



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



ВПЛИВ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ВПРАВ У РАЗІ ГІПЕРТОНІЧНОЇ ХВОРОБИ НА ДОВГОСТРОКОВОМУ ЕТАПІ

Панова А.С., Мятига О.М.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

alyonanovi35@gmail.com

Вступ. Гіпертонічна хвороба є одним із найпоширеніших захворювань серцево-судинної системи. Вона характеризується тривалим підвищенням артеріального тиску та може призводити до розвитку, таких захворювань, як інсульт, інфаркт міокарда, серцева недостатність. Особливо актуальною ця проблема є для чоловіків середнього віку, оскільки у цій категорії пацієнтів спостерігається ризик розвитку серцево-судинних захворювань.

Важливу роль у профілактиці ускладнень гіпертонічної хвороби відіграє фізична терапія. Регулярна фізична активність сприяє нормалізації артеріального тиску, покращує функціональний стан серцево-судинної системи, підвищує витривалість організму та загальну працездатність пацієнтів.

Мета роботи: обґрунтувати застосування сучасних засобів фізичної терапії внаслідок гіпертонічної хвороби II ступеня.

Матеріал та методи. Під час процесу теоретичного дослідження з обраної теми було використано методи аналізу та синтезу сучасних досліджень та джерел інформації.

Результати. Терапевтичні вправи посідають одне з провідних місць серед немедикаментозних методів лікування та реабілітації пацієнтів із гіпертонічною хворобою. Їх систематичне застосування розглядається як важливий компонент довгострокової профілактики ускладнень, оскільки вони впливають не лише на рівень артеріального тиску, а й на функціональний стан серцево-судинної та нервової систем.

У процесі регулярних занять терапевтичними вправами спостерігається стійка тенденція до зниження артеріального тиску та нормалізації частоти серцевих скорочень. Поряд із цим поступово підвищуються сила і працездатність серцевого м'язу, що сприяє більшій економізації роботи серця. Також відзначається активація депресорних систем організму, які беруть участь у регуляції артеріального тиску.

На довгостроковому етапі реабілітації фізична терапія спрямована не лише на стабілізацію артеріального тиску, а й на профілактику таких ускладнень гіпертонічної хвороби, як ішемічна хвороба серця, інфаркт міокарда, порушення мозкового кровообігу, серцева недостатність. Регулярні заняття фізичними вправами сприяють зменшенню потреби у медикаментозній



терапії, підтриманню працездатності, підвищенню якості життя та формуванню стійкої адаптації організму до фізичних і психоемоційних навантажень.

Із засобів фізичної терапії, внаслідок гіпертонічної хвороби, використовують аеробні навантаження помірної інтенсивності (ходьба, вправи для великих м'язових груп). Їх регулярне застосування сприяє підвищенню толерантності організму до фізичних навантажень, покращенню загального самопочуття та зниженню ризику розвитку ускладнень гіпертонічної хвороби. Фізична терапія позитивно впливає на психоемоційний стан пацієнтів, сприяє зменшенню стресу та підвищенню якості життя.

Для підвищення фізичної працездатності та тренування серцево-судинної системи можуть використовувати засоби механотерапії, зокрема заняття на велотренажері.

Висновки. Для підвищення ефективності реабілітаційних заходів доцільно застосовувати програму фізичної терапії, яка сприяє покращенню функціонального стану організму, підвищенню толерантності до фізичних навантажень та профілактиці ускладнень гіпертонічної хвороби.

Терапевтичні вправи сприяють зниженню артеріального тиску, покращують роботу серцево-судинної системи, підвищують витривалість і загальний функціональний стан організму.