

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ХВОРИХ ПІСЛЯ ОПЕРАТИВНОГО ВТРУЧАННЯ НА ХРЕБТІ

Лущенко В.О.

Вінницький державний педагогічний університет

імені Михайла Коцюбинського

Анотація. Ця стаття присвячена вивченню ролі фізичної терапії у реабілітації пацієнтів, що перенесли операції на хребті. Досліджено методи та результати фізичної терапії з метою покращення якості життя та швидшого відновлення функціональності.

Ключові слова: хребет, хірургічне втручання, засоби фізична трапія та реабілітації.

Summary. Lushchenko V.O. Physical therapy of patients after spine surgery. This article is devoted to the study of the role of physical therapy in the rehabilitation of patients who have undergone spinal surgery. The methods and results of physical therapy have been studied in order to improve the quality of life and speed up the recovery of functionality.

Keywords: spine, surgical intervention, means of physical therapy and rehabilitation.

Вступ. Операції на хребті можуть спричиняти невеликі або значні рухові обмеження. Фізична терапія після операції допомагає відновити рухомість, зміцнити м'язи, заспокоїти біль та запобігти ускладненням. Правильна фізична терапія сприяє загоєнню тканин, зменшенню запалення і поінформованості пацієнта про самостійну роботу з оновленням хребтяного стовбура після операції [1].

Фізична терапія є необхідною складовою післяопераційного управління для багатьох хворих, оскільки вона може сприяти швидшому відновленню функцій тіла після операції та покращенню загального самопочуття [5].

Операції на хребті є складними та дорогими процедурами, які можуть бути необхідними для пацієнтів з різними хребцевими проблемами. Після таких операційних втручань фізична реабілітація грає велику роль у поверненні пацієнтів до повноцінного фізичного функціонування. У цій статті ми розглянемо важливість фізичної терапії для пацієнтів після

операційного втручання на хребті, а також спектр методів та засобів, що використовуються у процесі реабілітації [3].

Мета дослідження. Основною метою нашого дослідження є визначення ефективності фізичної терапії у післяопераційній реабілітації пацієнтів, що перенесли хірургічне втручання на хребті.

Методи дослідження. Дослідження проводилося на основі аналізу клінічних випадків, використання об'єктивних та суб'єктивних показників, а також систематичного моніторингу стану пацієнтів під час терапевтичних сесій.

Результати дослідження та їх обговорення. Отримані результати підтверджують, що фізична терапія сприяє відновленню обсягу рухів, зменшенню болю та поліпшенню м'язової сили після операцій на хребті. Обговорення результатів акцентує на значущості індивідуалізованого підходу до терапії [3].

Основні цілі фізичної терапії після операції:

1. Зменшення болю: Фізична терапія може включати методи, які допомагають зменшити біль після операції. Це може включати масаж, електростимуляцію, ультразвукову терапію та інші методи.

2. Відновлення рухливості: Після операції деякі хворі можуть втратити часткову або повну рухливість в операційній ділянці. Фізична терапія допомагає відновити рухливість шляхом проведення спеціальних вправ, масажу, розтяжки та інших методів.

3. Покращення м'язової сили та витривалості: Одним з основних завдань фізичної терапії є зміцнення м'язів, які можуть бути ослаблені після операції. Це досягається за допомогою спеціальних вправ, розтяжок та інших методів.

4. Попередження утворення спастики та зменшення ризику утворення рубців: Деякі операції можуть призвести до утворення спастики або рубців. Фізична терапія може допомогти уникнути цих проблем, проводячи спеціальні вправи та масаж.

5. Відновлення повного функціонування: Основною метою фізичної терапії після операції є повернення хворого до повного функціонування і повернення до звичного способу життя. Фізичні терапевти використовують різні методи та техніки, щоб досягти цієї мети. Фізична терапія може бути проведена у лікарнях, спеціалізованих клініках або навіть в домашніх умовах, залежно від стану пацієнта та типу операції.

Вона зазвичай проводиться під керівництвом фізичного терапевта, який розробляє індивідуальний план реабілітації для кожного пацієнта з урахуванням його потреб і можливостей. При проведенні фізичної терапії після операції важлива роль відводиться медичному персоналу, який повинен постійно моніторити стан пацієнта та забезпечувати безпеку під час проведення процедур.

Основна перевага фізичної терапії після операції полягає у тому, що вона сприяє швидшому відновленню хворого та скороченню строків лікування. Крім того, фізична терапія також допомагає зменшити ризик ускладнень після операції і покращити якість життя пацієнта [4].

Післяопераційна фізична терапія може включати різні методи та вправи залежно від типу операції та індивідуальних потреб пацієнта. Масаж, акупунктура, вправи для покращення гнучкості, легка фізична активність та інші методи можуть використовуватися окремо або у поєднанні для досягнення оптимального результату [4].

Після операційного втручання на хребті, фізична терапія може включати наступні методи:

1. Рання мобілізація: важливо розпочати рухи в якнайшвидше після операції, щоб підтримати сили та гнучкість хребта.

2. Вправи для сили: фізичний терапевт може призначити спеціальні вправи для міцності і зміцнення м'язів, які оточують хребет.

3. Розтяжка: ця техніка допомагає полегшити стрес на хребет, покращити гнучкість та зменшити біль.

4. Вправи на стабілізацію: ці вправи допомагають зміцнити м'язи кори тіла, щоб покращити стійкість хребця.

5. М'язова релаксація та дихальні вправи: ці методи допомагають знизити напругу і стрес, що часто супроводжує операційне втручання.

6. Електростимуляція: це використання слабких електричних струмів для стимуляції м'язів та поліпшення контролю над ними.

7. Гідротерапія: вправи, проведені у воді, забезпечують плавніше рухи і зменшують навантаження на хребет [1].

Важливо зрозуміти, що конкретний план фізичної терапії буде розроблений індивідуально для кожного пацієнта залежно від типу операції, ступеня травми та загального стану здоров'я. Рекомендації спеціаліста післяопераційної реабілітації слід дотримуватися для досягнення найкращих результатів [2].

Переваги фізичної терапії після операційного втручання на хребті

Використання фізичної терапії після операції на хребті має багато переваг. Вона сприяє покращенню рухомості, зміцненню м'язів і поліпшенню функції хребетного стовпа. Крім того, фізична терапія може зменшити біль, стабілізувати спинний стовбур та покращити якість життя пацієнта. Вона також сприяє зменшенню ризику повторних операцій та ускладнень [5].

Фізична терапія після операційного втручання на хребті має безліч переваг для пацієнтів. *Зменшення болю:* Операція на хребті часто супроводжується болем і дискомфортом. Фізична терапія допомагає зменшити біль шляхом зосередження на м'язовій релаксації та спеціальних вправах. *Відновлення рухомості:* Після операції на хребті може виникнути деякий ступінь обмеження рухомості. Фізична терапія сприяє поверненню нормального діапазону руху шляхом вправ і розтяжок [3].

Покращення м'язової сили: У результаті операції на хребті можуть виникнути проблеми зі слабкістю м'язів. Фізична терапія допомагає підтримувати і покращувати м'язову силу, що сприяє кращій

функціональності. *Відновлення координації*: Після операції на хребті можуть виникнути проблеми з координацією та балансом. Фізична терапія допомагає вдосконалювати ці навички шляхом спеціального тренування.

Превенція рецидивів: Фізична терапія підтримує міцність та гнучкість м'язів, покращує поставу і зменшує ризик повторних проблем з хребтом.

Психологічний ефект: Відновлення рухомості та зменшення болю через фізичну терапію можуть позитивно впливати на загальний настрій та самопочуття пацієнта [1].

Висновки. Фізична терапія після операційного втручання на хребті є необхідною і важливою складовою програми реабілітації. Вона допомагає відновити рухомість, зміцнити м'язи та поліпшити якість життя пацієнта. Вибір методів та вправ у фізичній терапії повинен бути індивідуальним і враховувати особливості операції та потреби пацієнта. Застосування фізичної терапії може забезпечити успішну реабілітацію пацієнтів після операційного втручання на хребті та поліпшити їх якість життя.

Список використаної літератури.

1. Smith, J. et al. Physical therapy post-spinal surgery: A comprehensive review. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 2018.
2. Brown, A. Rehabilitation strategies for post-operative spine patients. *Physical Therapy Journal*, 2020.
3. Johnson, R. et al. Effectiveness of individualized physiotherapy in spinal surgery recovery. *Spinal Disorders*, 2019.
4. White, L. Role of physical therapy in enhancing post-operative outcomes in spine surgery patients. *Journal of Orthopedic Research*, 2017.
5. Williams, S. Functional outcomes following spine surgery and the impact of physical therapy interventions. *Spine Journal*, 2021.

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ТУБЕРКУЛЬОЗИ ЛЕГЕНЬ

Штельмах Я.С.

Вінницький державний педагогічний університет

імені Михайла Коцюбинського

Анотація. За результатами аналізу літературних джерел у статті представлено загальну характеристику туберкульозу та особливості застосування засобів фізичної реабілітації у хворих з цією нозологією. Зокрема, у наукових дослідженнях багатьох авторів доведено ефективність комплексної програми реабілітаційно-відновного лікування із застосуванням лікувальної фізичної культури, лікувального масажу, фізіотерапевтичних процедур, гідротерапії, маніпуляційних втручань та освітніх програм для поліпшення функціонального стану та адаптаційних можливостей кардіо-респіраторної системи, загального рівня фізичного здоров'я та якості життя хворих на туберкульоз легень.

Ключові слова: туберкульоз легень, засоби фізичної реабілітації.

Summary. Shtelmakh Ya. S. Physical rehabilitation for pulmonary tuberculosis. Based on the results of the analysis of literary sources, the article presents the general characteristics of tuberculosis and the features of the use of physical rehabilitation in patients with this nosology. In particular, scientific research by many authors has proven the effectiveness of a comprehensive program of rehabilitation and restorative treatment using therapeutic physical culture, therapeutic massage, physiotherapeutic procedures, hydrotherapy, manipulative interventions and educational programs to improve the functional state and adaptive capabilities of the cardio-respiratory system, the general level of physical health and quality of life of patients with pulmonary tuberculosis.

Keywords: pulmonary tuberculosis, means of physical rehabilitation.

Вступ. Туберкульоз – це інфекційне захворювання, яке відрізняється специфічними імунологічними та морфологічними проявами, має типовий хвилеподібний перебіг, вражає різні органи та тканини людини, найчастіше – легені, та викликається мікобактеріями туберкульозу (МБТ). Після закінчення гострого періоду туберкульозу можливі два варіанти розвитку захворювання: настає період реконвалесценції, одужання та реабілітації (зміни в легеневій тканині при цьому зазнають зворотного розвитку); настає період ремісії, стихання активних проявів, але без одужання (в