



Міністерство охорони здоров'я України  
Національний фармацевтичний університет  
Кафедра фізичної реабілітації і здоров'я  
Навчально-науковий інститут терапії та  
реабілітації Національного фармацевтичного  
університету (Філія)



Громадська організація реабілітологів  
Медичний центр фізичної реабілітації «FIZIO»



## **«МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ МЕДИЦИНІ»**

**Збірник тез V Всеукраїнської конференції**



**20 березня 2026 року, м. Харків**



## РОЛЬ РОСЛИННИХ АНТИОКСИДАНТІВ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

*Опрошанська Т.В., Скребцова К.С.*

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна*

*[arctium55@ukr.net](mailto:arctium55@ukr.net)*

**Вступ.** Екологічна ситуація в нашій країні вимагає невідкладних дій. Це стосується взагалі здоров'я нації. Значне місце у збереженні та відновленні здоров'я займає профілактика захворювань та долучення до терапії фітозасобів, що відповідають сучасній концепції поліфармакології.

Зокрема, рослинні антиоксиданти відіграють важливу роль у фізичній реабілітації, допомагаючи зменшити окислювальний стрес та запалення, які виникають після інтенсивних навантажень або травм. Вони сприяють швидшому відновленню м'язових волокон та покращують загальну функціональність організму.

**Мета.** Окреслити напрямки застосування рослинних антиоксидантів у фармакотерапії патологічних станів.

**Матеріали та методи.** Контент-аналіз літературних джерел міжнародних наукометричних платформ (Scopus, Web of Science), галузевих баз (PubMed, IEEE Xplore, EconBiz) та пошукових систем відкритого доступу (Google Scholar, BASE, ScienceDirect), маркетплейсів kasta.ua, rozetka, prom.ua.

**Результати.** Аналіз доступних джерел показав досить потужний ринок природних, зокрема, рослинних, антиоксидантів. Ці сполуки безпосередньо впливають на швидкість відновлення тканин під час реабілітаційних заходів. Такими засобами є препарати Детролекс, Кратал, Корвітин, засоби із живокостом тощо.

Велика група сполук, що містяться у різних видах лікарської рослинної сировини, також у фруктах, овочах та чаї – це поліфеноли, що здатні зменшувати пошкодження м'язів, яке зберігається до 96 годин після навантаження. Багатьом ягодам надають насиченого кольору антоціани. Дослідження показують, що вони ефективно знижують м'язовий біль та запалення після вправ. Каротиноїди захищають клітинні мембрани від вільних радикалів. Джерелами  $\beta$ -каротину, лікопіну є морква, томати та гарбуз. Флавоноїди (наприклад, кверцетин) – це потужні агенти для стимуляції відновлення м'язів та поліпшення роботи мітохондрій. Їх застосовність обмежена індивідуальною непереносимістю інгредієнтів, низьким рівнем обізнаності фахівців, населення та, іноді, невірними схемами фармакотерапії.

Перспективами досліджень є той факт, що, зважаючи на стрімкість розвинення подій у 21 сторіччі, актуальним є створення комплексних або



комбінованих лікарських засобів, що будуть поєднувати різні види лікарської рослинної сировини або їх витяги з іншими природними чи синтетичними активними фармацевтичними інгредієнтами.

**Висновки.** Таким чином, природні, зокрема рослинні, антиоксиданти відіграють важливу роль у профілактиці та терапії таких проблем як враження опорно-рухової системи, покращення імунітету, загального зміцнення організму.