

УДК 615.8

Баришник Н.О.,¹ Терьохіна О.Л.,² Рімар Ю.І.³

¹студ. гр. УФКС-412 НУ «Запорізька політехніка»

²наук. керівник – канд. пед. наук, доц., НУ «Запорізька політехніка»

³наук. керівник – канд. наук фіз. вих., доц., НУ «Запорізька політехніка»

РЕАБІЛІТАЦІЙНЕ ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ТРАВМИ ЗА ДОПОМОГОЮ МАСАЖУ

При травмах опорно-рухового апарату, як при консервативному, так і оперативному лікуванні, масаж є одним із най-важливіших реабілітаційних методів, що сприяють відновленню уражених рухових функцій і працездатності пацієнта, скорочуючи терміни лікування і попереджуючи інвалідизацію пацієнтів.

Важливим методом реабілітаційного масажу є відновлення функцій організму після травм, операцій, хвороб або фізичних перевантажень. Він спрямований на покращення кровообігу, зменшення болю, відновлення м'язової сили, покращення рухливості суглобів та загального стану пацієнта. Реабілітаційний масаж – це зовнішнє лікування травм і деяких захворювань. Це дієвий та швидкий спосіб відновлення людського організму після травм та захворювань.

Його можна класифікувати за тими нозологічними одиницями, за яких його застосовують: при травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату, при травмах і захворюваннях нервової системи, при травмах і захворюваннях внутрішніх органів і т. ін. При кожному захворюванні методика масажу залежить від етіології, патогенезу, клінічної форми, перебігу і диференціюється у зв'язку з цими факторами. Він застосовують на всіх етапах реабілітаційного процесу. У комплексному відновлювальному лікуванні підгострих і хронічних захворювань органів кровообігу, нервової системи, опорно-рухового апарату, внутрішніх органів та інших захворювань.

Звичайно цей напрямок ефективно використовують в усіх програмах фізичної реабілітації завдяки природності методу, відсутності порушення цілості шкірних покривів та збереженню гомеостазу.

Для максимального позитивного результату слід правильно призначати та проводити процедури масажу. Важливо, щоб масаж проводився кваліфікованим спеціалістом та в комплексі з іншими методами реабілітації (фізіотерапією, лікувальною фізкультурою, кінезіотейпування). Правильний підхід до реабілітації дозволяє скоротити термін відновлення та повернутися до повноцінного життя чи спортивної діяльності.

Пацієнт повинен бути обізнаний в цілях масажу в реабілітаційному відновленні після трав: мають покращення кровообігу та лімфодренажу для зменшення набряків та швидшого відновлення пошкоджених тканин; обов'язково розслаблення спазмованих м'язів та зменшення больового синдрому; має бути прискорення регенерації тканин, поліпшення еластичності м'язів і зв'язок; відновлення рухливості суглобів і покращення координації; є зниження психоемоційного напруження, що важливо при тривалому процесі реабілітації.

А також перед тим як починати реабілітацію потрібно ознайомитися з показаннями та протипоказаннями. Крім того, за різних травм, захворювань, можуть бути тимчасові протипоказання до масажу, які визначає лікар. Крім того масаж може бути відмінений у разі загострення, поганої переносності процедур масажу.

Масаж найбільш показаний при переломах кісток кінцівок, хребта уповільненій консолидації кісткового мозоля, наслідках травм опорно-рухового апарату, при супутніх ураженнях нервів і нервових сплетень (травматичних невритах).

Застосування різних прийомів масажу методично залежить від анатомо-фізіологічних особливостей масажованої ділянки тіла, функціонального стану пацієнта, віку, статі, стадії та клінічно-симптоматичного захворювання. Методика реабілітаційного масажу ґрунтується на пошировій дії на сполучнотканинні утвори з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей масажованої ділянки і сегментарних зв'язків хребта з внутрішніми органами та функціональними системами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Степаненко О. С., Ольховик А. В., Король С. А., Ворopaєв Д. С. “Реабілітаційний масаж”. Львів: Освітній простір, 2020. – 154 с.
2. Степашко М. В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині / М. В. Степашко, Л. В. Сухостат. / Степашко М. В. – Одеса: Чорномор'я, 2019. – 27 с.
3. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підручник / В. М. Мухін. – 3-те вид., переробл. та допов.