



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**



## ФІЗІОТЕРАПІЯ У КОМПЛЕКСНОМУ ЛІКУВАННІ ЕНДОМЕТРІОЗУ

*Селюкова Н. Ю.*

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна;  
ДУ «Інститут проблем ендокринної патології ім. В. Я. Данилевського  
НАМН України», м. Харків, Україна  
[selyk3@gmail.com](mailto:selyk3@gmail.com)*

**Вступ.** Ендометріоз є хронічним гінекологічним захворюванням, що характеризується появою тканини, подібної до ендометрію, за межами порожнини матки. Патологічні осередки можуть локалізуватися на очеревині, яєчниках, у ділянці органів малого таза, сечовому міхурі та інших анатомічних структурах. Функціональна активність таких осередків підпорядковується гормональним змінам менструального циклу, унаслідок чого відбуваються періодичні процеси проліферації та дегенерації тканини. Оскільки ендометріодні клітини не мають можливості природного відтоку, це призводить до розвитку локальних запальних процесів, формування спайок та виникнення хронічного тазового болю. Захворювання часто супроводжується порушенням репродуктивної функції, дисменореєю, болем під час статевого акту, а також психоемоційними порушеннями та зниженням якості життя жінок.

Лікування ендометріозу має комплексний характер і включає медикаментозні, хірургічні та реабілітаційні підходи. Одним із важливих компонентів відновного лікування є фізіотерапія, яка спрямована на зменшення больового синдрому, покращення функціонального стану органів малого таза, профілактику спайкових процесів та відновлення рухливості тканин. Використання фізіотерапевтичних методів дозволяє доповнити традиційне лікування і сприяє покращенню загального стану пацієнток.

**Мета.** Проаналізувати можливості застосування фізіотерапевтичних методів у комплексному лікуванні ендометріозу та визначити їх значення для зменшення клінічних проявів захворювання і покращення якості життя пацієнток.

**Матеріали та методи.** Дослідження ґрунтується на аналізі сучасних підходів до застосування фізіотерапії у лікуванні ендометріозу. Розглянуто різні види фізіотерапевтичних втручань, що застосовуються на різних етапах лікування захворювання, зокрема під час передопераційної підготовки, післяопераційної реабілітації та у період підтримувальної терапії.

У межах аналізу було розглянуто такі методи фізіотерапії, як кінезіотерапія, мануальна терапія, електротерапія, лазеротерапія, магнітотерапія, бальнеотерапія та гідротерапія. Особливу увагу приділено ролі



лікувальних фізичних вправ, ранньої мобілізації пацієток після хірургічних втручань, роботі з післяопераційними рубцями, а також відновленню функціонального стану м'язів тазового дна. Також проаналізовано вплив регулярної фізичної активності на перебіг захворювання та загальний стан організму.

**Результати.** Результати аналізу свідчать про те, що фізіотерапія може відігравати важливу роль у комплексному лікуванні ендометріозу. Одним із ключових напрямів є застосування кінезіотерапії, яка включає виконання спеціально підібраних фізичних вправ, спрямованих на покращення кровообігу, зменшення запальних процесів та нормалізацію функції органів малого таза. Регулярне виконання вправ сприяє зниженню інтенсивності больового синдрому, підвищенню рухливості тканин та покращенню загального самопочуття пацієток.

Важливе значення мають методи фізикальної терапії, зокрема лазеротерапія, електротерапія та магнітотерапія. Застосування лазерного випромінювання сприяє стимуляції регенеративних процесів у тканинах, покращує мікроциркуляцію та має виражений протизапальний ефект. Електротерапія, зокрема черезшкірна електронейростимуляція, використовується для зменшення больового синдрому та покращення функціонального стану нервової системи. Магнітотерапія сприяє покращенню кровообігу, зменшенню набряку тканин та активзації процесів відновлення.

Окремим напрямом є застосування бальнеотерапії та гідротерапії, які можуть використовуватися як у лікувальних закладах, так і в умовах санаторно-курортної реабілітації. Лікувальні ванни з мінеральними водами сприяють покращенню мікроциркуляції, зменшенню м'язового напруження та нормалізації діяльності нервової системи. Використання гідротерапевтичних процедур у поєднанні з лікувальною гімнастикою у воді сприяє покращенню функціонального стану організму та підвищенню фізичної працездатності.

Важливим аспектом фізіотерапевтичної допомоги є післяопераційна реабілітація. Рання мобілізація пацієток, виконання дихальних вправ і поступове збільшення фізичної активності сприяють профілактиці післяопераційних ускладнень, зокрема тромбоемболічних і респіраторних порушень. Крім того, важливе значення має робота з післяопераційними рубцями, яка включає використання мануальних технік та спеціальних вправ для покращення еластичності тканин і профілактики спайкових процесів.

Мануальна терапія, зокрема вісцеральні техніки, також може бути ефективним компонентом реабілітаційних заходів. Вона спрямована на відновлення рухливості внутрішніх органів, покращення взаємодії між фасціями та нормалізацію функціонування опорно-рухового апарату. Робота з м'язами тазового дна та усунення міофасціальних тригерних точок сприяє



зменшенню больового синдрому та покращенню функціонального стану пацієнток.

Регулярна фізична активність також має позитивний вплив на перебіг захворювання. Помірні фізичні навантаження сприяють зниженню рівня стресу, покращенню психоемоційного стану, нормалізації гормонального балансу та загальному підвищенню якості життя жінок.

**Висновки.** Фізіотерапія є важливим складником комплексного лікування ендометріозу, оскільки сприяє зменшенню больового синдрому, покращенню функціонального стану органів малого таза та підвищенню якості життя пацієнток. Застосування різноманітних фізіотерапевтичних методів, зокрема кінезіотерапії, фізикальної терапії, мануальних технік та гідротерапії, дозволяє підвищити ефективність лікування і сприяє відновленню функціональної активності організму.

Комплексний підхід до реабілітації, який включає фізичну активність, роботу з післяопераційними рубцями та відновлення функції м'язів тазового дна, є важливим для профілактики ускладнень і зменшення ризику рецидиву захворювання. Разом з тим необхідні подальші наукові дослідження, спрямовані на оцінку ефективності різних фізіотерапевтичних методів та оптимізацію їх застосування у клінічній практиці.