



СПЕЦИФІКА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Стеблюк Е. Е., Дубовенко Д. О.

*ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
м. Ужгород, Україна, mf.stebliuk.eduard@student.uzhnu.edu.ua,
dmytro.dubovenko@uzhnu.edu.ua*

Вступ. Фізична реабілітація як складова медичної допомоги, спрямована на відновлення фізичних можливостей пацієнтів після травм, операцій, захворювань. В умовах сучасної медицини ця галузь удосконалюється з урахуванням новітніх вітчизняних та закордонних підходів у реабілітації. У зв'язку з воєнним станом зростає потреба у спеціалізованих методах реабілітації військових, постраждалого населення із використанням протезів, адаптивних методик тренування. Реабілітаційні заходи спрямовані не лише на відновлення, а й на запобігання вторинним ускладненням, таким як м'язова атрофія, тромбози та інші наслідки тривалої нерухомості. Завдяки розвитку цифрових технологій пацієнти можуть отримувати консультації та виконувати реабілітаційні вправи вдома під контролем фахівців за допомогою онлайн-платформ та мобільних додатків.

Мета статті: розкрити особливості фізичної реабілітації за умов сьогодення та особливості мультидисциплінарного підходу у цьому процесі.

Матеріали та методи. Наукові праці учених, аналіз, синтез, узагальнення.

Результати та їх обговорення. У сфері охорони здоров'я набирає розвитку система реабілітаційної допомоги, враховуючи реальну ситуацію із захворюваністю і травмуванням внаслідок війни, стійкою втратою працездатності, втратою трудових ресурсів і нагальною потребою їх відновлення, є потреба більш інтенсивного і прискореного розвитку в системі громадського здоров'я фізичної терапії та реабілітації на всіх рівнях – від об'єднаних територіальних громад до спеціалізованих закладів медичної служби. Фізична реабілітація не обмежується лише фізичними вправами. Комплексний підхід у відновленні здоров'я пацієнта об'єднує фахівців сфери медицини, психології та реабілітації для досягнення позитивної динаміки. До процесу залучаються клінічні психологи, дієтологи, фізіотерапевти, що забезпечує мультидисциплінарну взаємодію. Їх професійна діяльність спрямована на: визначення програми реабілітації та контролю її виконання, проведення рухової та мануальні терапії, відновлення м'язової сили та координації; допомогу в адаптації до повсякденного життя, використання допоміжних засобів; врегулювання емоційного стану пацієнта, подолання



стресу та депресії; забезпечення соціальної адаптації та взаємодії з відповідними службами.

Реабілітаційна допомога пацієнтам надається на первинному та спеціалізованому рівнях медичної допомоги. На первинному рівні реабілітація здійснюється лікарями загальної практики, сімейними лікарями та іншими фахівцями на амбулаторному рівні. Вона включає профілактику ускладнень, відновлення базових функцій організму. Спеціалізований рівень передбачає допомогу у реабілітаційних центрах, лікарнях або санаторіях, де вузькопрофільні спеціалісти проводять комплексне лікування та відновлення пацієнтів в гострому, післягострому та довготривалому реабілітаційних періодах.

Процес реабілітації повинен починатися з моменту стабілізації життєвих показників пацієнта, оптимально у перші 24–72 години після стабілізації. Тривале знерухомлення після отриманої травми збільшує тривалість процесу відновлення та знижує ефективність самої реабілітаційної допомоги, адже через відсутність рухової активності страждають не лише м'язи, а й психоемоційний стан людини, що може сприяти розвитку посттравматичного стресового розладу та погіршенню загальної симптоматики.

Реабілітація в Україні проводиться за принципами, які визначені у нормативно-законодавчій базі: пацієнтоцентричність (планування та проведення реабілітації з урахуванням потреб, можливостей та побажань особи, якій надається реабілітаційна допомога); цілеспрямованість (організація процесу реабілітації має спрямовуватися на досягнення довго- та короткострокових завдань); своєчасність (реабілітація має розпочинатися під час гострого реабілітаційного періоду або одразу після стабілізації стану здоров'я з хронічним перебігом); функціональна спрямованість (реабілітаційна допомога має бути спрямована на досягнення оптимального рівня функціонування та якості життя особи у її середовищі) тощо.

Застосування новітніх методів і технік реабілітації, як-от віртуальної реальності та робототехніки може покращити результати реабілітаційного процесу. Успіх залежить від мотивації та залученості самого пацієнта до процесу відновлення, тому увагу акцентуємо й на ролі клінічного психолога у цьому процесі. Мультидисциплінарний підхід дозволяє впливати на всі сторони життя пацієнта та є особливо важливим у складних випадках, коли необхідна скоординована робота кількох спеціалістів.

Висновки. Фізична реабілітація має значення не тільки для фізичного, але й для психологічного та соціального відновлення пацієнтів. Комплексний підхід, індивідуалізація лікування та впровадження новітніх технологій дозволяє значно покращити якість життя людей після травм та захворювань.