

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ДЕМЕНЦІЇ

Крилевська К.А.

Науковий керівник: Жаботинська Н.В.

Національний фармацевтичний університет, Харків, Україна

krylevska196763@gmail.com

Вступ. Деменція – це стійке порушення когнітивних функцій людини, набуте у результаті захворювання або травми головного мозку. За останні роки кількість людей, що стикаються з деменцією, стабільно зростає, створюючи глобальну проблему. Згідно із звітом Alzheimer's Disease International 2014 року, в світі вже було 44 мільйони хворих на деменцію, а прогнози на 2030-2050 роки вказують на подвоєння та потроєння цього показника. Україна також не залишається осторонь, де станом на 2013 рік було зафіксовано 51 612 випадків деменції. Глобально деменція стає визначальною причиною інвалідності серед похилого населення, суттєво погіршуючи якість життя як самого пацієнта, так і його родини та оточуючих. У різних ступенях цього захворювання відзначаються труднощі виконання повсякденних справ, починаючи від складних діяльностей до базових функцій.

Деменція, може виникати з численних причин, включаючи захворювання ЦНС та травми головного мозку. Розрізняють деменції, пов'язані з дегенеративними неврологічними захворюваннями, і ті, що виникають в результаті різноманітних неврологічних та соматичних захворювань. До дегенеративних захворювань, які можуть спричинити деменцію, входять хвороба Альцгеймера, хвороба Паркінсона, хвороба Гестінгтона, спинно-церебральні дегенерації та інші. Серед інших причин виникнення можна виділити інтоксикації, інфекції, метаболічні розлади, гідроцефалію, черепно-мозкові травми та судинні захворювання.

Клінічні прояви деменції значно різняться в залежності від її причин. Наприклад, хвороба Альцгеймера характеризується погіршенням пам'яті, уваги, порушенням просторової орієнтації та іншими когнітивними дефіцитами. Деменція з тільцями Леві супроводжується руховими порушеннями, зоровими галюцинаціями та іншими особливостями. При легкому ступені деменції виникають труднощі у виконанні складних завдань, таких як робота та соціальна активність. При помірному ступені особа здатна важко користуватися побутовою технікою та виникають труднощі в області виконання домашньої роботи. При важкому ступені хворі повністю залежать від допомоги інших та неспроможні обслуговувати себе самостійно. Захворювання також негативно впливає на рухову діяльність, знижуючи просторову орієнтацію та м'язову силу, що збільшує ризик падінь та переломів. Прогресування когнітивних порушень і розладів емоційно-вольової сфери призводить до соціальної ізоляції, зменшення фізичної активності та участі в групових заняттях.

Для діагностики деменції використовуються критерії, затверджені Міжнародною класифікацією хвороб 10-го прийняття. Вони включають порушення пам'яті та інших когнітивних функцій, порушення контролю над емоційною сферою та зміни в соціальній поведінці. Для оцінювання стану пацієнтів використовують різноманітні тести та шкали, такі як *The Mini-mental State Examination* для оцінки когнітивного стану та *The Bristol Activities of Daily Living Scale* для оцінки повсякденної діяльності. Також важливо враховувати рівень болю та рівновагу, використовуючи відповідні шкали. Методи оцінювання рухів, такі як гоніометрія та кистьова динамометрія, можуть допомогти в оцінці силового компоненту у хворих на деменцію.

Важливу роль у підвищенні функціональності при деменції може відіграти фізична реабілітація. Фізична реабілітація осіб з деменцією спрямована на підвищення фізичної

активності та попередження розвитку супутніх захворювань. У процесі складання програми фізичної реабілітації особливу увагу потрібно звернути на формування незалежності хворого від допомоги інших людей

Мета дослідження. Вивчити можливості впливу фізичної реабілітації на фізичний стан людини з деменцією та представити варіації застосування фізичної реабілітації при даному захворюванні

Матеріали та методи. У процесі дослідження використано методи аналізу та синтезу сучасних джерел інформації: Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої), третинної (високоспеціалізованої) та паліативної медичної допомоги при деменції, затверджений МОЗ України в 2016 році та гайдлайн NICE «Dementia. Supporting people with dementia and their carers in health and social care».

Результати дослідження. Результати різних досліджень підтверджують, що фізичні вправи можуть мати позитивний вплив на когнітивні функції та затримку прогресування когнітивних змін при деменції. Включення різноманітних видів вправ, таких як аеробні, силові, вправи на гнучкість та рівновагу, можуть бути корисним елементом програми реабілітації для підтримки пацієнтів із деменцією.

Багато хворих мають проблеми зі слухом, тому адаптація занять до особливостей слуху важлива при роботі з пацієнтами з деменцією. Повторення простих і знайомих слів, використання позитивних вказівок та уникання негативних можуть полегшити сприйняття і покращити ефективність комунікації з цією аудиторією. Також заняття з пацієнтами хворими на деменцію ефективніше проводити у їхньому звичному оточенні, уникаючи різних відволікаючих чинників.

Рекомендації від Alzheimer's Society підкреслюють важливість регулярної активності протягом тижня для пацієнтів із деменцією, враховуючи їхні можливості та потреби. Багато наукових досліджень базуються на програмах, спрямованих на підвищення рухливості, особливу увагу приділяючи ходьбі. Alzheimer's Society рекомендує різноманітні види фізичної активності, такі як ходьба, плавання, танцювальні вправи, активні вправи у вихідному положенні сидячи та Тай Чі для пацієнтів з легким та середнім ступенем деменції. Заняття фізичною активністю рекомендується проводити протягом 30 хвилин 5 разів на тиждень. При важкому ступені деменції фізичні вправи можуть відрізнятися від зміни положення з сидячи на стоячи, до ходьби на короткі дистанції. Для вирішення основних завдань фізичної реабілітації таких як: підвищення фізичної активності; тренування витривалості, координації та рівноваги; покращення дрібної моторики; покращення діяльності серцево-судинної та дихальної систем; вповільнення прогресування когнітивних порушень, потрібно використовувати активні та пасивні вправи по всій амплітуді руху, вправи для тренування рівноваги, силові вправи, ходьбу по сходах, вправи на розслаблення. Фізична реабілітація має бути спрямована на підвищення рівня самостійності людини та зменшення соціальної ізоляції. У цьому велику роль відіграє проведення занять у групах.

Висновки. Аналізуючи наукові джерела можна зробити висновок, що у світі проводяться активні дослідження впливу фізичної терапії на стан людей з деменцією. Поки що існують загальні рекомендації щодо використання фізичної реабілітації та працетерапії для поліпшення життя хворих з деменцією. Якщо брати до уваги поширення деменції та її негативний вплив на життя людей в світі, важливо акцентувати увагу на створенні методики фізичної реабілітації для поліпшення якості життя цих хворих.