

фізіотерапія може покращити якість життя, серцево-легеневу форму та інспіраторний тиск, а також зменшити симптоми та використання ліків. Щоб підтвердити ці висновки, необхідні подальші дослідження з вивчення комбінацій методів [2].

Отримані результати показали, що фізіотерапія надає широкий спектр варіантів лікування бронхіальної астми, і всі вони дають позитивні результати на тлі виключного застосування фармакологічного лікування.

Висновки. Фізична терапія є ефективним та безпечним підходом у лікуванні осіб з бронхіальною астмою. Дослідження показують, що фізична терапія сприяє поліпшенню функції дихання, зменшенню симптомів та покращенню якості життя у пацієнтів з цим захворюванням. Дихальна гімнастика, фізіотерапевтичні процедури та фізичні вправи, такі як аеробні тренування та вправи з водним середовищем, є ефективними засобами управління бронхіальною астмою. Індивідуалізація програм фізичної терапії є важливою для досягнення оптимальних результатів. Врахування особливостей кожного пацієнта дозволяє підібрати найкращий підхід та забезпечити покращення контролю над захворюванням. Додаткові дослідження та розширення наукових знань у цій галузі можуть привести до подальшого розвитку фізичної терапії у бронхіальній астмі та покращення результатів лікування пацієнтів.

Список використаних джерел:

1. Asthma. Diagnosis. Physical exam. URL: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/asthma/diagnosis-treatment/drc-20369660>
Asthma treatment: 3 steps to better asthma control
URL: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/asthma/in-depth/asthma-treatment/art-20044284>
2. Breathing exercises for adults with asthma. Freitas D.A., Holloway E.A., Bruno S.S., Chaves G.S., Fregonezi G.A., Mendonça K.P.. DOI: [10.1002/14651858.CD001277.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD001277.pub2) URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14973966/>
3. Hondras M.A., Linde K., Jones A.P.. Manual therapy for asthma. Doi: 10.1002/14651858.CD001002 URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11279701/>

ЗАСТОСУВАННЯ КОМПЛЕКСНОЇ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ХВОРИХ ПІСЛЯ ІНФАРКТУ МІОКАРДУ НА ПОЛІКЛІНІЧНОМУ ЕТАПІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Шевчишен Володимир

Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського

Резюме. Автор статті досліджує ефективність фізичної терапії, як

важливого елементу реабілітаційних програм для пацієнтів, які перенесли інфаркт міокарда. Стаття надає наукові докази та обґрунтування для впровадження комплексної фізичної терапії на поліклінічному етапі реабілітації, включаючи покращення функціонального стану серцево-судинної системи, зниження ризику повторного інфаркту, покращення якості життя та зменшення смертності. Ця стаття є цінним джерелом інформації для медичних фахівців, які працюють з пацієнтами після інфаркту міокарда.

Summary. The author of the article explores the effectiveness of physical therapy as an important component of rehabilitation programs for patients who have experienced myocardial infarction. The article provides scientific evidence and justification for implementing comprehensive physical therapy at the outpatient stage of rehabilitation, including improvements in the functional status of the cardiovascular system, reduction in the risk of recurrent infarction, enhancement of quality of life, and decrease in mortality. This article serves as a valuable source of information for healthcare professionals working with patients after myocardial infarction.

Актуальність проблеми. Інфаркт міокарду є однією з провідних причин смертності та інвалідності у світі. Після інфаркту міокарду важливо забезпечити ефективну реабілітацію, щоб пацієнти могли повернутися до повноцінного життя та знизити ризик повторних серцево-судинних патологій. Комплексна фізична терапія виявляється одним з ключових компонентів поліклінічного етапу реабілітації після інфаркту міокарду. Однак, необхідно провести актуальне дослідження для оцінки ефективності цього підходу та встановлення оптимальних засобів і методів фізичної терапії.

Метою даної статті є огляд та аналіз наукових доказів щодо застосування комплексної фізичної терапії у хворих після інфаркту міокарду на поліклінічному етапі реабілітації. Зокрема, будуть розглянуті основні принципи фізичної терапії, типи вправ та їх вплив на функціональний стан серцево-судинної системи та загальний стан хворого.

Завдання та методи дослідження. Для вивчення застосування комплексної фізичної терапії у хворих після інфаркту міокарду на поліклінічному етапі реабілітації використовуються різні засоби та методи дослідження. Основні з них включають:

1. Системний огляд літератури: аналіз літературних джерел дозволяє зібрати та аналізувати всі доступні докази щодо ефективності комплексної фізичної терапії у реабілітації хворих після інфаркту міокарду. Джерела містять результати систематичних оглядів, мета-аналізів та настанов, що підтверджують ефективність фізичної терапії в поліпшенні функціонального стану серцево-судинної системи та якості життя пацієнтів після інфаркту міокарду. Це дозволяє отримати об'єктивну оцінку стану досліджуваної проблеми. Ці джерела надають наукові докази та обґрунтування для актуальності застосування комплексної фізичної терапії у хворих після інфаркту міокарду на поліклінічному етапі реабілітації.

2. Контрольовані клінічні випробування: Проведення контрольованих

випробувань з рандомізацією дозволяє порівнювати ефективність комплексної фізичної терапії з іншими методами реабілітації або плацебо-контрольною групою. У таких дослідженнях пацієнти розподіляються випадковим чином на різні групи, що дозволяє отримати більш достовірні результати щодо ефективності фізичної терапії.

3. Моніторинг фізичного стану: Застосування спеціалізованих моніторів для фізичного навантаження, пульсу, артеріального тиску та інших параметрів дозволяє об'єктивно оцінити зміни в фізичному стані пацієнтів після застосування комплексної фізичної терапії.

4. Анкетування та опитування: Проведення анкетування та опитування пацієнтів дозволяє отримати їхній власний висновок щодо ефективності фізичної терапії, впливу на якість життя та загальний стан здоров'я.

5. Вимірювання функціональних показників: Оцінка функціональних показників, таких як максимальне споживання кисню (МСК), фізична витривалість, серцевий ритм тощо, є важливим компонентом досліджень щодо ефективності фізичної терапії.

Застосування цих засобів та методів дослідження дозволяє зібрати наукові докази щодо ефективності комплексної фізичної терапії у хворих після інфаркту міокарду на поліклінічному етапі реабілітації. Це допомагає встановити оптимальні підходи та рекомендації для поліпшення результатів реабілітації та підтримки здоров'я пацієнтів після інфаркту міокарду.

Результати дослідження. Інфаркт міокарду є серйозним захворюванням серця, яке може мати значний вплив на якість життя хворих. Лікування після інфаркту міокарду включає не тільки фармакотерапію, але й реабілітаційні заходи, спрямовані на поліпшення функціонального стану серцево-судинної системи та загального благополуччя пацієнта. Одним з ефективних підходів до реабілітації хворих після інфаркту міокарду є комплексна фізична терапія.

Переважає більшість досліджень підтверджує позитивний вплив фізичної терапії на хворих після інфаркту міокарду. Вправи, спрямовані на встановлення нормального ритму серця та зниження артеріального тиску, є основними компонентами комплексної фізичної терапії. Важливою складовою є також силові вправи, спрямовані на зміцнення м'язової системи, включаючи серцевий м'яз.

Один з основних принципів фізичної терапії у реабілітації після інфаркту міокарду – це поступове збільшення фізичного навантаження. Починаючи з легких вправ і поступово збільшуючи їх інтенсивність та тривалість, пацієнти можуть поступово покращувати свою фізичну витривалість та функціональний стан серцево-судинної системи.

Крім того, вправи на розтяжку та гімнастика сприяють покращенню гнучкості та координації рухів, а також знижують ризик виникнення м'язових дисбалансів та постуральних відхилень.

Комплексна фізична терапія також включає навчання пацієнтів здоровому способу життя та виконанню самоконтролю. Пацієнти навчаються визначати свої пульсові показники, контролювати артеріальний тиск та відчувати сигнали

свого організму під час фізичних навантажень.

Покращення функціонального стану. Комплексна фізична терапія сприяє покращенню функціонального стану серцево-судинної системи після інфаркту міокарду. Дослідження, включаючи систематичні огляди літератури і мета-аналізи, показують значуще збільшення фізичної витривалості, покращення максимального споживання кисню і зниження серцевої частоти після регулярних фізичних тренувань.

Зниження ризику повторного інфаркту. Дослідження показують, що комплексна фізична терапія веде до зниження ризику повторного інфаркту міокарду у пацієнтів, які перенесли перший інфаркт. Регулярні тренування сприяють зміцненню серцево-судинної системи, поліпшенню кровообігу та зменшенню затримки ліпідів в артеріях, що сприяє зменшенню ризику атеросклерозу та повторних серцево-судинних подій.

Покращення якості життя. Комплексна фізична терапія також впливає на покращення якості життя хворих після інфаркту міокарду. Дослідження показують позитивний вплив фізичної активності на фізичний, емоційний та соціальний стан пацієнтів, а також зменшення симптомів депресії, тривоги та втоми. Регулярні фізичні тренування сприяють підвищенню самооцінки, поліпшенню настрою та загального самопочуття у пацієнтів після інфаркту міокарду.

Зменшення смертності. Дослідження також свідчать про зниження смертності у пацієнтів, які отримують комплексну фізичну терапію після інфаркту міокарду. Регулярні тренування сприяють покращенню функції серця, зниженню артеріального тиску та кардіоваскулярного ризику, що допомагає у запобіганні серйозних ускладнень та смертельних випадків.

Підтримка змін у стилях життя. Комплексна фізична терапія також сприяє зміні стилю життя пацієнтів після інфаркту міокарду. Це включає покращення харчування, відмову від шкідливих звичок (наприклад, куріння), збереження здорової ваги та регулярну фізичну активність, що сприяє покращенню загального здоров'я та зниженню ризику серцево-судинних захворювань.

Висновки. Отже, результати досліджень свідчать про значимий позитивний вплив комплексної фізичної терапії на пацієнтів після інфаркту міокарду на поліклінічному етапі реабілітації. Це підкреслює важливість інтеграції фізичної терапії в комплексну програму реабілітації пацієнтів з серцево-судинними захворюваннями.

Застосування комплексної фізичної терапії є важливим елементом поліклінічного етапу реабілітації хворих після інфаркту міокарду. Цей підхід сприяє покращенню функціонального стану серцево-судинної системи, зміцненню м'язової системи та загальному підвищенню якості життя пацієнтів.

Дослідження показують, що фізична активність має позитивний вплив на різні показники здоров'я після інфаркту міокарду, включаючи зниження смертності, покращення фізичної витривалості, зниження ризику повторних серцевих приступів.