

УДК 616–036.82:616.3  
doi: 10.15330/fcult.31.85-90

Анатолій Михальський, Валерій Молєв,  
Юлія Михальська

## СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМИ ВНУТРІШНІХ ОРГАНІВ

*Одним із завдань сучасної клінічної медицини є своєчасне і ефективне лікування, яке б давало тривалу ремісію. Дане завдання можна вирішити лише у випадку поєднаного використання медикаментозних засобів і засобів фізичної реабілітації.*

*Позитивним у застосуванні фізичних чинників при захворюваннях внутрішніх органів є те, що вони не мають побічної дії, не викликають інтоксикації, алергічних реакцій, не спостерігається кумулятивного ефекту та звикання.*

*Реабілітація хворих у кожному конкретному клінічному випадку має базуватися на науково обґрунтованому реабілітаційному потенціалі пацієнта. Для досягнення максимального рівня реабілітації необхідно дотримуватись базових вимог і для її проведення мають залучатись фахівці різних напрямів.*

*Застосування засобів фізичної реабілітації в комплексному лікуванні захворювань внутрішніх органів дає можливість підвищити ефективність лікування, збільшити період ремісії і раціонально обмежити медикаментозну терапію.*

**Ключові слова:** реабілітація, етапи реабілітації, реабілітаційні заходи, захворювання внутрішніх органів, лікування, фізичні чинники, реабілітаційні аспекти.

*Conduct an analysis of literature data on modern approaches to rehabilitation of patients with diseases of the internal organs.*

*Methods of research – theoretical analysis and generalization of data of special scientific and methodical literature.*

*Results obtained. Rehabilitation of patients in each particular clinical case should be based on scientifically grounded rehabilitation potential of the patient.*

*Positive in the application of physical factors in diseases of the internal organs is that they have no side effects, do not cause intoxication, allergic reactions, there is no cumulative effect and addiction.*

*Clinically substantiated, adequate, dosed, properly methodically constructed physical exercises contribute to the improvement of the general condition of the patient, have a positive effect on the physical and psychological state of patients.*

*To achieve the maximum level of rehabilitation, basic requirements must be met: early onset of rehabilitation measures; gradual rehabilitation measures; adequacy and timeliness of rehabilitation measures; an individual approach in the designation and carrying out of rehabilitation measures; continuity and stage of conduction of restorative treatment; comprehensive application of all available and necessary rehabilitation measures; succession; active involvement of the patient.*

*For the effective carrying out of complex rehabilitation it is necessary to involve specialists of different directions – physicians, physical therapists, psychologists, ergotherapists, social workers and others. Only in this condition we can reckon on the positive result of the rehabilitation measures.*

*Conclusions. The use of means of physical rehabilitation in the complex treatment of diseases of internal organs makes it possible to increase the effectiveness of treatment, increase the period of remission, rational restriction of drug therapy and promotes faster recovery of disability.*

*Application of means of physical rehabilitation in the complex treatment of diseases of internal organs makes it possible to increase the effectiveness of treatment, increase the period of remission and rationally limit drug therapy*

**Key words:** rehabilitation, stages of rehabilitation, rehabilitation measures, diseases of internal organs, treatment, physical factors, rehabilitation aspects.

**Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень.** Хвороби внутрішніх органів, враховуючи їхню поширеність, займають провідне місце в структурі загальної захворюваності та посідають значне місце серед причин тимчасової та постійної втрати працездатності, а також смертності різних верств населення у сучасному світі.

До найпоширеніших захворювань внутрішніх органів належать серцево-судинні захворювання, хвороби органів дихання та травлення. У структурі поширеності хвороб

серед дорослого населення України в 2016 р. перше місце займають хвороби системи кровообігу (37,16%), друге місце посіли хвороби органів дихання, частка яких склала 13,12%, третє місце належить хворобам органів травлення (10,49%) [13, с. 70].

Не дивлячись на значні досягнення, за останні роки, у вивченні етіології, патогенезу, діагностики і лікування захворювань внутрішніх органів ще є багато не вирішених питань. Одним із завдань сучасної клінічної медицини є своєчасне і ефективне лікування, яке б сприяло тривалій ремісії. Дане завдання можна вирішити лише в тому випадку коли поряд із медикаментозними методами лікування кожної хвороби будуть використовуватись і засоби фізичної реабілітації. Завдяки фізичній реабілітації покращується якість лікування, попереджається можливість виникнення ускладнень при різних хворобах, прискорюється відновлення функцій органів і систем, загартовується організм, поновлюється працездатність, зменшується можливість розвитку інвалідності.

У зв'язку із цим надзвичайно актуальними є питання застосування засобів фізичної реабілітації в комплексному лікуванні захворювань внутрішніх органів.

За останнє десятиріччя тенденції розвитку медицини України характеризуються певними успіхами становлення реабілітаційного напрямку, цільовим спрямуванням якого було й залишається поетапне, відновне комплексне лікування патологічних процесів, захворювань й ушкоджень організму людини [1, с. 113].

**Мета дослідження** – провести аналіз даних літератури про сучасні підходи до реабілітації хворих при захворюваннях внутрішніх органів.

**Методи дослідження** – теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури.

**Результати і дискусія.** Фізична реабілітація є частиною комплексної терапії яку успішно поєднують з медикаментозною терапією, з різними фізіотерапевтичними методами лікування, застосовуючи методи заохочення, профілактики, лікування, реабілітації, внаслідок чого покращується фізичний, психологічний, емоційний і соціальний стан індивіда [8, с. 87].

В Україні триває період перебудови сучасної медицини до міжнародних вимог, зокрема триває реорганізація надання медичних послуг та впровадження мультидисциплінарного підходу із залученням фахівців з немедичною освітою, зокрема фахівців фізичної реабілітації (фізичних терапевтів) [3, с. 39].

Слід зазначити, що з кожним роком фізична реабілітація набуває все більшого поширення у всіх галузях, чому сприяє заснована у 2007 році Українська Асоціація фахівців фізичної реабілітації, яка визначила новий етап розвитку фізичної реабілітації в Україні. Організація Асоціації – це спроба заохочувати та запроваджувати високі стандарти реабілітаційної діяльності, освіти та практики, створення єдиного загальноукраїнського інформаційного середовища, партнерства та співпраці з владою, національними та міжнародними організаціями [2, с. 4; 9, с. 241].

Лікувально-охоронний режим, дієтотерапія, фармакотерапія і масаж, лікувальна фізкультура, кінезотерапія, фізіотерапевтичні процедури і санаторно-курортне лікування, бальнеотерапія надзвичайно широко застосовуються при захворюваннях внутрішніх органів.

Позитивним у застосуванні фізичних чинників є те, що вони не мають побічної дії, не викликають інтоксикації, алергічних реакцій, не спостерігається кумулятивного ефекту та звикання. Клінічно обґрунтовані, адекватні, дозовані, правильно методично побудовані фізичні вправи сприяють поліпшенню загального стану хворого. Такі вправи прискорюють відновлення функцій окремих органів і систем порушених хворобою.

Важливість реабілітаційних заходів в кардіології, а особливо рухова активність, ґрунтується на тому, що вона сприяє розвитку колатерального кровообігу, впливає на фізичний і психологічний стан хворих, скорочує період госпіталізації і зменшує ризик небезпечних ускладнень.

Реабілітація при серцево-судинних захворюваннях спрямована на відновлення попередніх здатностей організму, відновлення втрачених сил, а також профілактику ризику рецидивів і ускладнень.

При виконанні фізичних вправ посилюється утворення різних біологічно активних речовин. З судинної стінки в кров виділяється простагліцин, обумовлюючий судинорозширюючий ефект, покращуються реологічні властивості крові і мікроциркуляція.

Реабілітація пульмонологічних хворих передбачає застосування фармакологічних засобів, фізіотерапевтичних методів, засобів ЛФК, рефлексотерапії, масажу, різних методик дихальної гімнастики та ін. Застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях органів дихання зумовлено тим, що вони прискорюють розсмоктування запальних інфільтратів, нормалізують дренажну функцію бронхів, попереджають розвиток злук, ателектазів, підвищують рухливість грудної і черевної стінок, силу і витривалість дихальної мускулатури. Засоби фізичної реабілітації сприяють також повному одужанню хворого і допомагають продовжити тривалість ремісії.

Фізичні вправи впливають на систему травлення. Так, навантаження малої і середньої інтенсивності активізують вегетативні функції, покращують травлення, стимулюють кислотоутворення шлунку, коригують моторно-евакуаторну функцію травного тракту, а інтенсивні фізичні навантаження гальмують кислотоутворення. Фізичні вправи сприяють зменшенню запальних процесів і прискоренню регенерації в них, покращують трофічні процеси, впливають на кровопостачання черевної порожнини, секреторну і моторну функцію шлунку і швидкість всмоктування в травному каналі.

Реабілітація хворих в кожному конкретному клінічному випадку ґрунтується на науково обґрунтованому реабілітаційному потенціалі пацієнта, як основі для складання індивідуальної реабілітаційної програми з очікуваним рівнем можливого відновлення дефіцитних (порушених) фізіологічних функцій [7].

Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів здійснюється у три етапи:

I етап – стаціонарний (лікарняний) спрямований на ліквідацію гострих проявів і клінічне видужання, на ліквідацію чи зменшення активності патологічного процесу, попередження ускладнень, розвиток тимчасових або постійних компенсацій, відновлення функцій органів і систем, уражених хворобою;

II етап – поліклінічний, або реабілітаційний, санаторний починається після виписки хворого зі стаціонару, у поліклініці, реабілітаційному центрі, санаторії. Основну увагу у програмі реабілітації приділяють поступовому збільшенню фізичних навантажень, загальному тренуванню, підвищенню функціональної здатності, виявленню резервних його можливостей; підготовці людини до трудової діяльності;

III етап – диспансерний. Програма передбачає профілактичні заходи, періодичні перебування у санаторії, заняття фізичними вправами у кабінетах лікувальної фізкультури, групах здоров'я, самостійно; медичні обстеження з проведенням тестів з фізичним навантаженням для визначення функціональних можливостей організму.

Реабілітація досягається комплексом реабілітаційних заходів – медичних, психологічних, педагогічних, фізичної культури, соціальних, трудових, таких, що становлять єдиний комплекс. [12, с. 98].

Враховуючи багатоплановість рішення завдань в процесі реабілітації, на сьогодні прийнято виділяти такі реабілітаційні аспекти:

1. Медичний – включає питання лікувального, лікувально-діагностичного і профілактичного плану та використовує різні методи медикаментозної терапії, лікувального харчування, санацію вогнищ хронічної інфекції і ін.

2. Фізичний – включає питання, що відносяться до застосування фізичних чинників в реабілітації: лікувальна фізкультура, масаж, механотерапія, бальнеотерапія, працетерапія, кінезотерапія, ерготерапія, фізіотерапія і т. п.

3. Психологічний – включає питання психологічної адаптації до нової життєвої ситуації, сприяє формуванню у пацієнтів свідомої та активної участі в реабілітаційному процесі і включає психодіагностику, психокорекцію і лікування патологічних психічних станів.

4. Професійний – включає питання відновлення відповідних професійних навичок, проведення експертизи працездатності, підбір нової професії і адаптацію до неї, вирішення питань працевлаштування, подальшу профілактику можливого зниження працездатності.

5. Соціальний – включає питання впливу різних соціальних чинників на розвиток і перебіг хвороби, вирішення питань соціального забезпечення.

6. Економічний – включає вивчення витрат на проведену реабілітацію і підрахунок економічного ефекту.

Для досягнення максимального рівня реабілітації необхідно дотримуватись базових вимог [4, 6, 10]:

1. Принцип безперервності й етапності проведення відновного лікування починаючи з етапу виникнення хвороби й до повного повернення людини в суспільство, з використанням усіх організаційних форм реабілітації – стаціонар, поліклініка, санаторій.

2. Комплексність використання всіх доступних і необхідних реабілітаційних заходів.

3. Спадкоємність. Для успішного проведення реабілітації і досягнення запланованого результату необхідно дотримуватися спадкоємності на всіх етапах реабілітації.

4. Ранній початок проведення реабілітаційних заходів.

5. Поступовість реабілітаційних заходів.

6. Адекватність та своєчасність проведення реабілітаційних заходів.

7. Індивідуальний підхід у призначенні й проведенні реабілітаційних заходів.

8. Активна участь хворого. Активна участь хворого в реабілітаційній програмі, мабуть, є основою успішного виконання індивідуальної програми реабілітації і досягнення поставленої мети. Позитивна установка на працю, на одужання, на повернення в сім'ю і суспільство часто є вирішальним чинником досягнення успіху. Хворий повинен розуміти, що реабілітація – це тривалий процес і успішність в досягненні мети залежить від взаємної довіри серед усіх учасників виконання програми реабілітації: як самого хворого, так і медичного персоналу, соціальних працівників, родичів [11, с. 12].

Фізична реабілітація посідає одне з основних місць у комплексі реабілітаційних заходів, заснована на широкому використанні засобів фізичної культури й спрямована на лікування травм і захворювань, профілактику ускладнень, відновлення психологічної сфери хворого, відновлення побутових і трудових навичок [9, с. 240].

Для ефективного проведення комплексної реабілітації до неї мають залучатись фахівці різних напрямів – лікарі, реабілітологи, психологи, ерготерапевти, соціальні працівники та ін. Лише при цій умові можна розраховувати на позитивний результат від проведених реабілітаційних заходів.

## Висновки

В охороні здоров'я все більшого визнання набуває фізична реабілітація, завдяки якій попереджається можливість виникнення ускладнень при різних хворобах, прискорюється відновлення функцій органів і систем.

Застосування засобів фізичної реабілітації в комплексному лікуванні захворювань внутрішніх органів дає можливість підвищити ефективність лікування, збільшити період ремісії, раціонально обмежити медикаментозну терапію і сприяє швидшому відновленню працездатності.

Максимального рівня реабілітації можна досягти лише при дотримуваних основних базових вимог її проведення та спільній дії фахівців різних спеціальностей, які залучені до реабілітації хворих.

1. Клапчук ВВ, Фізична реабілітація в Україні : актуальні проблеми сьогодення. Актуальні проблеми фізичної реабілітації, спортивної медицини та адаптивного фізичного виховання. 2014. С. 113–115.
2. Кобелев СЮ, Історія розвитку Української Асоціації фахівців фізичної реабілітації. Бюлетень Української асоціації фахівців фізичної реабілітації. 2009; № 1: 3-5.
3. Кобелев СЮ, Перспектива розвитку фізичної терапії у системі охорони здоров'я України. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2011; № 5: 39-42.
4. Малахов ВА, Завгородня АН, Балабуха ОС, Федоренко НА. Нейрореабілітація: збірник клінічних лекцій. Х.: Степанов В. В., 2010. 130 с.
5. Малахов ВО, Кошелева ГМ, Родін ВО. Фізична та реабілітаційна медицина в Україні: проблеми та перспективи. Проблеми безперервної медичної освіти та науки. 2016; № 1: 6-12.
6. Медична та соціальна реабілітація: навчальний посібник / за заг. ред. І. Р. Мисули, Л. О. Вакуленко. Тернопіль : ТДМУ, 2005. 402 с.
7. Нормативні документи: МОЗ України. URL: [http://www.moz.gov.ua/ua/portal/Pro\\_20100404\\_0.html](http://www.moz.gov.ua/ua/portal/Pro_20100404_0.html).
8. Футорний СМ. Сучасний стан та актуальні проблеми фізичної реабілітації в Україні. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2016;02 (69): 84–88.
9. Харченко С. Сучасний стан фізичної реабілітації в Україні. Фізична культура і спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві: збірник наукових праць X Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції. Вінниця: ТОВ Фірма "Планер", 2017: 238-241.
10. Хвисяк МІ, Хвисяк ОМ, Марченко ВГ. [та ін.] Теорія і практика медичної реабілітації. Х.: Майдан, 2012. 360 с.
11. Хованская ГН, Пирогова ЛА. Общие основы медицинской реабилитации в педиатрии: пособие для студентов педиатрического, медико-психологического, медико-диагностического факультетов и врачей. Гродно: ГрГМУ, 2010. 184 с.
12. Шахлина ЛГ, Физическая реабилитация. Современные аспекты. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2012; №9: 98-103.
13. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України 2016 рік. МОЗ України, ДУ "УІСД МОЗ України". Київ, 2017. 516 с.

## References

1. Klapchuk VV, (2014) Physical Rehabilitation in Ukraine: Current Problems. Aktual'ni problemy fizychnoyi reabilitatsiyi, sportyvnoyi medytsyny ta adaptyvnoho fizychnoho vykhovannya. pp. 113-115. (in Ukr.)
2. Kobelyev SYU, (2009) History of the Ukrainian Association of Physical Rehabilitation Specialists. Byuletyn' Ukrayins'koyi asotsiatsiyi fakhivtsiv fizychnoyi reabilitatsiyi. №1: 3-5. (in Ukr.)
3. Kobelyev SYU, Prospects for the development of physical therapy in the health care system of Ukraine. (2011) Pedahohika, psykhohohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. 2011. № 5. pp. 39-42 (in Ukr.).
4. Malakhov VA, Zavgorodnyaya AN, Balabukha OS, Fedorenko NA. (2010) Neyrореабілітація: sbornik klinicheskikh lektsiy [Neurorehabilitation: a collection of clinical lectures]. Kharkov: Stepanov V. V. 130 p. (in Russ.)
5. Malakhov VO, Koshelyeva HM, Rodin VO. (2016) Physical and rehabilitation medicine in Ukraine: problems and perspectives. Problemy bezpererвної medychnoyi osvity ta nauky. № 1: 6-12.
6. Medical and social rehabilitation: a manual [Medychna ta sotsial'na reabilitatsiya: navchal'nyy posibnyk] / za zah. red. I. R. Mysuly, L. O. Vakulenko. Ternopil': TDMU, 2005. 402 p. (in Ukr.).

7. Regulations [Normatyvni dokumenty]: MOZ Ukrainy. URL: [http://www.moz.gov.ua/ua/portal/Pro\\_20100404\\_0.html](http://www.moz.gov.ua/ua/portal/Pro_20100404_0.html) (in Ukr.)
8. Futorny S.M. (2016) Current state and actual problems of physical rehabilitation in Ukraine. *Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova*. Vypusk 02 (69): 84-88 (in Ukr.).
9. Kharchenko S. (2017) Current state of physical rehabilitation in Ukraine. *Fizychna kul'tura i sport ta fizychna reabilitatsiya v suchasnomu suspil'stvi: zbirnyk naukovykh prats' X Vseukrayins'koyi students'koyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi*. Vinnytsya: TOV Firma "Planer". pp. 238-241 (in Ukr.).
10. Khvysyuk MI, Khvysyuk OM, Marchenko V H. [and other]. (2012) The theory and practice of medical rehabilitation [Teoriya i praktyka medychnoyi reabilitatsiyi]. Kh.: Maydan, 360 p. (in Ukr.).
11. Khovanskaya GN, Pirogova LA. (2010) General principles of medical rehabilitation in pediatrics: a manual for students of pediatric, medical-psychological, medical-diagnostic faculties and doctors [Obshchiye osnovy meditsynskoy reabilitatsii v pediatrii: posobiye dlya studentov pediatricheskogo, mediko-psikhologicheskogo mediko-diagnosticheskogo fakul'tetov i vrachey.]. Grodno: GrGMU. 184 p. (in Russ.).
12. Shakhlina LG, (2012) Physical rehabilitation. Modern aspects. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. №9. pp. 98-103. (in Russ.).
13. Annual report on the health status of the population, the sanitary and epidemiological situation and the results of the Ukrainian health care system 2016 [Shchorichna dopovid' pro stan zdorov'ya naseleennya, sanitarno-epidemichnu sytuatsiyu ta rezul'taty diyal'nosti systemy okhorony zdorov'ya Ukrainy 2016 rik]. MOZ Ukrainy, DU "UISD MOZ Ukrainy". Kyiv, 2017. 516 p. (in Ukr.).

**Цитування на цю статтю:**

Михальський АВ, Молев ВП, Михальська ЮА. Сучасні підходи до реабілітації хворих із захворюваннями внутрішніх органів. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Січ 29; 31: 85-90

**Відомості про автора:**

**Михальський Анатолій Володимирович** – кандидат медичних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, Україна)

e-mail: [mavanat@gmail.com](mailto:mavanat@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0001-7537-7775>

**Молев Валерій Павлович** – кандидат медичних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, Україна)

e-mail: [valeriyulev@meta.ua](mailto:valeriyulev@meta.ua)

<https://orcid.org/0000-0002-5977-919>

**Михальська Юлія Анатоліївна** – кандидат психологічних наук, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, Україна)

e-mail: [iuliiany@gmail.com](mailto:iuliiany@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-8378-5928>

**Information about the author:**

**Mykhalskyi Anatolii Volodymyrovych** – Candidate of Science (Medicine), Associate Professor (Ph. D.), Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University (Kamianets-Podilskyi, Ukraine)

**Moliev Valerii Pavlovych** – Candidate of Science (Medicine), Associate Professor (Ph. D.), Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University (Kamianets-Podilskyi, Ukraine)

**Mykhalska Yuliia Anatoliivna** – Candidate of Science (Psychology), Associate Professor (Ph. D.), Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University (Kamianets-Podilskyi, Ukraine)

УДК 796.011.3-053.5(0.45)  
doi: 10.15330/fcult.31.90-97

*Наталья Москаленко, Антоніна Полякова,  
Геннадій Торбанюк*

## ІНТЕГРОВАНЕ НАВЧАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Одним із сучасних підходів удосконалення системи освіти в початковій школі є інтеграція навчання, яке ґрунтується на комплексному підході і реалізується як у межах окремого навчального предмета, так і між різними навчальними дисциплінами. Тому перед фізичним вихованням висувуються нові завдання, які потребують наукового обґрунтування змісту освіти та створення особливого середовища й відповідної діяльності, в якій дитина могла б себе реалізувати.