УДК 378.147
Шуба Л. В.[1], Омок Г.А.[2]
[1]канд. пед. наук, доцент, НУ «Запорізька політехніка»;
[2]канд. пед. наук, НУ «Запорізька політехніка»

АСПЕКТИ БУТТЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

Фізична терапія та ерготерапія - це дві спеціалізовані галузі медицини, спрямовані на відновлення фізичної та психологічної функції пацієнтів, особливо тих, які мають фізичні обмеження або порушення.

Фізична терапія (також відома як фізіотерапія) - це галузь медицини, яка спеціалізується на використанні фізичних методів, технік та вправ для відновлення фізичного здоров'я та функцій організму, покращення рухливості, зменшення болю та поліпшення якості життя пацієнтів. Фізичні терапевти, які працюють у цій галузі, називаються фізіотерапевтами.

Фізична терапія має стародавнє походження. Вона включає фізичні методи лікування, такі як масаж, вправи та гідротерапія, які були використані в різних культурах протягом століть.

Вже в античній Греції та Римі існували методи фізичної терапії, включаючи гідротерапію, масаж та вправи. Лікарі того часу вірили у важливість фізичного здоров'я для загального благополуччя людини. У середньовіччі практики фізичної терапії були в деякій мірі забуті, але під час Ренесансу ідеї гігієни та фізичного здоров'я знову стали актуальними. В XIX столітті фізична терапія отримала визнання в якості методу лікування. Це стало особливо важливим в контексті військової медицини під час воєн, коли були розроблені методи фізичної реабілітації для поранених солдат. У 20 столітті фізична терапія продовжила розвиватися, зокрема у розділі спортивної медицини. З'явилися нові методи та технології, такі як електротерапія та використання спеціалізованих приладів. Сучасна ж фізична терапія включає в себе широкий спектр методів, таких як фізична терапія,

реабілітація після травм та операцій, масаж, лікування гідротерапією, використання спортивних вправ та ігор для зміцнення м'язів і зв'язок.

Основні аспекти фізичної терапії включають в себе:

1. Оцінка та діагностика. Фізіотерапевти проводять оцінку фізичного стану пацієнта, визначаючи обсяг рухів, м'язову силу, стійкість, координацію та інші фізичні параметри. Це допомагає встановити діагноз та розробити індивідуальний план лікування.

2. План лікування та вправи. Розробляють індивідуальні плани лікування для пацієнтів, включаючи рекомендації щодо вправ, терапевтичних процедур та інших методів.

3. Терапевтичні процедури. Це може включати в себе масаж, лазерну терапію, електротерапію, гідротерапію, ультразвукову терапію та інші фізичні методи лікування.

4. Вправи для відновлення. Пацієнтам надаються спеціальні фізичні вправи, спрямовані на покращення рухливості, зміцнення м'язів, покращення координації та відновлення функцій після травм та операцій.

5. Попередження порушень. Фізіотерапевти працюють не лише над відновленням, але й над попередженням майбутніх фізичних проблем. Вони надають поради щодо здорового способу життя та вправ для підтримання фізичного здоров'я.

Сучасна фізична терапія вимагає високої кваліфікації фахівців та використовує сучасні наукові та медичні підходи для поліпшення фізичного здоров'я та якості життя пацієнтів.

Ерготерапія - це галузь медицини та реабілітації, спрямована на покращення фізичних та психологічних функцій осіб з фізичними та психічними обмеженнями. Розвиток ерготерапії був цікавим процесом з численними важливими подіями та інноваціями. Ерготерапія виникла в кінці 19 століття у США. Ініціаторами її створення були психіатри та медичні працівники, які використовували творчі та практичні заняття для реабілітації пацієнтів з психічними захворюваннями. Ерготерапія почала розвиватися як метод лікування психічних захворювань, зокрема шизофренії та депресії. Працівники в цій області використовували заняття ручними навичками, малювання та інші форми творчості для покращення психічного стану пацієнтів. З часом ерготерапія почала використовуватися для реабілітації людей з фізичними обмеженнями, такими як травми, ампутації та хвороби суглобів. Її методи включають в себе вправи для відновлення функцій тіла та розвитку навичок самообслуговування. Під час світових воєн ерготерапія стала важливим методом лікування та реабілітації поранених військових. Вона допомагала повернути солдатів до активного життя після травм та

ампутацій. У 20 столітті ерготерапія стала визнаною галуззю медицини та реабілітації. Були створені професійні асоціації, стандарти практики та навчальні програми для ерготерапевтів. Сьогодні ерготерапія включає в себе різні аспекти реабілітації, включаючи робототерапію, технологічні інновації та індивідуальні підходи до кожного пацієнта. Вона застосовується у лікуванні людей різного віку та з різними медичними діагнозами. Розвиток ерготерапії відзначається важливими досягненнями в області медицини та реабілітації, що дозволяє пацієнтам з фізичними та психічними обмеженнями отримати підтримку та можливість покращити своє життя.

Основні аспекти ерготерапії включають в себе:

1. Оцінка пацієнта. Ерготерапевти проводять докладну оцінку фізичного, психічного та соціального стану пацієнта. Це включає в себе аналіз його потреб, можливостей та обмежень.

2. Розробка індивідуального плану лікування. На основі оцінки створюється індивідуальний план лікування, який враховує специфічні потреби та мету кожного пацієнта. План включає в себе конкретні завдання та методи реабілітації.

3. Використання творчості та активностей. Ерготерапія часто базується на використанні творчих та практичних активностей, таких як малювання, ручні роботи, кулінарія та садівництво. Ці активності сприяють відновленню функцій та психологічному благополуччю пацієнтів.

4. Забезпечення підтримки для самообслуговування - допомагає пацієнтам розвивати навички самообслуговування, такі як одягання, приготування їжі та особистий догляд, щоб підвищити їхню незалежність у повсякденному житті.

5. Розвиток моторики та рухових навичок, особливо у випадку пацієнтів з фізичними обмеженнями.

6. Психологічна підтримка. Ерготерапія включає в себе психологічну підтримку, оскільки вона допомагає пацієнтам подолати психологічні труднощі та покращити самопочуття.

7. Залучення до соціальних та професійних справ. Допомагає пацієнтам повернутися до соціальних та професійних справ, забезпечуючи їхню готовність до активного життя.

8. Робота в команді. Ерготерапевти співпрацюють з іншими фахівцями, такими як лікарі, фізіотерапевти та психологи, для забезпечення комплексного лікування та реабілітації.

Ерготерапія грає важливу роль у покращенні якості життя та незалежності осіб з різними видами обмежень та порушень. Фахівці з ерготерапії працюють у лікувальних закладах, реабілітаційних центрах,

школах та інших сферах, щоб допомогти пацієнтам досягти їхніх цілей та покращити якість їхнього життя.

Перспективи розвитку терапії та ерготерапії:

1. Використання сучасних технологій. Сучасні технології, такі як віртуальна реальність, робототехніка та телереабілітація, стають все більш важливими для розвитку фізичної терапії та ерготерапії.

2. Інклюзивна практика. Розвиток інклюзивної освіти та підходів до лікування підкреслює важливість роботи з різними групами пацієнтів та надання послуг, що враховують їхні потреби.

3. Міждисциплінарність. Фізична терапія та ерготерапія все частіше співпрацюють з іншими галузями медицини та реабілітації для досягнення кращих результатів.

4. Акцент на попередження. Зростає увага до попередження порушень фізичного та психічного здоров'я через підтримку здорового способу життя та раннє втручання.

5. Дослідження та навчання. Спеціалісти у галузі фізичної терапії та ерготерапії продовжують здійснювати дослідження та надавати навчання, щоб розвивати сучасні методи та практики.

Загалом, фізична терапія та ерготерапія залишаються важливими галузями медицини та реабілітації, що продовжують розвиватися та вдосконалюватися з метою поліпшення якості життя пацієнтів.