, as well as intense training, can make it challenging for athletes to obtain quality sleep.

Here are several sleep hygiene strategies that can help athletes improve their sleep:

- Establish a regular sleep schedule and adhere to it daily, even on weekends.
- Create a calm sleep environment by avoiding disruptive factors (including reducing the impact of electronic devices).
- Engage in regular physical exercise but avoid training too close to bedtime.
- Aim to reduce the impact of stress, possibly through practicing meditation.
- Monitor nutrition, eat a healthy diet, and avoid caffeine and alcohol before bedtime.