

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
АСОЦІАЦІЯ ФАХІВЦІВ ІЗ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ  
ТА ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРИ УКРАЇНИ  
КЛІНІЧНИЙ САНАТОРІЙ СЛУЖБИ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ «ОДЕСА»

# **СУЧАСНІ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЇ - 2018**

*ХІХ МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ  
4-5 жовтня 2018 року*

## **Матеріали конференції**

**Одеса 2018**

УДК 613.4 (043.3) + 61:796 (043.2)

Головний редактор: завідувачка кафедрою фізичної реабілітації спортивної медицини, фізичного виховання і валеології д.мед.н., проф. О.Г. Юшковська

Секретаріат: к.мед. н., доцент О.Л. Плакіда  
В.В. Радасва

**С 89** Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології - 2018 // XIX Міжнародна науково-практична конференція. Одеса, 4-5 жовтня 2018 / Матеріали конференції. – Одеса: ПОЛІГРАФ, 2018 – 188 с.  
**ISBN 978-966-2326-55-0**

У збірці містяться матеріали XIX Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2018». Висвітлюються питання наукових досліджень провідних фахівців у галузі спортивної медицини, фізичної реабілітації, валеології, фізичного виховання і практичної охорони здоров'я. Наведено результати використання нових діагностичних та лікувальних технологій у повсякденній роботі, а також досягнення фундаментальних досліджень.

**ISBN 978-966-2326-55-0**

© Одеський національний  
медичний університет, 2018

порушених статико-динамічних рухових функцій залишається актуальною та своєчасною. Існування великої кількості окремих методик реабілітації таких хворих лише доводить факт до кінця не вивченості цієї проблеми і потребує узагальнення та стандартизації, основою якої є врахування міжнародного досвіду, комплексне залучення всіх можливих засобів реабілітації та індивідуалізація відновних втручань. В комплексній методиці реабілітації для досягнення кращого реабілітаційного ефекту, зокрема відновлення однієї з найважливіших функцій організму людини – ходьби, необхідно враховувати патофізіологічні особливості формування порушеного рухового стереотипу в процесі онтогенезу хворого, зокрема порушення реципрокності роботи м'язів-антагоністів. Ці теоретичні дані потребують доопрацювання та впровадження в практику охорони здоров'я.

**ПРО СТРАТЕГІЮ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ  
З ФІЗИЧНОЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ МЕДИЦИНИ  
НА ДОДИПЛОМНОМУ РІВНІ В УКРАЇНІ**

Юшковська О.Г., Середовська В.Ю.

Одеський національний медичний університет, м. Одеса

Фізична та медична реабілітація – це активний медичний процес вгалузі охорони здоров'я, метою якого є досягнення максимально повного відновлення функціонування, активності та участі, порушених внаслідок захворювання, травми або інших станів здоров'я особи з обмеженнями життєдіяльності із використанням реабілітаційної стратегії відновлення або взаємної адаптації особи та навколишнього середовища із застосуванням реабілітаційної стратегії компенсації з найбільш адекватною інтеграцією особи у суспільство.

Фізична та реабілітаційна медицина (ФРМ) – незалежна лікарська медична спеціальність, яка стосується забезпечення фізичного та когнітивного функціонування (включаючи поведінку), участі (включаючи якість життя) та модифікації особистісних факторів та факторів навколишнього середовища. Відповідає за запобігання, діагностику, лікування та реабілітацію осіб з медичними станами та супутніми станами, що призводять до обмежень життєдіяльності для усіх вікових груп. (WhiteBookof PRM, 2018)

Лікар фізичної та реабілітаційної медицини очолює реабілітаційний процес. Організовує, очолює та забезпечує координацію виконання повного реабілітаційного циклу: медичне та реабілітаційне обстеження; встановлення реабілітаційних цілей, визначення реабілітаційних втручань, необхідних для досягнення цих цілей, визначення членів мультидисциплінарної реабілітаційної команди, які будуть проводити ці втручання; проведення реабілітаційних втручань; контроль ефективності реабілітаційних втручань відповідно до встановлених цілей; подальше коригування індивідуальної програми реабілітації.

Предметом вивчення навчальної дисципліни: «Фізична та реабілітаційна медицина» – є моделі обмеження життєдіяльності; загальні принципи оцінювання функціонування особи за методологією Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ); загальні принципи планування реабілітаційної допомоги при найбільш розповсюджених станах здоров'я, що призводять до обмежень життєдіяльності, зокрема види реабілітаційних втручань; загальні принципи спортивної медицини та спортивної реабілітації; загальні принципи надання реабілітаційної допомоги мультидисциплінарною командою, ролі, функціональні можливості членів команди: фізичних терапевтів, ерготерапевтів, терапевтів мови та мовлення, психологів, протезистів-ортезистів, реабілітаційних медичних сестер, соціальних працівників тощо.

Об'єктом вивчення ФРМ є переважно особи з обмеженнями життєдіяльності внаслідок захворювань, травм та їх наслідків, інших станів здоров'я, що призводять до обмежень життєдіяльності.

Діяльність лікаря фізичної та реабілітаційної медицини не є спрямованою на менеджмент розладів окремих органів та медичних станів, але сфокусована на відновленні функціональних розладів, що виникли внаслідок різних станів здоров'я. Має покращити стан особи з обмеженнями життєдіяльності незалежно від віку та медичного діагнозу. Клінічний діагноз допомагає лікарю ФРМ у визначенні прогнозу та потенціалу відновлення існуючих функціональних розладів.

Фізична та реабілітаційна медицина базується на Міжнародній класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я. Всеосяжна мета МКФ — забезпечити уніфікованою стандартною мовою і визначенням рамок для опису показників здоров'я і показників, пов'язаних зі здоров'ям. Вона вводить визначення функціонування, активності та участі, а також факторів навколишнього середовища та персональних факторів.

МКФ дозволяє користувачу практично відобразити профіль функціонування і обмежень життєдіяльності індивіда. МКФ належить до «родини» міжнародних класифікацій, розроблених Всесвітньою Організацією охорони Здоров'я (ВООЗ), які застосовні до різних аспектів здоров'я, що забезпечує загальні правила кодування широкого кола інформації, пов'язаної зі здоров'ям (наприклад, діагноз, функціонування та обмеження життєдіяльності, підстава для звернення за медичною допомогою), і використовує стандартизовану спільну мову, що дозволяє ефективно спілкуватися з проблем, пов'язаних зі здоров'ям і охороною здоров'я, у всьому світі в різних дисциплінах і галузях науки.

У міжнародних класифікаціях ВООЗ зміни здоров'я (хвороба, розлад, травма тощо) спочатку класифіковані в МКХ-X (аббревіатура «Міжнародної класифікації хвороб 10-го перегляду») та МКХ-XI (оприлюдненою ВООЗ 18 червня 2018 року), яка визначає їх етіологічну структуру. Функціонування та

обмеження життєдіяльності, пов'язані зі змінами здоров'я, класифікуються у МКФ.

МКФ являє собою цінний інструмент, що дозволяє на міжнародному рівні описувати і порівнювати популяційні дані про стан функціонування особи. Інформація про смертності, а також про показники здоров'я відповідно до МКХ може доповнюватися даними МКФ при популяційних дослідженнях здоров'я з метою моніторингу і оцінки його стану, а також впливу різних факторів на смертність і захворюваність.

Хоча середня тривалість підготовки всіх спеціальностей у Європі зростає в період 1989-2013 рр., на теперішній час в деяких європейських країнах спостерігається тенденція до скорочення тривалості підготовки медичних спеціальностей з економічних та соціальних причин. Освітня програма з ФРМ в Європі триває, переважно, від 48 місяців, в деяких країнах вона збільшується до 72 місяців, включаючи мінімум 36 місяців клінічної підготовки (з яких 24 місяці проходить у відділенні ФРМ).

Відповідно до пункту 7 доручення Кабінету Міністрів України від 18.12.2015 №48839/1/1-15 на виконання абзацу четвертого пункту 5 статті 3 Указу Президента України від 03.12.2015 №678 «Про активізацію роботи щодо забезпечення прав людей з інвалідністю» стосовно вжиття заходів щодо запровадження навчання за спеціальностями лікаря фізичної і реабілітаційної медицини, ерготерапевта, та фізичного терапевта; рекомендацій Оцінкової Місії ВООЗ з стану системи реабілітації в Україні (2016) та Європейської Секції та Ради Фізичної та реабілітаційної медицини (ЄСР ФРМ); Наказу Мінекономрозвитку України від 10.08.2016 №1328 «Про затвердження Зміни №5 до Національного класифікатора України ДК 003:2010», зокрема внесення професійної назви роботи (посади): «Лікар фізичної та реабілітаційної медицини» (код 2221.2, підклас 2221 «Професіонали в галузі лікувальної справи (крім стоматології)», професійне угруповання «Лікарі»); очікуваному результату 3, заходу 1) «Плану заходів із впровадження в Україні Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я та Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я дітей і підлітків», затвердженому Розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27.12.2017 №1008-р на виконання Указу Президента України від 25.08.2015 № 501/2015 «Про затвердження Національної стратегії у сфері прав людини», зокрема Стратегічного напрямку «Забезпечення права на охорону здоров'я»: «Розроблення плану заходів щодо приведення критеріїв установлення інвалідності та отримання реабілітаційних засобів і послуг для дітей з інвалідністю у відповідність з Міжнародною класифікацією функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я»; пункту 8 Окремого доручення заступника Міністра охорони здоров'я України від 02.04.2018 №17, необхідно застосовувати саме цей підхід.

Згідно до Окремого доручення заступника Міністра охорони здоров'я України О. Лінчевського від 02.04.2018 №17 з метою подальшого розвитку

реабілітаційної служби в Україні ДУ «Центральний методичний кабінет з вищої медичної освіти Міністерства охорони здоров'я України» доручив відповідним фахівцям опорної кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології Одеського національного медичного університету розробити проект примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 2 кредити (60 годин, з них 10 лекцій, 30 практичних занять та 20 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «Спеціаліст» за спеціальностями 7.12010001 «Лікувальна справа», 7.12010002 «Педіатрія», 7.12010003 «Медико-профілактична справа» (замість навчальної дисципліни «Фізична реабілітація, спортивна медицина» навчального плану підготовки фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «Спеціаліст» кваліфікація «Лікар» за спеціальностями 7.12010001 «Лікувальна справа», 7.12010002 «Педіатрія», 7.12010003 «Медико-профілактична справа», затвердженого МОЗ України 24.03.2015, за яким будуть навчатися студенти 4 курсу у 2018/2019 навчальному році); проект примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 3 кредити (90 годин, з них 10 лекцій, 30 практичних занять та 50 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» за спеціальністю 222 «Медицина»; проект примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 3 кредити (90 годин, з них 10 лекцій, 30 практичних занять та 50 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» за спеціальністю 228 «Педіатрія».

Співробітниками кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології Одеського національного медичного університету (завідувач кафедри, д.мед.н., проф. Юшковською О.Г., к.мед.н., доц. Кухар Н.М., ст. викл. Середовською В.Ю.) сумісно з співробітниками кафедри медичної реабілітації та медико-соціальної експертизи Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова (завідувач кафедри, д.мед.н., проф. Колісник П.Ф., к.мед.н., доц. Колісник С.П.), та доцентом кафедри фізичної реабілітації та нетрадиційної медицини Львівського національного медичного університету ім. Данила Галицького к.мед.н., (доц. Гди́ря О.В.) було розроблено та надіслано до ЦМК проект примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 2 кредити (60 годин, з них 10 лекцій, 30 практичних занять та 20 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «Спеціаліст» за спеціальностями 7.12010001 «Лікувальна справа», 7.12010002 «Педіатрія», 7.12010003 «Медико-профілактична справа» (замість навчальної дисципліни «Фізична реабілітація, спортивна медицина» навчального плану підготовки фахівців освітньо-кваліфікацій-

ного рівня «Спеціаліст» кваліфікація «Лікар» за спеціальностями 7.12010001 «Лікувальна справа», 7.12010002 «Педіатрія», 7.12010003 «Медико-профілактична справа», затвердженого МОЗ України 24.03.2015, за яким будуть навчатися студенти 4 курсу у 2018/2019 навчальному році).

Програму рецензували: О.А. Владимиров д.мед.н., проф., завідувач кафедри фізичної реабілітації, фізіотерапії і спортивної медицини НМАПО ім. П.Л. Шупика, Голова правління ГО «Українське товариство фізичної та реабілітаційної медицини» та В.А. Голик д.мед.н., ст.н.с., радник Офісу Уповноваженого Президента України з питань реабілітації учасників антитерористичної операції, які одержали поранення, контузію, каліцтво або інше захворювання під час участі в антитерористичній операції, Голова правління ГО «Всеукраїнське товариство нейрореабілітації».

Програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» складається 10 тем:

1. Сучасні принципи реабілітації.
2. Поняття про реабілітаційне обстеження.
3. Фахівці реабілітації, мультидисциплінарна команда в реабілітації, її члени.
4. Фізична та реабілітаційна медицина при травмах та захворюваннях нервової системи: інсульти, травми спинного мозку, прогресуючі захворювання центральної нервової системи, травми та захворювання периферичної нервової системи, дитячий церебральний параліч.
5. Фізична та реабілітаційна медицина при м'язово-скелетних ураженнях: травми кісток та зв'язок, ампутації кінцівок, дегенеративна патологія хребта та пов'язані стани, ревматологічні ураження, ендопротезування суглобів.
6. Фізична та реабілітаційна медицина при захворюваннях серцево-судинної та дихальної систем: інфаркт міокарда, серцева недостатність, хронічні обструктивні захворювання легень, оперативні втручання на органах грудної порожнини.
7. Фізична та реабілітаційна медицина при інших станах здоров'я: вагітність, ожиріння, старіння, хронічні больові синдроми, тривала іммобілізація, стани здоров'я, що призводять до обмежень життєдіяльності в дитячому віці.
8. Фізична та реабілітаційна медицина при онкологічних захворюваннях. Хоспісна та паліативна допомога.
9. Використання природних та преформованих фізичних чинників в фізичній та реабілітаційній медицині.
10. Масаж.
11. Диференційованій залік.

Співробітниками кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології Одеського національного медичного університету (завідувач кафедри, д.мед.н., проф. Юшковською О.Г., к.мед.н.,

доц. Кухар Н.М., ст. викл. Середовською В.Ю.) сумісно з співробітниками кафедри медичної реабілітації та медико-соціальної експертизи Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова (завідувач кафедри рид.мед.н., проф. Колісник П.Ф., к.мед.н., доц. Колісник С.П.), та доцентом кафедри фізичної реабілітації та нетрадиційної медицини Львівського національного медичного університету ім. Данила Галицького к.мед.н., (доц. Гди-ря О.В.) було розроблено та надіслано до ЦМК проект примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 3 кредити (90 годин, з них 10 лекцій, 30 практичних занять та 50 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» за спеціальністю 222 «Медицина».

Програму рецензували: О.А. Владимиров д.мед.н., проф., завідувач кафедри фізичної реабілітації, фізіотерапії і спортивної медицини НМАПО ім. П.Л. Шупика, Голова правління ГО «Українське товариство фізичної та реабілітаційної медицини» та В.А. Голик к.мед.н., ст.н.с., радник Офісу Уповноваженого Президента України з питань реабілітації учасників антитерористичної операції, які одержали поранення, контузію, каліцтво або інше захворювання під час участі в антитерористичній операції, Голова правління ГО «Всеукраїнське товариство нейрореабілітації».

Програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» складається з 12 тем:

1. Сучасні принципи реабілітації.
2. Поняття про реабілітаційне обстеження.
3. Фахівці реабілітації, мультидисциплінарна команда в реабілітації, її члени.
4. Фізична та реабілітаційна медицина при травмах та захворюваннях нервової системи.
5. Фізична та реабілітаційна медицина при м'язово-скелетних ураженнях.
6. Фізична та реабілітаційна медицина при захворюваннях серцево-судинної та дихальної систем.
7. Фізична та реабілітаційна медицина при інших станах здоров'я.
8. Фізична та реабілітаційна медицина при онкологічних захворюваннях. Хоспісна та паліативна допомога.
9. Використання природних та преформованих фізичних чинників в фізичній та реабілітаційній медицині.
10. Масаж.
11. Фізична та реабілітаційна медицина в спорті.
12. Фізична та реабілітаційна медицина при травмах в спорті.
13. Диференційованій залік.

Співробітниками кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології Одеського національного медичного університету (завідувач кафедри, д.мед.н., проф. Юшковською О.Г., к.мед.н.,



доц. Кухар Н.М., ст. викл. Середовською В.Ю.) сумісно з співробітниками кафедри медичної реабілітації та медико-соціальної експертизи Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова (завідувач кафедри мед.н., проф. Колісник П.Ф., к.мед.н., доц. Колісник С.П.), та доцентом кафедри фізичної реабілітації та нетрадиційної медицини Львівського національного медичного університету ім. Данила Галицького к.мед.н., (доц. Гди́ря О.В.) було розроблено та надіслано до ЦМК проект примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 3 кредити (90 годин, з них 10 лекцій, 30 практичних занять та 50 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» за спеціальністю 228 «Педіатрія».

Програму рецензували: О.А. Владимиров д.мед.н., проф., завідувач кафедри фізичної реабілітації, фізіотерапії і спортивної медицини НМАПО ім. П.Л. Шупика, Голова правління ГО «Українське товариство фізичної та реабілітаційної медицини» та В.А. Голик мед.н., ст.н.с., радник Офісу Уповноваженого Президента України з питань реабілітації учасників антитерористичної операції, які одержали поранення, контузію, каліцтво або інше захворювання під час участі в антитерористичній операції, Голова правління ГО «Всеукраїнське товариство нейрореабілітації».

Програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» складається з 11 тем:

1. Сучасні принципи реабілітації
2. Поняття про реабілітаційне обстеження
3. Фахівці реабілітації, мультидисциплінарна команда в реабілітації, її члени
4. Фізична та реабілітаційна медицина при травмах та захворюваннях нервової системи у дітей різного віку
5. Фізична та реабілітаційна медицина при м'язово-скелетних ураженнях у дітей різного віку,
6. Фізична та реабілітаційна медицина при захворюваннях серцево-судинної та дихальної систему дітей різного віку,
7. Фізична та реабілітаційна медицина при інших станах здоров'я у дітей різних вікових груп,
8. Фізична та реабілітаційна медицина при онкологічних захворюваннях в педіатричній практиці,
9. Використання природних та преформованих фізичних чинників в наданні реабілітаційної допомоги дітям різного віку,
10. Масаж.
11. Фізична та реабілітаційна медицина в дитячому спорті. Фізична та реабілітаційна медицина при травмах в дитячому спорті
12. Диференційованій залік.

Також співробітники кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології Одеського національного медичного університету (завідувач кафедри, д.мед.н., проф. Юшковською О.Г., к.мед.н., доц. Кухар Н.М.) приймали участь у розробки проекта примірної програми навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» обсягом 1,5 кредитів (45 годин, з них 6 лекцій, 14 практичних занять та 25 самостійної роботи студента) підготовки фахівців четвертого року навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» за спеціальністю «Медична психологія».

Метою викладання навчальної дисципліни «Фізична та реабілітаційна медицина» – є: формування у студентів цілісного уявлення про моделі обмеження життєдіяльності, принципи планування реабілітаційної допомоги та, форми і методи реабілітаційних втручань, що можуть бути застосовані для відновлення або компенсації порушень функції, активності та участі, що виникли внаслідок різних станів здоров'я, покращення стану особи з обмеженнями життєдіяльності незалежно від віку та медичного діагнозу у реабілітації. Надання студентам знань з МКФ. Забезпечити практичну та наукову основу для розуміння та вивчення показників здоров'я і показників, пов'язаних зі здоров'ям, результатів втручання і факторів, що їх визначають. Сформуувати у студентів спільну мову для опису показників здоров'я і показників, пов'язаних зі здоров'ям, з метою поліпшення взаєморозуміння між різними фахівцями сфери охорони здоров'я, дослідниками, адміністраторами та суспільством, включаючи людей з обмеженнями життєдіяльності. Забезпечити уяву для студентів що до систематизованої схеми кодування для інформаційних систем здоров'я.

## «БЕГОВЫЕ ТРАВМЫ», ПРОФИЛАКТИКА И РЕАБИЛИТАЦИЯ

Юшковская О.Г., Степаненко С.И.

Одесский национальный медицинский университет, г. Одесса

Arvitum центр ортопедических технологий

Бег - один из самых популярных видов физической активности, так как не требует специального оборудования и им можно заниматься самостоятельно практически в любом месте. Ежегодно по всему миру проходит более 800 марафонов, участие в которых принимают не только профессиональные спортсмены, но и любители. Причины травм и болевых ощущений при беге чаще всего связаны со следующими причинами: неправильная техника бега (неравномерное распределение нагрузки), форсированный рост нагрузок, т.е. нарушение принципов постепенности; одежда и обувь не в полной мере соответствуют погодным условиям или трассе для занятий, функциональная слабость отдельных групп мышц; нарушение режима питания, вредные привычки, перенапряжение организма в других сферах деятельности, недосыпание и т.д. Таким образом, предупреждение травматизма у бегунов - это устранение или ослабление факторов, приводящих к травмам.