

# ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІСЛЯ ТРАВМУВАННЯ КРУПНИХ СУГЛОБІВ

Гладченко О.М., Берловський Д.А.

Національний фармацевтичний університет, Харків, Україна

Проблеми з суглобами зустрічаються у молодих, дорослих і літніх людей, як у професійних спортсменів, так і у людей які рідко займаються спортом. Найбільш частою патологією опорно-рухового апарату є травми колінного гомілкового та плечового суглобів, які складають 10-25% всіх пошкоджень кінцівок, а серед останніх на долю пошкоджень менісків та зв'язкового апарату колінного суглоба доводиться 80,7-84,8%. В останні роки одним із найбільш ефективних методів реконструкції суглобів після травм є артроскопічна операція. Більшість дослідників рекомендує застосування ранніх засобів і методів фізичної реабілітації для зменшення ускладнень і підвищення якості відновлення рухової функції. На основі діагностичних даних підбирається персональна схема фізичної реабілітації. Вона може складатися як з одного метода так і мати комплексний підхід. Застосування сучасного обладнання та новітніх методів фізичної терапії (декомпресійна терапія, нейро-м'язова активація, механотерапія, фізіотерапія) забезпечує відновлення пошкодженої функції опорно-рухового апарату. Щоб такі дії принесли бажані результати, всі вправи повинні виконуватися в умовах повної відсутності болю протягом всього періоду фізичної реабілітації.

Однією з сучасних методик, які є основою реабілітації при травмах суглобів є пропріорецептивна нейро-м'язова фасилітація (PNF) -метод полегшення спільної роботи м'язів і нервів за допомогою адекватної стимуляції пропріоцепторів і екстероцепторів. Мета методики: досягнення кращої іррадіації -здатність нервового процесу поширюватися з місця свого виникнення на інші нервові елементи, за допомогою тракції та апроксимації досягти покращення в рухах пошкодженого суглобу, позбавлення болю та збільшення амплітуди руху, посилення м'язового тону в кінцівці.

При використанні методики Малліганаодночасно застосовується допоміжна мобілізація активних рухів пацієнта. Завдяки застосуванню цих технік очікується швидке поліпшення суглобової функції і зменшення болю. Фізіотерапія за допомогою спеціальних медичних пристроїв надає позитивну фізико-хімічну дію на організм пацієнта.

Завдяки фізіотерапії підвищується здатність хрящової тканини до засвоєння активних компонентів з лікарських засобів, що дозволяє знизити дозування препаратів і загальне медикаментозне навантаження на організм. Також активується процес регенерації хрящової тканини і здійснюється подавлення механізмів, що провокують запальний процес.