

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Науково-практична конференція
молодих вчених, здобувачів освіти та лікарів-інтернів

**СУЧАСНІ ПИТАННЯ
ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ.
ЛАБОРАТОРНА МЕДИЦИНА:
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

Харків, 22 листопада 2023 року

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**СУЧАСНІ ПИТАННЯ
ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ.
ЛАБОРАТОРНА МЕДИЦИНА:
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

Матеріали науково-практичної конференції
молодих вчених, здобувачів освіти та лікарів-інтернів

Харків, 22 листопада 2023 року

Харків
2023

УДК 615.82/.83:616-074-078(082)
С91

Затверджено Вченою радою ХНМУ.
Протокол № 11 від 23 листопада 2023 р.

Редакційна колегія:

В.В. М'ясоєдов, І.А. Чухно, С.І. Латогуз, О.І. Залюбовська, М.М. Мішина

- С91** Сучасні питання фізичної терапії та ерготерапії. Лабораторна медицина: проблеми та перспективи : матеріали науково-практичної конференції молодих вчених, здобувачів освіти та лікарів-інтернів / Харк. нац. мед. ун-т ; [редкол.: В. В. М'ясоєдов, І. А. Чухно, С. І. Латогуз, О. І. Залюбовська, М. М. Мішина]. – Харків : ХНМУ, 2023. – 133 с.

Збірка містить матеріали науково-практичної конференції «Сучасні питання фізичної терапії та ерготерапії. Лабораторна медицина: проблеми та перспективи», у яку увійшли праці молодих вчених, здобувачів освіти та лікарів-інтернів.

УДК 615.82/.83:616-074-078(082)

© Харківський національний
медичний університет, 2023

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| Белічко Анастасія СУЧАСНА ПРОБЛЕМА АНТИБІОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТІ, ЇЇ ПОШИРЕННЯ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ ТА ШЛЯХИ БОРОТЬБИ..... | 8 |
| Білозерова Діана ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСОБИ ПОКРАЩЕННЯ СПІЛКУВАННЯ ТА ВЗАЄМОДІЇ З ОТОЧУЮЧИМИ У ОСІБ З АУТИЗМОМ: ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ НА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ..... | 10 |
| Бубнова Катерина НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ..... | 13 |
| Буженко Вероніка, Кошова Олена, Філімонова Наталія АНАЛІЗ ФЕНІЛАЛАНІНУ В КРОВІ ЯК ІНСТРУМЕНТ ДЛЯ МОНИТОРИНГУ ФЕНІЛКЕТОНУРІЇ: ПРОБЛЕМИ ЯКОСТІ ЛАБОРАТОРНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ..... | 14 |
| Гавриляк Р.О., Гурська М.І., Павлова Т.М. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ОСІБ, ЩО ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ ТА ІНШИХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ В УКРАЇНІ | 16 |
| Гекова Анна ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ТЕЙПУВАННЯ В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З РУХОВИМИ ПОРУШЕННЯМИ | 19 |
| Голик Леонід, Березнякова Марина КЛІНІКО-ЛАБОРАТОРНІ ПОКАЗНИКИ В ОЦІНЦІ СТУПЕНЯ ТЯЖКОСТІ СЕРЦЕВОЇ НЕДОСТАТНОСТІ..... | 22 |
| Головко Олена ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ЗАТРИМКОЮ МОТОРНОГО РОЗВИТКУ | 24 |
| Громко Євгенія, Крохмаль Гліб ПРОБЛЕМА АНТИБІОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТІ ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ COVID-19: АКТУАЛЬНІСТЬ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ..... | 26 |
| Гурбич Олександр ПОСДНАНЕ ВИКОРИСТАННЯ ГІДРОТЕРАПІЇ, ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, МЕТОДІВ МАГНІТОРЕФЛЕКСОТЕРАПІЇ В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА ОЖИРІННЯ..... | 29 |

| | |
|--|----|
| Дергоусова Дар'я, Шаповал Олена МОРФОЛОГІЧНІ ТА ЛАБОРАТОРНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕДМІХУРОВОЇ ЗАЛОЗИ | 31 |
| Дзеркалій Каріна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ ОСІБ, ЩО ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ ТА ІНШИХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ | 33 |
| Еверт Ганна КЛІНІКО-ДІАГНОСТИЧНЕ ЗНАЧЕННЯ БІЛКОВИХ ФРАКЦІЙ ПРИ РЕВМАТОЇДНОМУ АРТРИТІ | 36 |
| Ель-Асєрі Абделадім, Беррі Закарія, Харруш Хамза ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ МІКРОВОДОРОСТЕЙ У БІОТЕХНОЛОГІЧНОМУ ВИРОБНИЦТВІ ВІТАМІНІВ | 37 |
| Залуга Софія ЗМІНИ ЛАБОРАТОРНИХ ПОКАЗНИКІВ ПІД ВПЛИВОМ ЛІКАРСЬКИХ ЗАСОБІВ | 41 |
| Заржицька Діана ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА АВТОМАТИЧНОГО ТА РУЧНОГО МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАГАЛЬНОГО АНАЛІЗУ КРОВІ | 43 |
| Засанська Г.М. ЛАБОРАТОРНА ДІАГНОСТИКА: ІСТОРІЯ, СЬОГОДНІ І ЗАВТРА | 45 |
| Ігнатенко Михайло, Кошова Олена ПАТОГЕНЕТИЧНА РОЛЬ ІМУННОЇ СИСТЕМИ У ФОРМУВАННІ ХРОНІЧНОГО ПАНКРЕАТИТУ | 49 |
| Карамішева Анна СТРУКТУРА ЯДЕР БУКАЛЬНОГО ЕПІТЕЛІУ ПРИ РЕПАРАЦІЇ | 51 |
| Кертис Станіслав БІОМАРКЕРИ ПРИ ПАНКРЕАТИТІ: ТЕПЕРІШНЄ ТА МАЙБУТНЄ | 52 |
| Кіпер Ольга, Должикова Олена СТАН ПРОФЕСІЙНИХ ЗАХОРОВАНЬ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ | 53 |
| Кондак Н.М., Калмикова Ю.С., Калмиков С.А. ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ ПРИ ДИСКІНЕТИЧНІЙ ФОРМІ ДИТЯЧОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛІЧУ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ | 55 |

Кот Вікторія

«СУЧАСНІ МОЖЛИВОСТІ ПОЄДНАНОГО
ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ
З ФІЗІОТЕРАПЕВТИЧНИМИ ФАКТОРАМИ
ПРИ ПІДГОТОВЦІ ВАГІТНИХ ДО ПОЛОГІВ» 58

Котова Світлана

ЗАСТОСУВАННЯ СЕРОЛОГІЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ
ІНФЕКЦІЙНИХ ХВОРОБ 59

Левченко Єлизавета, Старкова Віолетта, Коваленко Ілля

НАПРЯМКИ ПРЕГРАВІДАРНОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК
З ГІПОКІНЕЗІЄЮ ПІД ЧАС ВІЙНИ 62

Левченко Яна

ЗМІНИ ЛАБОРАТОРНИХ ПОКАЗНИКІВ
ПРИ РЕЗУС-КОНФЛІКТІ МАТЕРІ ТА ДИТИНИ 64

Лобода Катерина

РОЛЬ ЛАБОРАТОРНОЇ ДІАГНОСТИКИ
В ПЕРСОНАЛІЗОВАНОМУ ПІДХОДІ ДО ВАКЦИНАЦІЇ 65

Лук'янова Анастасія

ПЕРЕВАГИ ВИКОРИСТАННЯ АВТОМАТИЧНИХ
АНАЛІЗАТОРІВ ПРИ ДОСЛІДЖЕННІ ОСАДУ 66

Мартіянова Кристина, Леонтьєва Лариса

ЛАБОРАТОРНІ МАРКЕРИ КРОВІ
У ДІАГНОСТИЦІ ІНФАРКТУ МІОКАРДА 69

Марченко Ірина, Рзаєва Аян Асаф кизи, Дьяков Максим

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ВАКЦИН
VAHСНОRА ТА DUKORAL ПРОТИ ХОЛЕРИ 71

Мищенко І.Р.

ЦИТОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА РАКУ ШЛУНКА 73

Можена Юлія, Тіщенко Ірина, Перетятко Олена

МІКРОБІОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА
БАКТЕРІЙ РОДУ ENTEROCOCCUS:
БІОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ТА ПАТОГЕННІСТЬ 75

Молотко Наталія, Манучарян Світлана, Латогуз Сергій

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ
ПРИ АМПУТАЦІЇ НИЖНЬОЇ КІНЦІВКИ 78

Настенко Тетяна, Должикова Олена

СУЧАСНА ДІАГНОСТИКА
ГОСТРОГО МІЄЛОЇДНОГО ЛЕЙКОЗУ 82

| | |
|--|-----|
| Орехова Вікторія, Латогуз Сергій, Манучерян Світлана ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ПЛОСКОСТОПІСТІ У СПОРТСМЕНІВ | 84 |
| Остренська С.І. РОЛЬ КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ З ОСТЕОАРТРОЗОМ КОЛІННИХ СУСТАВІВ..... | 86 |
| Павлова Тетяна, Козлова Марія ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ | 87 |
| Павлова Тетяна, Можелянська Анна ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ОСІБ, ЩО ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ | 90 |
| Павлова Тетяна, Яртим Олександра ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДІВ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ..... | 92 |
| Прикоп Чезара Елеонора КЛІНІКО-ЛАБОРАТОРНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ЛЕЙКОЗІВ | 96 |
| Рівчак Анастасія ВПРОВАДЖЕННЯ І ВИКОРИСТАННЯ В СИСТЕМІ E-HEALTH ЄДИНОГО ІНФОРМАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ ЛАБОРАТОРНОЇ МЕДИЦИНИ | 99 |
| Серік Михайло, Мошенко Єлизавета, Романов Олександр РОЗУМІННЯ РЕЗИСТЕНТНОСТІ ДО АНТИБІОТИКІВ У KLEBSIELLA PNEUMONIA: НАСЛІДКИ ДЛЯ ГІГІЄНИ ТА ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я | 101 |
| Сидор Оксана ВПРОВАДЖЕННЯ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 224 «ТЕХНОЛОГІЇ МЕДИЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ ТА ЛІКУВАННЯ»..... | 103 |
| Сидоренко Мирослав, Латогуз Сергій Іванович ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ З КОКСАРТРОЗОМ..... | 106 |
| Сіренко П.О., Ленська О.В. ОПТИМІЗАЦІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ ЗА ДОПОМОГОЮ СПЕЦІАЛЬНОГО ОБЛАДНАННЯ..... | 108 |
| Удовиченко Анастасія РОЛЬ СЕРОЛОГІЧНИХ ТЕСТІВ У МОНІТОРИНГУ ТА ПРОГНОЗУВАННІ ІНФЕКЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ | 110 |

| | |
|--|-----|
| Цирулік Катерина ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ ПІСЛЯ ТРАНСФЕМОРАЛЬНОЇ АМПУТАЦІЇ..... | 112 |
| Підбрага Іванна, Латогуз Сергій, Манучерян Світлана ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ЛІКУВАННІ ХВОРИХ З ПОПЕРЕКОВО-КРИЖОВИМ ОСТЕОХОНДРОЗОМ..... | 114 |
| Цінкевич Юлія ЛАБОРАТОРНА ДІАГНОСТИКА ІНФЕКЦІЙ, ВИКЛИКАНИХ ВІРУСАМИ ПАПІЛОМИ ЛЮДИНИ..... | 116 |
| Чиняк Ольга КОГНІТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПАМ'ЯТІ У ХВОРИХ НА РОЗСІЯНИЙ СКЛЕРОЗ..... | 119 |
| Шаніна Вікторія, Підгайна Поліна, Літвінова Валерія РОЛЬ СЕРОЛОГІЧНИХ ТЕСТІВ У ДІАГНОСТИЦІ ІНФЕКЦІЙ, ЩО ПЕРЕДАЮТЬСЯ СТАТЕВИМ ШЛЯХОМ..... | 121 |
| Штайф І.М., Кошова О.Ю. КЛІНІКО-ЛАБОРАТОРНА ДІАГНОСТИКА ЦУКРОВОГО ДІАБЕТУ: БІОМАРКЕРИ ГЛІКЕМІЧНОГО КОНТРОЛЮ ЗАХВОРЮВАННЯ..... | 124 |
| Штепура Максим, Латогуз Сергій, Манучерян Світлана СТАН СИМПАТОАДРЕНАЛОВОЇ СИСТЕМИ ПРИ ХРОНІЧНІЙ ІШЕМІЧНІЙ ХВОРОБІ СЕРЦЯ..... | 126 |
| Щербак Софія МІКРОБІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ БЕЗПЕЧНОГО ДОНОРСТВА КРОВІ..... | 128 |
| Янішен І.В., Кричка Н.В. РЕАБІЛІТАЦІЯ ХВОРИХ ІЗ ПОВНОЮ ВІДСУТНІСТЮ ЗУБІВ ПІСЛЯ НЕ- ЗАДОВІЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ОРТОПЕДИЧНОГО ЛІКУВАННЯ..... | 129 |

За допомогою фізичної терапії, постраждалі отримують шанс на відновлення фізичних функцій, психологічну підтримку та можливість повернутися до активного життя та соціальної адаптації. Розвиток цієї галузі є важливим завданням для країни, оскільки вона допомагає покращити якість життя та забезпечує допомогу тим, хто найбільше потребує її в умовах конфліктів та надзвичайних ситуацій.

Список використаних джерел:

1. «Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками АТО на етапі відновлення» методичний посібник. Київ. 2017 р.
2. Стаття : <https://www.msf.org/war-ukraine>.
3. Eckhoff MD, Craft MR, Nicholson TC, Nesti LJ, Dunn JC. Lower extremity combat sustained peripheral nerve injury in US military personnel. *Plastic and Reconstructive Surgery Global Open*. 2021 Mar9.
4. «Фізична реабілітація» підручник за редакцією професора В.В. Абрамова та доцента О.Л. Смирнової, Дніпро.2014.
5. Стаття: Ethical considerations in military psychiatry, Christopher H Warner et al. *Psychiatr Clin North Am*. 2009 Jun.
6. Post-traumatic growth in (ex-) military personnel: review and qualitative synthesis, A Habib, S A M Stevelink, N Greenberg, V Williamson // *Occupational Medicine*, Volume 68, Issue 9, December 2018, Pages 617–625. <https://academic.oup.com/occmmed/article/68/9/617/5261930?login=false>
7. Травми, пов'язані з військовою підготовкою: спостереження, дослідження та профілактика (Military training-related injuries: surveillance, research, and prevention / K.R. Kaufman, S. Brodine, R. Shaffer // *Am J Prev Med*. 2000 Apr; 18 (3 Suppl): 54–63).

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДІВ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

**Павлова Тетяна
Яртим Олександра**

Харківський національний медичний університет, Харків

В сучасному світі існує безліч методів для збереження та відновлення здоров'я, включаючи ті, які відповідають визначеним стандартам медицини, і ті, які є альтернативними та нетрадиційними.

Метою даної роботи є висвітлення основних принципів найпоширеніших нетрадиційних методів, які використовуються для поліпшення фізичного та психічного здоров'я, а також можливості їх позитивного впливу на життєдіяльність людини.

Перш за все, доцільно зазначити, що кожна людина унікальна, а нетрадиційні методи відновлення здоров'я мають свої показання, тому не є

універсальними. З огляду на таке, рекомендовано, перш ніж використовувати нетрадиційні методи відновлення здоров'я, отримати консультацію фахівця.

Одним з досить поширених нетрадиційних методів відновлення здоров'я є акупунктура. Це старовинний метод китайського лікування, що використовує тонкі голки, вставлені в специфічні точки на тілі пацієнта [1]. Він ґрунтується на концепції «меридіанів» або енергетичних шляхів, через які рухається життєва енергія, відома як «ци». В організмі існує понад 2000 точок акупунктури, які розташовані вздовж меридіанів. Кожна точка відповідає певному органу або системі. Лікар вставляє тонкі голки в ці точки. Зазвичай це безболісний процес, і голки залишаються в тілі протягом певного періоду.

Метою акупунктури [2] є відновлення балансу енергії «ци» та відновлення гармонії в організмі. Голки можуть бути повернуті або стимульовані електричним струмом для досягнення цієї мети. Акупунктура широко використовується як допоміжний метод для поліпшення фізичного та психічного стану пацієнтів, які пережили травми, операції або хвороби.

В реабілітаційному процесі вона може бути використана, як знеболення, зокрема вставлення тонких голок в точки акупунктури може стимулювати виділення природних анестетиків, таких як ендорфіни, які зменшують відчуття болю. Стимуляція точок акупунктури може покращити кровопостачання до тканин та м'язів, що сприяє поліпшенню їх стану та зменшує больові відчуття. Це може вплинути на роботу конкретних органів та полегшити біль, пов'язаний з їх дисфункцією. Всі ці маніпуляції можуть допомогти знизити активність нервової системи, допомагаючи пацієнтові розслабитись. В цілому, акупунктура може бути корисною для поліпшення рухливості та зменшення обмежень, пов'язаних з різними проблемами опорно-рухового апарату, такими як: травми, запалення чи напруга м'язів та суглобів.

Оскільки доведено, що багато рослин і трав мають лікувальні властивості і можуть використовуватися для поліпшення здоров'я, наприклад, у вигляді чаїв та настоянок, значного поширення набула фітотерапія [3]. Деякі трави, такі як: куркума, імбир, алое вера та інші, мають природні протизапальні властивості. Вони можуть допомогти знизити запалення в тілі, що зазвичай супроводжує реабілітацію після травми чи операції. Рицина, молочниця, маєчок та інші, можуть сприяти очищенню та відновленню функцій печінки та нирок, що важливо для виведення токсинів після операцій або прийому ліків. М'ята, чебрець, апельсинова шкірка та інші, можуть полегшити травлення та заспокоїти шлунок, що може бути важливим під час реабілітації після хірургічних втручань. Лаванда, шавлія, м'ята та інші, можуть допомогти зменшити стрес та тривожність, що часто супроводжує процес реабілітації.

Не меншого поширення сьогодні здобула й ароматерапія – один із методів реабілітації, який використовує ароматичні есенціальні олії для поліпшення фізичного і емоційного стану пацієнтів під час процесу відновлення.

Вона може сприяти: зняттю стресу і тривожності; зменшенню емоційного навантаження, болю та дискомфорту; покращенню когнітивних функцій, якості сну, настрою, сенсорного сприйняття; підтримці дихальної функції [4].

Так, наприклад, в реабілітації можливо використовувати: імбир, що має протизапальні властивості та може допомогти зменшити запалення в м'язах і суглобах після травми; кедр, що допомагає заспокоїти нервову систему та підвищити рівень розслаблення; шавлію, яка має антисептичні властивості та може бути корисною для покращення загального стану під час відновлення після захворювань; сандал, який допомагає поліпшити сон і заспокоїти емоційну напругу; кипарис, який може допомогти покращити дихальну функцію та полегшити дихання; чорний перець, що має тонізуючий ефект і допомагає підвищити енергію та живучість; м'яту, яка має охолоджуючий ефект і може допомогти зменшити біль та дискомфорт в м'язах; цитрусові аромати (апельсин, лимон), які піднімають настрій та допомагають зберегти позитивний настрій під час реабілітації. Ці аромати можуть бути використані в різних комбінаціях або окремо в залежності від потреб і побажань пацієнта. Важливо враховувати, що реакція на аромати є індивідуальною, тому можливо деякі аромати будуть більш підходящими для конкретного пацієнта, ніж інші.

Йога – це фізична та духовна практика, яка спрямована на поліпшення фізичного здоров'я, зменшення стресу та покращення психічного стану [5]. Йога може бути корисною в процесі реабілітації, оскільки вона поєднує фізичну активність, дихальні вправи і медитацію. Вона включає в себе різноманітні фізичні вправи, які сприяють покращенню м'язово-скелетної системи, рухливості та координації. Деякі позиції йоги і техніки дихання можуть допомогти знизити біль та напругу в м'язах та суглобах. Йога також може сприяти розслабленню тіла. Дихальні вправи в йозі сприяють покращенню легеневої ємності та дихальної функції, що важливо під час реабілітації після захворювань легень чи хірургічних втручань. Медитаційні та релаксаційні аспекти йоги допомагають знизити рівень стресу та тривожності [6], що може супроводжувати процес реабілітації.

Релаксаційні техніки та медитація є важливою частиною процесу реабілітації, оскільки допомагають пацієнтам знизити стрес, полегшити фізичну та емоційну напругу, і поліпшити загальне самопочуття. Серед них можна виділити техніки глибокого дихання, що допомагають пацієнтам зосередитися на диханні та розслабити м'язи. Вони можуть знизити стрес та полегшити біль. Також можливо використовувати прогресивну м'язову релаксацію, яка включає послідовне розслаблення м'язових груп від голови до ніг. Вона допомагає знизити напругу та поліпшити рухливість. В свою чергу медитація сприяє покращенню ментальної гнучкості та зосередженості, а також допомагає знизити тривожність і стрес.

Серед релаксаційних технік також доцільно виділити техніки біофідбеку, що допомагають пацієнтам стежити за фізіологічними процесами свого

організму, такими як пульс, тиск та електроміографія. Це дозволяє вчасно виявляти та знижувати стрес.

Сьогодні доволі часто використовується музикотерапія та арт-терапія [7], оскільки прослуховування релаксуючої музики або виконання творчих завдань може допомогти заспокоїти нерви та підняти настрій. Ці техніки можуть використовуватися окремо чи у поєднанні, залежно від індивідуальних потреб пацієнта. Вони сприяють полегшенню реабілітаційного процесу, сприяють загальному здоров'ю та допомагають пацієнтам краще адаптуватися до фізичних та психічних викликів, пов'язаних із відновленням.

Таким чином, можна стверджувати, що нетрадиційні методи, такі як акупунктура, ароматерапія, йога та інші релаксаційні та альтернативні підходи, можуть істотно покращити результати реабілітації пацієнтів після травм, операцій, захворювань і інших станів. Вони допомагають не лише фізично відновити організм, але й психологічно підтримати пацієнта під час цього процесу, а також швидше повернутися до активного та здорового життя після складних життєвих ситуацій.

Такі методи доповнюють класичну медицину та можуть бути вкрай корисними в поєднанні з нею. Важливо враховувати індивідуальні потреби кожного пацієнта і консультиватися з фахівцями для вибору найкращих методів реабілітації в кожному конкретному випадку.

Перелік використаних джерел:

1. Schnyer R.N., Allen John J.B., Hitt S.K., Manber R., Kaptchuk T.J., Thase M.E. (2021). *Acupuncture in the Treatment of Depression: A Manual for Practice and Research*. Churchill Livingstone. 240 p.
2. Teng Chen, Wen Wen Zhang, Yu-Xia Chu, Yan-Qing Wang. *Acupuncture for Pain Management: Molecular Mechanisms of Action*. *The American Journal of Chinese Medicine*. 2020. Vol. 48. № 04. P. 793–811.
3. Lawless J. (2013). *The Encyclopedia of Essential Oils: The Complete Guide to the Use of Aromatic Oils in Aromatherapy, Herbalism, Health, and Well Being*. Red Whee. 224 p.
4. Tisserand R., Young R. (2013). *Essential Oil Safety: A Guide for Health Care Professionals*. Churchill Livingstone. 2nd Edition. 800 p.
5. Akhtar P., Yardi S., Akhtar M. Effects of yoga on functional capacity and well being. *International Journal of Yoga*. 2013. Vol. 6.
6. Sat Bir S. Khalsa. Yoga as a therapeutic intervention : a bibliometric analysis of published research studies. *Indian J Physiol Pharmacol*. 2004; Vol. 48 (3). P. 269–285.
7. Siegel B. S., Hurn C. J. (2013). *The Art of Healing: Uncovering Your Inner Wisdom and Potential for Self-Healing*. New World Library. 258 p.