



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 ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ПРОФІЛАКТИЦІ УСКЛАДНЕНЬ ПІСЛЯ ТРИВАЛОЇ ІММОБІЛІЗАЦІЇ

Сіренко Д.С., Тетянченко А.В.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

sirenkodarya00@gmail.com

Вступ. Тривала іммобілізація є вимушеним станом організму, який виникає внаслідок травм, оперативних втручань, тяжких захворювань або тривалого постільного режиму. Обмеження рухової активності, особливо протягом тривалого часу, призводить до значних змін у різних системах організму. Найчастіше спостерігаються ускладнення з боку опорно-рухового апарату, серцево-судинної та дихальної систем. Такі зміни негативно впливають на функціональний стан організму та можуть значно ускладнювати процес відновлення пацієнтів.

У зв'язку з цим важливого значення набуває застосування засобів фізичної терапії, спрямованих на підтримання рухової активності, профілактику ускладнень та відновлення функціональних можливостей організму. Своєчасне використання реабілітаційних заходів дозволяє зменшити негативний вплив тривалої іммобілізації та сприяти більш швидкому відновленню пацієнтів.

Мета. Проаналізувати основні ускладнення, що виникають унаслідок тривалої іммобілізації, та визначити найбільш ефективні засоби фізичної терапії для їх профілактики.

Матеріали та методи. У процесі виконання даного дослідження були використані сучасні наукові джерела, навчальна та методична література з фізичної терапії, реабілітації, анатомії, фізіології та клінічної медицини, у яких розглядаються особливості впливу тривалої іммобілізації на організм людини та можливості застосування засобів фізичної терапії для профілактики ускладнень.

У ході дослідження застосовувалися такі методи: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, порівняння отриманої інформації з різних джерел, систематизація теоретичних даних щодо механізмів розвитку ускладнень після тривалої іммобілізації та ролі фізичної терапії у їх профілактиці.

Результати. Аналіз літературних джерел показав, що тривала іммобілізація призводить до розвитку ряду порушень, які охоплюють різні системи організму. Найбільш виражені зміни спостерігаються з боку опорно-рухового апарату. За даними наукових досліджень, втрата м'язової маси може починатися вже протягом перших днів іммобілізації, а зниження м'язової сили спостерігається приблизно у 60–80 % пацієнтів, які перебувають у стані тривалого обмеження рухів. Крім того, у 30–40 % пацієнтів можуть



формуватися контрактури суглобів, що значно ускладнює подальше відновлення рухових функцій.

Порушення з боку дихальної системи також є досить поширеними при тривалому постільному режимі. Недостатня рухливість грудної клітки та зниження вентиляції легень можуть призводити до розвитку застійних процесів та підвищення ризику респіраторних ускладнень. За даними літератури, такі порушення спостерігаються приблизно у 25–35 % пацієнтів.

З боку серцево-судинної системи тривала іммобілізація сприяє уповільненню кровообігу та підвищує ризик розвитку тромбозів. За результатами клінічних спостережень, ризик виникнення тромбозу глибоких вен у пацієнтів із тривалим обмеженням рухової активності становить 10–20 %.

Аналіз наукових джерел показав, що одним із найбільш ефективних способів профілактики зазначених ускладнень є застосування засобів фізичної терапії. Залежно від функціонального стану пацієнта використовуються різні види фізичних вправ, які можуть виконуватися у формі пасивних, пасивно-активних або активних рухів. Пасивні рухи дозволяють підтримувати рухливість суглобів та запобігати формуванню контрактур, тоді як активні вправи сприяють підтриманню м'язового тону та сили.

Важливе значення має також застосування ізометричних вправ, які дозволяють підтримувати активність м'язів навіть за умов обмеженої рухливості кінцівок. Такі вправи сприяють покращенню кровообігу та зменшують ризик розвитку м'язової атрофії.

Для профілактики порушень з боку дихальної системи широко застосовується дихальна гімнастика, яка спрямована на покращення вентиляції легень, активізацію роботи дихальних м'язів та запобігання застійним процесам у легенях. Виконання дихальних вправ сприяє підвищенню ефективності газообміну та покращенню функціонального стану дихальної системи.

Важливим елементом фізичної терапії є також позиціонування пацієнта та регулярна зміна положення тіла. Ці заходи дозволяють покращити кровообіг, зменшити навантаження на окремі ділянки тіла та запобігти розвитку вторинних ускладнень.

Окрім традиційних методів, у сучасній реабілітаційній практиці застосовуються допоміжні методи фізичної терапії, спрямовані на профілактику ускладнень іммобілізації. Одним із таких методів є електроміостимуляція (EMS), яка забезпечує стимуляцію м'язових скорочень за допомогою електричних імпульсів. За даними сучасних досліджень, використання електроміостимуляції сприяє збереженню м'язової маси, покращенню кровообігу та зменшенню проявів м'язової слабкості у пацієнтів із тривалим обмеженням рухової активності.



Крім електроміостимуляції, перспективними напрямками сучасної реабілітації є застосування роботизованих систем для відновлення рухів, механотерапії та інших технологічних підходів, які дозволяють стимулювати м'язову активність навіть у пацієнтів із вираженими обмеженнями рухливості. Таким чином, комплексне застосування засобів фізичної терапії сприяє збереженню функціональних можливостей організму, зменшує ризик розвитку ускладнень та підвищує ефективність реабілітаційного процесу.

Висновки. Тривала іммобілізація є серйозним фактором, що негативно впливає на функціональний стан організму людини. Обмеження рухової активності призводить до поступових змін у різних системах організму. Такі зміни можуть значно ускладнювати процес відновлення пацієнта та погіршувати якість його життя.

Проведений нами аналіз наукових джерел показав, що своєчасне та правильно організоване застосування засобів фізичної терапії є важливим елементом реабілітації пацієнтів після тривалої іммобілізації. Воно дозволяє зменшити ризик розвитку вторинних ускладнень, сприяє більш швидкому відновленню рухової активності та покращенню загального стану пацієнтів.