

SCI-CONF.COM.UA

INNOVATION AND DEVELOPMENT IN WORLD SCIENCE



**PROCEEDINGS OF II INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
DECEMBER 1-3, 2025**

**ZURICH
2025**

INNOVATION AND DEVELOPMENT IN WORLD SCIENCE

Proceedings of II International Scientific and Practical Conference
Zurich, Switzerland
1-3 December 2025

**Zurich, Switzerland
2025**

UDC 001.1

The 2nd International scientific and practical conference “Innovation and development in world science” (December 1-3, 2025) MDPC Publishing, Zurich, Switzerland. 2025. 742 p.

ISBN 978-3-954753-21-5

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Innovation and development in world science. Proceedings of the 2nd International scientific and practical conference. MDPC Publishing. Zurich, Switzerland. 2025. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/ii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-innovation-and-development-in-world-science-1-3-12-2025-tsyurih-shvejtsariya-arhiv/>.

Editor

Komarytskyy M.L.

Ph.D. in Economics, Associate Professor

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

e-mail: zurich@sci-conf.com.ua

homepage: <https://sci-conf.com.ua>

©2025 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2025 MDPC Publishing ®

©2025 Authors of the articles

23.	Новікова А. М., Сушецька А. С.	121
	ПРОФІЛАКТИКА ТРАВМ КОЛІННОГО СУГЛОБА В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ	
24.	Перлова А. В., Мунтян О. В., Вітавський М. О.	124
	ПРАКТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ВИБОРУ ГІБРИДНИХ РЕСТАВРАЦІЙНИХ ПЛОМБУВАЛЬНИХ МАТЕРІАЛІВ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ БОКОВОЇ ГРУПИ ЗУБІВ	
25.	Пустова Н. О., Халена Д. А., Якубенко С. І.	126
	ВПЛИВ СОНЯЧНИХ ПРОМЕНІВ НА ШКІРУ ЛЮДИНИ: БІОЛОГІЧНЕ ЗНАЧЕННЯ, КОРИСТЬ ТА РИЗИКИ	
26.	Рогова В. В., Доскалюк Б. В.	131
	ВПЛИВ НЕДОСИПАННЯ НА НАВЧАННЯ	
27.	Рудь В. Ю., Марін І. А.	136
	ХВОРОБА ДАР'Є. КЛІНІЧНИЙ ВИПАДОК	
28.	Савцова А. О., Третяк Т. О., Мазур В. П., Гаращук І. В.	138
	КОРЕКЦІЙНИЙ ВПЛИВ БІЛКОВО-ВІТАМІННО-МІНЕРАЛЬНОГО КОМПЛЕКСУ НА КІСТКОВИЙ МЕТАБОЛІЗМ ПРИ ГОСТРІЙ ДЕФІЦИТНІЙ ДІЄТІ У ЩУРІВ	
29.	Семеняк А. В., Ковтун В. В., Прадун А. В.	141
	АКТУАЛЬНІ ПРИНЦИПИ ПІСЛЯПОЛОГОВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ (ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ)	
30.	Тертична А. А., Голозубова О. В.	147
	ЗАСТОСУВАННЯ ІНГІБІТОРІВ НАТРІЙЗАЛЕЖНОГО КОТРАНСПОРТЕРА ГЛЮКОЗИ 2 ТИПУ У ТЕРАПЕВТИЧНІЙ ПРАКТИЦІ	
31.	Цінкевич Ю. Б., Калюжка В. Ю.	151
	КЛІНІЧНИЙ ВИПАДОК: ПЕРКУТАННА ТРАНСПЕДИКУЛЯРНА ВЕРТЕБРОПЛАСТИКА ПРИ ПОВТОРНОМУ ОСТЕОПОРОТИЧНОМУ КОМПРЕСІЙНОМУ ПЕРЕЛОМІ ТІЛА ТН VII ХРЕБЦЯ	
32.	Чумак М. В., Голозубова О. В.	157
	ЗАСТОСУВАННЯ СТАТИНІВ У ЛЮДЕЙ З ЗАХВОРЮВАННЯМИ ПЕЧІНКИ	
33.	Шевченко В. Ю., Голозубова О. В.	161
	КЛІНІКО-ЛАБОРАТОРНА ЕФЕКТИВНІСТЬ РІЗНИХ СОЛЬОВИХ ПРЕПАРАТІВ ЗАЛІЗА В ЛІКУВАННІ АНЕМІЇ ЛЕГКОГО СТУПЕНЯ	
34.	Шнайдер Д. С., Репужинський Й. М., Розуменко М. В., Розуменко В. О.	164
	КОРЕКЦІЙНИЙ ВПЛИВ БІЛКОВО-ВІТАМІННО-МІНЕРАЛЬНОГО КОМПЛЕКСУ НА КІСТКОВИЙ МЕТАБОЛІЗМ ПРИ ГОСТРІЙ ДЕФІЦИТНІЙ ДІЄТІ У ЩУРІВ	

ПРОФІЛАКТИКА ТРАВМ КОЛІННОГО СУГЛОБА В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ

Новікова Анна Миколаївна

студентка 4 курсу

3 медичного факультету, спеціальність «Медицина»

Харківський національний медичний університет

Науковий керівник:

Сушецька Аліна Сергіївна

Відповідальна за лікувальну роботу, асистент

Харківський національний медичний університет

Вступ. Травми колінних суглобів є однією з найбільш частих травм як в професійному спорті взагалі, так і в ігрових видах спорту. Серед травм коліна найчастіше зустрічається травма передньої хрестоподібної зв'язки (ПХЗ), вона перевищує 20% серед всіх випадків травм коліна, і наслідки доволі тяжкі, слід відмітити, що травма ПХЗ також залучає оточуючі тканини. І все це потребує і хірургічне втручання, і тривалу реабілітацію, що є фінансовим тягарем для спортсменів. Саме тому лікарі та фахівці з реабілітації займаються питанням профілактики травм колінного суглоба та ПХЗ.

Мета. Розглянути варіанти профілактики травм колінного суглобу серед спортсменів і підтвердити, чи є ефективність.

Методи дослідження. В даній роботі використано теоретичний метод дослідження. Проаналізовані літературні дані, які оприлюднені у наукометричних базах.

Результати дослідження. Дослідниками була перевірена одна програма на групі футболістів, під назвою «Knee Control+», що складається з комплексу вправ: п'ятихвилинної розминки з бігом та 6 базових вправ на зміцнення та нейром'язовий контроль: присідання, випади, техніка стрибка-приземлення, вправи на зміцнення підколінних сухожилків, паху та корпусу – розраховані близько на 15 хвилин, які потрібно застосовувати на кожному занятті. Особливістю і перевагою цієї програми було те, що її включати в тренування

можна було будь-коли, тобто на різних етапах тренувань; хоч на початку, в середині заняття чи в кінці. Кожна з шести вище перелічених вправ могли бути виконані в 10 варіаціях. Мається на увазі, що в межах однієї з базових вправ можуть бути як різні прогресії однієї і тієї ж вправи, наприклад, присідання, як на одній нозі, так і на обох можна виконати, або взагалі додавати ще якісь додаткові елементи; або взагалі різні вправи, наприклад, підйоми тазу та скандинавське опрацювання сухожилків – вправи на зміцнення підколінних сухожилків. Деякі вправи окремо було впорядковано від простіших до складних. Це зроблено на додачу у відповідь на бажання тренерів створити більш адаптовану програму, що підійде як молодим футболістам, так і ветеранам. Для варіативності та командної роботи ще включили додатково вправи з партнером та гумовою стрічкою та вправи із зовнішнім опором. Наставникам було запропоновано обрати потрібний рівень для початку і потім поступово збільшувати навантаження. Як приклади – налаштування програми для легкого, середнього та просунутого рівнів. З «Knee Control+» дослідники зазначили такі недоліки, як тривалість програми або те, що вправи лежачи на землі не підходять для несприятливих погодних умов. Щоб це врахувати, поточні настанови для цієї профілактичної програми засновані на обмеженні часу для кожної вправи та взагалі виділено час на все тренування, а не кількість повторень, включаючи вправи стоячи.

Після використання цієї програми серед декількох футбольних клубів дослідниками було підтверджено ефективність цих вправ, вони дійсно зменшили ризик трав колінних суглобів приблизно на 96% за їх підрахунками.

В іншому дослідженні, проведеному саме серед молодих спортсменок (до 19 років), тут вже були різні види спорту і програми саме для профілактики травм передньої хрестоподібної зв'язки (ПХЗ). Ці програми мають відзнаки за структурою та методами реалізації. Ці профілактичні програми підкреслюють нервово-м'язове та біомеханічне тренування для забезпечення м'язової підтримки навколо коліна та зміни патернів руху. Сюди було включено комбінації розминки з пробіжкою, тренування балансу, розтяжки, силових

тренувань та пліометрики, вправи, що покращують спритність та підвищують проінформованість з приводу високоризикових рухів. Хоча було показано, що профілактичне нейром'язове тренування корисне, залишається велика кількість випадків, що вимагають лікування для запобігання одній травмі ПХЗ. Це вказує на те, що виправдано ретельне дослідження найефективніших компонентів для включення до програм профілактики травм ПХЗ та скринінгу спортсменів із високим ризиком травматизму.

Висновки. За допомогою огляду досліджень дізналися про програми для профілактики травматизму колінного суглобу та передньої хрестоподібної зв'язки, як компоненту, роль цих програм, і що їх вплив дійсно має позитивну динаміку і запобігає травмам. І це все перевірили переважно на ігрових видах спорту. Як можна помітити, цей напрямок ще розвивається і потребує подальшого вивчення і наступних досліджень для підвищення ефективності.