



Міністерство охорони здоров'я України
Національний фармацевтичний університет
Кафедра фізичної реабілітації і здоров'я
Громадська організація реабілітологів
Медичний центр фізичної реабілітації «FIZIO»



«МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ МЕДИЦИНІ»

**Збірник тез IV Всеукраїнської
конференції**



28 березня 2025 року, м. Харків



Мельник О.О., Верховодова Ю.В.	141
СКАНДИНАВСЬКА ХОДЬБА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ТА ДОСТУПНИЙ МЕТОД ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ	
Меркулова Д. О.	144
СУЧАСНІ ПІДХОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ РАННЬОГО ВІКУ З М'ЯЗОВОЮ ГІПОТОНІЄЮ	
Музика В.І., Терещенко А.В.	149
РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ПОПЕРЕДЖЕННЯ РОЗВИТКУ БОЛЮ У ПЛЕЧІ В ОСІБ, ЯКІ КОРИСТУЮТЬСЯ КРІСЛАМИ КОЛІСНИМИ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО УРАЖЕННЯ СПИННОГО МОЗКУ	
Нагорна О. М.	151
ПИТАННЯ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ВТРУЧАННЯ ПРИ ОПЕРАТИВНОМУ ЛІКУВАННІ ГОНАРТРОЗУ	
Пащенко А.С., Невелика А.В., Сутула О.В.	153
ОЦІНКА БОЛЮ ПРИ ТЕНДИНОПАТІЇ АХІЛЛОВОГО СУХОЖИЛЛЯ В БАДМІНТОНІСТІВ	
Перегінець М.М., Черненко О. Є.	155
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ТРАВМАТИЧНОМУ УШКОДЖЕНІ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ	
Постоногова А.О., Шевчук Ю.В.	158
ЕРГОТЕРАПІЯ ПРИ АМПУТАЦІЯХ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК	
Поцелуєв В. І.	161
ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КЛІНІЧНОГО НАВЧАННЯ ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ ЗГІДНО ЗАКОНОДАВЧИХ, ЕТИЧНИХ ТА ПРАКТИЧНИХ ПРОФЕСІЙНИХ НАСТАНОВ	
Прокопов Д.О., Мятига О.М.	164
ТЕРАПЕВТИЧНІ ВПРАВИ НА ЕТАПІ АМБУЛАТОРНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ПЕРЕЛОМІВ ЛІКТЬОВОГО СУГЛОБА	
Радіонова В.Р.	168
АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ	
Роменська Д.О., Сафронов Д.В.	171
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ КОНТРАКТУРАХ ПІСЛЯ МІННО-ВИБУХОВОЇ ТРАВМИ НА ПІДГОСТРОМУ ЕТАПІ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Руденко А.М.	175
КЛІНІЧНІ ІНСТРУМЕНТИ ОБСТЕЖЕННЯ ДІТЕЙ ІЗ ВРОДЖЕНОЮ ДИСПЛАЗІЄЮ КУЛЬШОВИХ СУГЛОБІВ	
Русанов О.В., Звіряка О.О.	178
РАННЯ РЕАБІЛІТАЦІЯ ОСІБ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО ІНФАРКТУ МІОКАРДА	



ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ТРАВМАТИЧНОМУ УШКОДЖЕНІ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ

Перегінець М.М., Черненко О. Є.

*Запорізький державний медико-фармацевтичний університет,
м. Запоріжжя, Україна, chernenko.e7@gmail.com*

Вступ. Травматичні ушкодження верхньої кінцівки є поширеними серед населення та можуть значно обмежувати функціональну активність пацієнта. Відновлення після таких травм потребує комплексного підходу, де фізична терапія відіграє ключову роль у відновленні рухливості, сили м'язів та координації.

Важливе значення має своєчасне й коректне втручання фізичних терапевтів, оскільки це допомагає уникнути ускладнень, таких як контрактури, м'язова атрофія, порушення трофіки тканин тощо. Тому пошук та впровадження сучасних ефективних методик фізичної терапії, які сприяють зменшенню больового синдрому, запобіганню ускладненням та покращенню якості життя пацієнтів, є вкрай актуальним.

Мета дослідження – оцінити ефективність фізичної терапії при травматичних ушкодженнях верхньої кінцівки та визначити оптимальні методи реабілітації для відновлення її функціональних можливостей.

Матеріали та методи. Для досягнення визначеної мети було проведено аналіз сучасних наукових джерел, використовуючи пошукові бази даних мережі Інтернет (Scopus, Web of Science, PubMed, Google Scholar, PEDro), здійснено огляд матеріалів, що стосуються фізичної реабілітації пацієнтів із травматичними ушкодженнями верхньої кінцівки.

Результат та його обговорення. У сучасних реаліях попит на фізичну терапію значно зріс, адже все більше людей усвідомлюють, що ефективне відновлення після травм неможливе без якісної реабілітації. Фізична терапія при травматичних ушкодженнях верхньої кінцівки є важливим етапом у відновленні функціональності та якості життя пацієнта.

Травми верхніх кінцівок, чи то переломи, вивихи, розтягнення або розриви м'язів і зв'язок, можуть суттєво обмежити рухливість та здатність до виконання повсякденних завдань. Травматичні пошкодження верхньої кінцівки нерідко спричиняють значне зниження функціональних можливостей, і без



відповідного лікування пацієнт може втратити здатність виконувати звичні повсякденні завдання. Однак завдяки правильно підібраній фізичній терапії можна значно прискорити процес одужання, мінімізувати ускладнення та відновити нормальну функцію кінцівки.

Фізичний терапевт відіграє центральну роль у процесі відновлення. Його обов'язки включають не лише оцінку стану пацієнта на основі візуального огляду та аналізу рухів, але й проведення детальної діагностики, тестування та розробку персоналізованого реабілітаційного плану, який враховує специфіку травми та індивідуальні особливості пацієнта.

Основними методами реабілітації при травматичному ушкодженні верхньої кінцівки є:

5. Кінезіотерапія. Включає активні та пасивні вправи для покращення сили, витривалості й гнучкості м'язів. Цей метод допомагає пацієнту відновити функціональність кінцівки та адаптуватися до щоденних завдань.

6. Мануальна терапія. Метод, який покращує рухливість суглобів, зменшує м'язову напругу та нормалізує кровообіг, що знижує біль і прискорює процес загоєння.

7. Фізіотерапевтичні процедури (магнітотерапія, електростимуляція, ультразвукова терапія). Застосовується для стимуляції м'язів електричними імпульсами, що зміцнює їх тонус, покращує трофіку тканин, прискорює процес відновлення, зменшує запальні процеси, покращує кровообіг і стимулює регенерацію тканин, цей метод є важливим елементом реабілітації.

8. Кінезіотейпування. Стабілізує ушкоджені ділянки, зменшує біль та навантаження на кінцівку, що сприяє поліпшенню рухової функції.

9. Ерготерапевтичні методи для відновлення повсякденних навичок.

Процес реабілітації умовно можна поділити на кілька етапів, кожен з яких має свої особливості та завдання. Перший, гострий період після травми, зазвичай триває від кількох днів до тижня. На цьому етапі основною метою є зменшення болю та запалення. Пацієнту можуть призначатися холодові процедури, підвищене положення кінцівки, а також ізометричні вправи для підтримки м'язового тону та профілактики атрофії. Однак активно рухатися не рекомендується, щоб не викликати додаткових пошкоджень.

Другий етап – підгострий період – починається, коли основний біль зменшується і травмована ділянка заживає. В цей час важливо поступово відновлювати рухливість суглобів і м'язів. Кінезіотерапія стає основним



методом, включаючи пасивні та активні рухи для поліпшення рухливості. Застосовуються також фізіотерапевтичні методи, такі як електростимуляція або УВЧ-терапія, які сприяють відновленню тканин і покращують кровообіг.

На відновному етапі, коли кінцівка повністю зростається, пацієнт починає виконувати більш складні вправи для зміцнення м'язів, поліпшення витривалості та відновлення координації. Важливо не лише відновити фізичну функцію, а й адаптувати пацієнта до звичних побутових і трудових навантажень. У цей час можуть бути корисними вправи, що імітують повсякденні рухи, для максимального наближення до природної функціональності кінцівки.

Завершуючи реабілітацію при травматичних ушкодженнях верхньої кінцівки, слід наголосити, що кожен етап фізичної терапії має своє значення для відновлення функціональності руки. Важливо, щоб реабілітаційна програма була розроблена індивідуально, з урахуванням специфіки травми та потреб пацієнта, що забезпечить найбільш ефективне та безпечне відновлення.

Висновки. Фізична терапія є важливим методом реабілітації при травматичних ушкодженнях верхньої кінцівки. Використання комплексного підходу сприяє швидшому відновленню функцій кінцівки та покращенню якості життя пацієнтів. Подальші дослідження необхідні для вдосконалення реабілітаційних програм та підбору найбільш ефективних методик.