



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



СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ПАЦІЄНТІВ З ІШЕМІЧНОЮ ХВОРОБОЮ СЕРЦЯ ТА АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ

Сіренко Д.С., Кононенко Н.М.

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна
sirenkodarya00@gmail.com*

Вступ. Ішемічна хвороба серця (ІХС) та артеріальна гіпертензія (АГ) належать до найпоширеніших серцево-судинних захворювань у світі та становлять значну медико-соціальну проблему. Поєднання цих патологій значно підвищує ризик розвитку тяжких ускладнень, зокрема інфаркту міокарда, серцевої недостатності, порушень серцевого ритму та інсульту. Артеріальна гіпертензія сприяє підвищенню навантаження на міокард, погіршенню коронарного кровообігу та прогресуванню атеросклеротичних уражень коронарних судин, що ускладнює перебіг захворювання та потребує комплексного підходу до лікування і реабілітації.

У цьому контексті фізична терапія є важливою складовою комплексного лікування пацієнтів із серцево-судинною патологією. Застосування дозованих фізичних навантажень сприяє підвищенню функціональної здатності серцево-судинної системи, нормалізації артеріального тиску, оптимізації метаболічних процесів та зменшенню клінічних проявів захворювання, таких як задишка, швидка втомлюваність та обмеження фізичної активності. Регулярні та контрольовані фізичні навантаження також сприяють зниженню ризику прогресування захворювання та покращенню якості життя пацієнтів.

Особливістю фізичної терапії у пацієнтів з ІХС та супутньою АГ є необхідність індивідуалізації програм реабілітації з урахуванням рівня артеріального тиску, частоти серцевих скорочень, функціонального стану серцево-судинної системи, наявності супутніх захворювань та рівня переносимості фізичних навантажень.

Мета. Аналіз даних літератури щодо особливостей фізичної терапії у пацієнтів з ішемічною хворобою серця та супутньою артеріальною гіпертензією.

Матеріали та методи. Виконання даного дослідження проводилося шляхом аналізу широкого кола джерел, зокрема PubMed, Web of Knowledge, офіційних рекомендацій Європейського товариства кардіологів та Американської асоціації кардіологів. У даному дослідженні використані теоретичні методи дослідження – пошуковий, метод обробки даних, аналітичний.



Результати. Аналіз сучасних наукових публікацій свідчить, що фізична терапія є одним із ключових компонентів комплексної реабілітації пацієнтів з ішемічною хворобою серця та супутньою артеріальною гіпертензією. Узагальнення даних літературних джерел показало, що систематичне застосування дозованих фізичних навантажень сприяє покращенню функціонального стану серцево-судинної системи та зменшенню проявів клінічних симптомів захворювання.

У більшості досліджень встановлено, що аеробні фізичні навантаження помірної інтенсивності (ходьба, велотренування, плавання) є найбільш ефективними для пацієнтів з ІХС та артеріальною гіпертензією. Регулярне виконання таких вправ сприяє підвищенню толерантності до фізичного навантаження, зниженню частоти серцевих скорочень у стані спокою та покращенню контролю артеріального тиску.

Також встановлено, що силові вправи з невеликим опором, які виконуються у поєднанні з аеробними навантаженнями, сприяють покращенню м'язової сили, підвищенню загальної фізичної працездатності та покращенню метаболічних показників організму. Використання дихальних вправ позитивно впливає на функцію зовнішнього дихання, зменшує прояви задишки та сприяє нормалізації вегетативної регуляції серцево-судинної системи.

За даними досліджень, регулярна фізична активність у пацієнтів з ІХС та супутньою АГ сприяє: зниженню рівня артеріального тиску; покращенню показників ліпідного профілю крові; зменшенню маси тіла; підвищенню толерантності до фізичного навантаження; зниженню ризику розвитку серцево-судинних ускладнень.

Обговорюючи отримані результати, слід зазначити, що ефективність фізичної терапії значною мірою залежить від правильного дозування фізичних навантажень, індивідуального підбору програм реабілітації та регулярного контролю функціонального стану пацієнта. Особливу увагу необхідно приділяти моніторингу артеріального тиску, частоти серцевих скорочень та загального самопочуття пацієнтів під час виконання фізичних вправ.

Таким чином, результати аналізу наукових джерел підтверджують, що фізична терапія є ефективним та безпечним методом реабілітації пацієнтів з ішемічною хворобою серця та супутньою артеріальною гіпертензією за умови індивідуалізації програм фізичних навантажень та дотримання принципів поступового підвищення їх інтенсивності.

Висновки.

1. Фізична терапія є важливим компонентом комплексної реабілітації пацієнтів з ішемічною хворобою серця та супутньою артеріальною гіпертензією, сприяючи покращенню функціонального стану серцево-судинної системи та підвищенню толерантності до фізичних навантажень.



2. Ефективність реабілітаційних програм значною мірою залежить від індивідуалізації фізичних навантажень з урахуванням клінічного стану пацієнта, рівня артеріального тиску, частоти серцевих скорочень та наявності супутніх захворювань.

3. Систематичне застосування дозованих фізичних вправ сприяє нормалізації артеріального тиску, покращенню метаболічних показників, зниженню ризику розвитку серцево-судинних ускладнень та підвищенню якості життя пацієнтів.