СЕКЦІЯ «АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ»

УДК 615.8:159.9
Акопян Р.Р.
старш. викл НУ «Запорізька політехніка»

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ПАЦІЄНТІВ

Р.Р. Акопян

Фізична терапія на сьогодні розглядається не лише як засіб відновлення рухових функцій, але й як потужний інструмент впливу на психоемоційний стан людини. Спостерігається зростання кількості пацієнтів, які мають хронічні захворювання, посттравматичні синдроми та психоемоційні розлада обумовлює потребу у комплексних підходах до реабілітації. Важливим етапом дослідження є фізична активність, яка може знижувати рівень тривожності, депресії та сприяти формуванню позитивного ставлення до власного здоров'я [1].

Мета дослідження є визначеня впливу фізичної терапії на психоемоційний стан пацієнтів, оцінити ефективність різних методів фізичних вправ у процесі реабілітації та розробити рекомендації щодо інтеграції фізичної терапії у комплексні програми підтримки психічного здоров'я.

Результати дослідження. Встановлено, що регулярні фізичні вправи сприяють зниженню рівня тривожності та депресивних проявів. В подальшому аацієнти, які проходили курс фізичної терапії, демонстрували підвищення мотивації до лікування та більш позитивне ставлення до процесу реабілітації. Виявлено, що поєднання фізичних вправ із психоемоційною підтримкою (психологічні консультації, групові заняття, арт-терапія) забезпечує більш стійкий терапевтичний ефект. Зафіксовано покращення соціальної адаптації та якості життя пацієнтів, що підтверджує комплексний вплив фізичної терапії на фізичний і психоемоційний стан [2, 3].

Висновки. Фізична терапія є ефективним методом не лише фізичної реабілітації, але й стабілізації психоемоційного стану пацієнтів. Її застосування у комплексних програмах лікування дозволяє досягти більш високих результатів, сприяє формуванню позитивної мотивації та підвищує якість життя.

Перспективи подальших досліджень. Розширення вибірки пацієнтів для підтвердження отриманих результатів у різних вікових та соціальних групах. Порівняння ефективності різних видів фізичних вправ (аеробні, силові, релаксаційні) щодо впливу на психоемоційний стан. Розробка індивідуалізованих програм фізичної терапії з урахуванням психологічних особливостей та рівня стресостійкості пацієнтів. Інтеграція цифрових

технологій (мобільні додатки, сенсори, онлайн-моніторинг) для відстеження психоемоційних змін під час реабілітації. Вивчення можливостей міждисциплінарної співпраці між фізичними терапевтами, психологами та лікарями для створення комплексних програм підтримки здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Клименко І. С., Мелега К. П., Чемельова В. М. Психофізіологічні аспекти фізичної реабілітації: інтеграція фізичних і психологічних методів у відновленні пацієнтів. *Лікарська справа*. 2025. № 1. С. 5–11. DOI: https://doi.org/10.31640/LS-2025-1-01.

2. Селіверстова Л. А. Фізична терапія. Ерготерапія: рекомендаційний список літератури. Чернігів: Наукова бібліотека НУ «Чернігівська політехніка», 2024. 25 с.

3. Сторожук Х. В. та ін. English for Physical and Occupational Therapists. Київ: Книга плюс, 2023. 132 с.