УДК 615.89
Шитіков Т.О.
канд.мед.наук, «Центр натуропатії та валеології»

ПИТАННЯ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ТАКТИЧНОЇ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ АБО «МІЛІТАРІ-ФІТНЕСУ»

Актуальність. Медичні системи охорони здоров'я повинні розуміти сучасні проблеми стану здоров'я військових та співпрацювати для досягнення оптимальних результатів та рівня боєздатності. Методи самокорекції методами фізичної реабілітації забезпечують джерело діяльності самих пацієнтів замість того, щоб щось робити з ними. Програми самокорекції, з використанням методів інтегративної медицини (ІМ), коли військові є частиною цілісних планів лікування, добре підходять для вирішення цих проблем у військових [1].

Терапевтичний спектр захворювань, що спостерігаються в практиці військового лікаря, відрізняється від тих, що спостерігаються в цивільній практиці. Цей висновок може бути зроблений із заяв, численних досліджень різних організацій, фахівців, та випливає з систематичних розслідувань Це визначається специфікою праці

військового (фізичні та психоемоційнінавантаження, харчування, комфортність середовища) [2].

У цьому напрямку актуальна концепція активної та пасивної участі самого пацієнту, які можна використовувати як методи ФР. Існує світовий інтерес та позитивне ставлення до використання ІМ у військових. Міжнародний оглядпрактики та політики інтегративної медицини в країнах-учасницях НАТО, виданний у 2017 році може слугувати видатною основою для цих партнерств. Ефективна і безпечна терапія офіційно впроваджена у військових системах НАТО. [3].

Одним з таких проектів є поточна ініціатива Збройних сил США. Це програма під назвою «Навчання акупунктури в клінічних умовах» (ATACS). Метою цієї програми є розробка, пілотування, оцінка та впровадження багаторівневої освітньої та навчальної програми акупунктури для медичних працівників у системах Міністерства оборони США [4].

Група HFM-195 була в першу чергу дослідницьким комітетом, у відповідь для оцінки поточного стану ІМ у збройних силах країн-учасниць НАТО було сформовано оперативну групу НАТО HFM-195 «Інтегративна медицина: поточні та майбутні напрямки інтегративного здоров'я та зцілення» [5,6].

Країни в рамках НАТО пропонують різні культурні перспективи, досвід і філософії, які в сукупності принесуть користь усім організаціям. Тому Оперативна група НАТО є першим кроком до відкриття цих дверей для поліпшення глобального військового здоров'я і зцілення. HFM-195, вивчала плив ІМ втручань для військовослужбовців, і носила в першу чергу дослідницький характер.

Метою статті є спроба сформулювати концепцію підготовки фахівців з фізичної превентивної тактичної фізичної терапії («мілітарі фітнес») в контексті сьогодення України.

Матеріалом стало наше спостереження у 1995-2022 рр. за навчальним процесом. Нами проводилось навчання 545 фахівців с ФТ з використанням такихметодів ІМ, як традиційна китайська медицина, аюрведа та тибетська медицина, мануальна терапія, кінетотерапія, рефлексологія, гірудотерапія.. Протягом століть ці методи використовувалися для лікування больових та посттравматичних станів; ці форми лікування болю, яки широко використовуєтьсяі сьогодні. Але існують серйозні негативні проблеми – брак фахівців-викладачів, до яких можна віднести і деградацію вцілому педагогічного процесу.

Були запропоновані моделі нових перспектив надання медичної допомоги військовим, пта питання навчання з цього напрямку Такі

методи, як медитація, голковколювання, духовність, релігійність, талісмани, захисне середовище, харчування/ добавки та йога, обговорювалися з особливим акцентом на використанні у військових системах охорони здоров'я- так звання "militaryfitness" (мілітарі фітнес). Використання ІМ при ФРМ збільшується, як серед цівільних так і серед військових України.

Враховуючи власний досвід підготовки фахівців з реабілітації пропонуємо новий погляд на навчання медичної допомоги військовим ЗСУ Додаткова увага в навчальних програмах - впровадження практик ІМ (остеопатія, кінезіологія, акупунктура, медитація, йога)при розробца освітніх програм для фахівців, парамедиків та військових. Вміння оцінки клінічних результатів та передового досвіду; створення спільних дослідницьких зусиль, орієнтованих на економічну ефективність окремих технологій ІМ; і нові парадигми.З 2015 року ми впроваджуємо аналогичні умови та вивчаємо, як вони впливають на боєздатність військовослужбовців і зменшують фінансове навантаження на загальну систему. Нами розроблені конкретні програми лікування болю і станів, пов'язаних зі стресом, ЧМТ, контузією, дисфункцією органів руху.

Висновки: в одночас міжнародні нормативні акти, політика щодо облікових даних, вимоги до освіти, протоколи лікування, багаторівневі підходи на рівні провайдерів та можливості проведення досліджень, а також відповідні рекомендації повинні бути ретельно переглянуті на предмет формування ідей превентивной фізичной тактичной терапії. Впровадження ФТТ, особливо, при больових, руховихпорушеннях та стресових станів є високоцінними цілями з ефективністю до 87,5% (за данними. Центр натуропатії та валеології).

Рекомендації

1. Необхідно подовжити реалізовувати і контролювати роботу з поширення ФТТ і надалі. Зміна парадигми з використанням системних підходів та концепція персоналізованої ІМ, як система здоров'я та зцілення замість сучасної системи управління захворюваннями. У військових
2. Впровадити навчання) ФТТ, якеможе бути інтегроване в базову підготовку лікарів ФРМ, парамедиків, військовослужбовців, та підготовку до/після травмування/ поранення.
3. Навчальні програми повинні бути доповнені,навчальними посібниками, аудіокнигами, додатками для смартфонів, компактними дисками та цифровими універсальними дисками з керованими медитаціями, щоб полегшити доступ до усвідомленого способу життя.
4. Формати тренінгів ФТТ (у т.ч. он-лайн), можуть варіюватися від щоденних семінарів до 8-або10-тижневих програм. Тривалий

стійкий тренувальний ефект вимагає більш тривалого формату навчання та безперервної практики, крім формальних тренувань.

5. Рекомендується розробити посібник для практичних рекомендацій з підготовки фахівців, що стосується найважливіших питань та фундаментальних аспектів практики ФТТ.

6. Розробка посібника з самокорекції при порушеннях здоров.я для військовослужбовців може стати потенційним наступним кроком.

Список використаних джерел:

1. George S. Complementary and alternative medicine in a military primary care clinic: a 5-year cohort study. / S. George, J.L. Jackson, M. Passamonti // Mil Med. 2011. – June;176(6):685-8.

2. Defense Health Agency Integrative Medicine in the Military Health System Report to Congress (DHA) Washington, DC, USA: DHA. [Internet]. http://health.mil/Reference-Center/Reports?ouerv=integrative+medicine. Retrieved November 30, 2014.

3. Mullen M. On total force fitness in war and peace. / M. Mullen // Mil Med. 2010;175(8):1.

4. Raub J.A. Psychophysiologic effects of Hatha Yoga on musculoskeletal and cardiopulmonary function: a literature review. – J.A. Raub // Altern Complement Med. 2002;8(6):797-812

5. Pock A.R. Acupuncture in the U.S. Armed Forces: A brief history and review of current educational approaches. / A.R. Pock // Med Acupunct. – 2011;23(4):205-209.

6. Jonas W. Total Force Fitness for the 21st Century A New Paradigm. / W. Jonas, P. Deuster, F. O'Connor, C. Macedonia // Mil Med. August Suppl; 2010/ – 175:1-126.