

## КІНЕЗІОТЕРАПІЯ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Карабут Л.В.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

[karabutlara@gmail.com](mailto:karabutlara@gmail.com)

**Вступ.** Кінезіотерапія (лікування рухом) – напрям фізичної терапії, під час якого виконуються активні та пасивні рухи, вправи лікувальної гімнастики, робота на тренажерах для досягнення конкретного терапевтичного результату. Це самостійна реабілітаційна дисципліна, яка спирається на досвід і ґрунтується на всіх інших суміжних дисциплінах і включає в себе як теорію, так і методіку фізичної терапії. Кінезіотерапія здійснюється у взаємодії між пацієнтом і терапевтом з метою поліпшення і підтримки в здоровому стані, профілактики рецидивів, сприяє досягненню психофізичного комфорту особи та лікуванню пацієнта, являє собою науково-прикладну діяльність, в якій поєднуються знання: медицини, педагогіки, анатомії, фізіології, біохімії.

Кінезіотерапію поділяють на дві складових: активні та пасивні заходи лікування. Під час активного методу лікування хворий бере активну участь у реабілітаційному процесі, пасивна кінезіотерапія проводиться за допомогою реабілітолога, з використанням спеціального обладнання та тренажерів.

**Мета.** Навести значущість кінезіотерапії, як напряму реабілітаційного лікування. Завдяки різноманітним засобам кінезіотерапії, можна обрати індивідуальні вправи для кожного хворого, діагноз, вік, наявність супутньої патології, емоційний стан.

**Матеріали та методи.** Перелік типових вправ: вправи для плечового пояса і верхніх кінцівок, горизонтальне розведення і зведення верхніх кінцівок, горизонтальне розведення і зведення верхніх кінцівок в положенні лежачи, вправа опору плечового пояса і верхніх кінцівок з використанням мотузки KS/04, вправа опору сідничних м'язів в підвісному положенні, тракція (витягнення) поперекового відділу хребта, загальне або повне розвантаження ваги пацієнта, тракція (витягнення) шийного відділу хребта за допомогою петлі Глісона, тракція (витягнення) шийного відділу хребта в положенні лежачи на реабілітаційному столі, вправи на роторах для верхніх і нижніх кінцівок.

При захворюваннях опорно-рухового апарату, хребта та суглобів застосування кінезіотерапії є особливо важливим та ефективним засобом під час реабілітаційного лікування хворих з метою усунення больового синдрому, нормалізації м'язового тону та відновлення об'єму рухів.

**Результати та їх обговорення.** Кінезіотерапевтичні вправи є загально зміцнювальними, вони спрямовані на оздоровлення і зміцнення кістково-м'язової системи та всього організму.

**Висновки.** При остеохондроз хребта, протрузіях міжхребцевих дисків, викривленнях хребта – сколіозі та кіфозі з помірним больовим синдромом, порушення постави, артрозах плечових та колінних суглобів (після проведеного медикаментозного лікування), кінезіотерапія є пусковим механізмом для активної участі пацієнта в реабілітаційному лікувальному процесі.