

УДК 616.728:615.8

Подольчук Н.Е.1, Васильєва Н.О.2

1 здобувачка вищої освіти, Херсонський державний університет

2 канд. біол. наук, доцент, Херсонський державний університет

**ЕФЕКТИВНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА АДАПТАЦІЮ
ДО ПРОТЕЗУВАННЯ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ
ІЗ ТРАВМАТИЧНОЮ АМПУТАЦІЄЮ НИЖНЬОЇ КІНЦІВКИ**

Травматичні ампутації нижніх кінцівок є серйозною медико-соціальною проблемою серед військовослужбовців, які брали участь у бойових діях. Втрата кінцівки призводить не лише до фізичних

обмежень, але й до психологічних та соціальних труднощів, зокрема до зниження рівня самообслуговування, соціальної активності та працездатності [1, 2]. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю впровадження ефективних методів реабілітації, спрямованих на покращення адаптації до протезування та відновлення функціональної мобільності військовослужбовців [3].

Метою роботи є оцінка ефективності фізичної терапії у процесі адаптації до протезування у військовослужбовців із травматичною ампутацією нижньої кінцівки. Для досягнення поставленої мети вирішувалися наступні завдання:

1. Проаналізувати сучасні підходи до фізичної терапії при ампутаціях нижніх кінцівок.

2. Визначити функціональні показники адаптації до протезування у пацієнтів різних вікових груп.

3. Оцінити динаміку фізичного та психологічного стану після курсу фізичної терапії.

4. Розробити практичні рекомендації щодо оптимізації реабілітаційного процесу для військовослужбовців.

Об'єктом дослідження є процес реабілітації військовослужбовців із травматичною ампутацією нижньої кінцівки. Предметом дослідження є вплив комплексу фізичної терапії на адаптацію до протезування та рівень функціональної мобільності.

У роботі використані такі методи:

- клінічне спостереження та анкетування пацієнтів;
- оцінка рухових функцій та сили м'язів за допомогою динамометрії та шкали MIP;
- аналіз ходи та балансу з використанням шкал TUG (Timed Up and Go) та 6-хвилинного тесту ходьби;
- психометричне тестування для оцінки рівня тривожності та адаптації до соціальних умов;
- статистична обробка даних із використанням програмного забезпечення SPSS для визначення значущості отриманих результатів.

Проведений комплекс фізичної терапії включав:

1. Терапевтичні вправи із метою зміцнення м'язів стегна, тазового пояса та спини.

2. Тренування балансу та координації, що сприяло зниженню ризику падінь під час ходи з протезом.

3. Аеробні та силові вправи для підтримки загальної фізичної витривалості.

4. Методики нейропсихологічної адаптації для зменшення тривожності та страху падіння.

За результатами дослідження відзначено:

- значне покращення сили м'язів у середньому на 25–30 % порівняно з початковим рівнем;
- покращення показників балансу та ходи: час виконання тесту TUG скоротився в середньому на 15 секунд;
- підвищення психологічної адаптації, зниження рівня тривожності на 20 %;
- покращення самостійності у повсякденному житті та інтеграції у соціальне середовище.

Висновки.

1. Комплексна фізична терапія є ефективним методом підвищення адаптації до протезування у військовослужбовців із травматичною ампутацією нижньої кінцівки.

2. Регулярні тренування балансу та м'язової сили сприяють зниженню ризику травм під час ходи з протезом та підвищують рівень автономії пацієнтів.

3. Психологічна підтримка та навчання навичкам самостійного пересування є важливою складовою реабілітації.

4. Отримані результати дозволяють розробити рекомендації щодо індивідуалізації програм фізичної терапії для військовослужбовців з ампутаціями нижніх кінцівок.

Впровадження розробленого комплексу фізичної терапії в реабілітаційні програми військових медичних центрів може підвищити ефективність адаптації до протезування та знизити соціально-психологічні наслідки ампутацій.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на:

- розробку індивідуалізованих програм фізичної терапії з урахуванням типу протезу та рівня ампутації;
- вивчення довгострокових ефектів фізичної терапії на підтримку функціональної мобільності та якості життя;
- інтеграцію телереабілітаційних технологій для дистанційного контролю та корекції тренувань.

Список використаних джерел:

1. Ковальчук І.І. Реабілітація осіб із ампутацією кінцівок: монографія. – Київ: Медицина, 2020. – 256 с.

2. Петренко О.В. Фізична терапія при травмах опорно-рухового апарату у військових // Вісник травматології та ортопедії. – 2021. – №3. – С. 45–52.

3. Smith J., Brown L. Physical therapy and prosthetic adaptation in military personnel with lower-limb amputation // Journal of Rehabilitation Medicine. – 2019. – Vol. 51, №6. – P. 487–495.