

SCI-CONF.COM.UA

**INNOVATIONS
AND PROSPECTS
IN MODERN SCIENCE**



**ABSTRACTS OF I INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
JANUARY 15-17, 2023**

**STOCKHOLM
2023**

INNOVATIONS AND PROSPECTS IN MODERN SCIENCE

Proceedings of I International Scientific and Practical Conference

Stockholm, Sweden

15-17 January 2023

Stockholm, Sweden

2023

UDC 001.1

The 1st International scientific and practical conference “Innovations and prospects in modern science” (January 15-17, 2023) SSPG Publish, Stockholm, Sweden. 2023. 425 p.

ISBN 978-91-87224-02-7

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Innovations and prospects in modern science. Proceedings of the 1st International scientific and practical conference. SSPG Publish. Stockholm, Sweden. 2023. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/i-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-innovations-and-prospects-in-modern-science-15-17-01-2023-stokholm-shvetsiya-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: sweden@sci-conf.com.ua

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

©2023 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2023 SSPG Publish ®

©2023 Authors of the articles

12. *Дорошенко Е. Ю., Лукашенко Л. В., Олійник М. О., Москвітіна Д. А.* 58
СКАНДИНАВСЬКА ХОДЬБА ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ
ЗАХВОРЮВАНЬ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ
13. *Каримкулова Б. Р., Кадиров Т. О., Кодирова Тамила Фарход Кизи, Тулаганов Давлатбек Тожибой огли.* 62
К ВОПРОСУ ДИНАМИКИ ОНКОЛОГИЧЕСКОГО
ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДКА
14. *Коваленко Н. І., Вовк О. О., Новікова І. В.* 70
АНАЛІЗ ЗНАЧУЩОСТІ ТА АНТИБІОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТІ
КОКОВОЇ МІКРОФЛОРИ ПРИ НАЗОФАРИНГІТАХ
15. *Малик Н. В., Клименко Д. Ю., Гамаюн А. М.* 75
ЗАСТОСУВАННЯ НЕСТЕРОЇДНИХ ПРОТИЗАПАЛЬНИХ
ЗАСОБІВ В ПРАКТИЦІ СІМЕЙНОГО ЛІКАРЯ
16. *Марченко А. С., Гуманець К. Р., Пащенко Г. І.* 78
ФАКТОРИ РИЗИКУ РОЗВИТКУ РАКУ ЛЕГЕНІВ
17. *Миронюк І. С., Слабкий Г. О., Танчинець С. В.* 81
ДО ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ НАСЕЛЕННЯ
МОЛОДОГО ВІКУ ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ГРОМАД УКРАЇНИ В
УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ
18. *Підлубний В. Л., Мирний С. П., Щуров М. Ф., Ганошенко Ю. А.* 87
НАПРЯМИ КОМПЛЕКСНОЇ МЕДИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ПЕРЕБУВАННЯ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ
УМОВАХ
19. *Прохоренкова З. О., Баусов Є. О.* 90
ДОДАТКОВИЙ ПЕРЕДОПЕРАЦІЙНИЙ КИСЕНЬ ДЛЯ
ЗНИЖЕННЯ ЧАСТОТИ ІНФІКУВАННЯ ХІРУРГІЧНОЇ РАНИ
20. *Расулова Х. А., Тулаганов Давлатбек Тожибой огли, Ким Е. В., Фомина К. А.* 93
ДИНАМИКА ПАТОЛОГИИ ПЕЧЕНИ В СТРУКТУРЕ
ЗАБОЛЕВАНИЙ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ
21. *Расулова Х. А., Ким Е. В., Тулаганов Давлатбек Тожибой огли, Фомина К. А.* 100
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ОСТРОЕ
НАРУШЕНИЕ МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ
22. *Слабкий Г. О., Картавцев Р. Л.* 108
ПРАКТИЧНЕ ЗНАЧЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОГО
КЛАСИФІКАТОРА МЕДИЧНИХ ВИРОБІВ ДЛЯ ВИРОБНИКІВ
МЕДИЧНИХ ВИРОБІВ
23. *Тимошина О. В., Єременко А. В., Юрченко А. О., Конюшевська А. А.* 112
КЛІНІЧНІ ПРОЯВИ ТА ЧАСТОТА ВИПАДКІВ ВРОДЖЕНОЇ
ГІПОТРОФІЇ НОВОНАРОДЖЕНИХ

СКАНДИНАВСЬКА ХОДЬБА ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ

Дорошенко Едуард Юрійович,
д.фізвих., професор
Лукашенко Ланна Віталійовна,
д.мед.н., професор
Олійник Михайло Олександрович,
к.фізвих., старший викладач
Москвітін Дар'я Анатоліївна,
к.філол.н., доцент
Запорізький державний медичний університет,
Запоріжжя, Україна

Вступ. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (2016), серцево-судинні захворювання є найбільш частою причиною летальних випадків у глобальному масштабі. Зазвичай, до серцево-судинних захворювань відносять ішемічну хворобу серця, інсульт, серцеву недостатність, кардіоміопатію, аритмію, вроджені та набуті вади серця, аневризму аорти, хвороби периферійних артерій, тромбози і тромбофлебіти.

Фахівці стверджують, що близько 75% летальних випадків від серцево-судинних захворювань припадає на країни з відносними показниками низького та середнього рівню прибутку.

Ця проблематика є актуальною та своєчасною для України, яка протягом останніх років потерпає від впливу глобальної пандемії COVID-19 і збройної агресії РФ, що істотно знижує фінансові статки і якість життя переважної більшості населення.

Внаслідок цього, активуються чинники, які є основою для розвитку серцево-судинних патологій: гіподинамічні явища, що провокують недостатнє навантаження на серцевий м'яз; нераціональне харчування, яке призводить до зниження гемодинамічних показників судинного кровотоку; нервово-емоційні перевантаження, що призводять до підвищення рівня адреналіну у крові й збільшення показників артеріального тиску.

У цих умовах, провідними факторами зниження кількісних показників летальних випадків від серцево-судинної патології є профілактичні заходи.

Одним з ефективних засобів профілактики серцево-судинних захворювань, фахівці вважають скандинавську ходьбу («Nordic Walking»).

Мета роботи: огляд використання засобів скандинавської ходьби у профілактиці серцево-судинних патологій.

Матеріали та методи: аналіз наукової та методичної літератури, даних мережі «Internet»; аналіз медичних карт пацієнтів; клінічні спостереження; педагогічні спостереження; педагогічне тестування; узагальнення та систематизація отриманих результатів.

Результати та обговорення. У сучасній доказовій медицині та реабілітаційній практиці скандинавську ходьбу почали використовувати як ефективний засіб лікувальної фізичної культури наприкінці ХХ століття. На сьогодні, скандинавська ходьба є ефективним засобом оздоровлення та фізичної реабілітації організму пацієнтів (клієнтів).

Фахівці з фізичної та реабілітаційної медицини, з фізичної реабілітації та лікувальної фізичної культури до істотних переваг скандинавської ходьби як засобу профілактики серцево-судинних патологій відносять:

- мінімальний ризик травматизації (скандинавська ходьба істотно зменшує навантаження на нижні кінцівки і хребет, що мінімізує ризик їх травматизації);

- скандинавська ходьба досить проста у технічному виконанні, кондиційні тренування можуть відвідувати пацієнти (клієнти) з різним рівнем поточної фізичної підготовки і попереднього рухового досвіду;

- під час безпосереднього виконання елементарних циклічних локомоцій

у скандинавській ходьбі в організмі пацієнтів (клієнтів) працює близько 90% усіх м'язів. Підраховано, що в процесі тренування зі скандинавської ходьби, організм витрачає близько $700 \text{ ккал} \cdot \text{год}^{-1}$, на 46% більше, ніж при звичайній ходьбі (S. Girold і співавт., 2017);

- оптимізація діяльності серцево-судинної системи. Регулярні тренування зі скандинавської ходьби нормалізують гемодинамічні характеристики серцево-судинної системи, покращують забезпечення киснем і трофічні процеси у внутрішніх органах, активують метаболічні процеси в організмі пацієнтів (C. Vehi і співавт., 2017).

Для найбільш раціонального використання скандинавської ходьби в якості ефективного засобу профілактики виникнення і розвитку серцево-судинних необхідно дотримуватися методичних рекомендацій (К. Брящей, 2019):

- вибір довжини палок: зріст (см) $\times 0,66$ – довжина палиці, що дозволяє проходити маршрути в легкому темпі; зріст (см) $\times 0,68$ – оптимальна довжина для середнього фізичного навантаження; зріст (см) $\times 0,70$ – оптимальна довжина для високого фізичного навантаження;

- раціональна техніка елементарних локомоцій, яка, в цілому, імітує лижну техніку класичного стилю (для середніх і високих фізичних навантажень);

- обрання маршруту (довжина, складність рельєфу) з урахуванням поточного рівня фізичної підготовленості, погодних умов і естетичного сприйняття навколишнього пейзажу.

Оптимальне фізичне навантаження при тренуваннях зі скандинавської ходьби визначається індивідуально та залежить від наступних чинників: поточного рівня фізичної підготовки, попереднього рухового досвіду, загального стану, статі, віку та наявних супутніх патологій, тощо. Важливо контролювати реакцію серцево-судинної системи на навантаження шляхом вимірювання частоти пульсу та виконання функціональних проб.

Висновки. Скандинавська ходьба є простим і доступним видом оздоровчо-рекреаційної рухової активності пацієнтів (клієнтів). Завдяки можливості оптимального вибору фізичного навантаження, скандинавську ходьбу можна рекомендувати для використання широким верствам населення як засіб оздоровлення організму, фізичної реабілітації пацієнтів після перенесених захворювань серцево-судинної системи, в тому числі, які ускладнені захворюваннями опорно-рухового апарату, та як ефективних засіб профілактики виникнення та розвитку серцево-судинних патологій.