УДК 615.825.616-001.5
Каплун Є.І.[1], Мирна А.І.[2]
[1] студ. гр. УФКС-214м НУ «Запорізька політехніка»
[2] доц. НУ «Запорізька політехніка»

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ХВОРИХ НА ВЕРТЕБРОГЕННІ РАДИКУЛОПАТІЇ ГРУДНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА

Є.І. Каплун, А.І. Мирна

Вертеброгенні радикулопатії грудного відділу хребта є однією з поширених причин хронічного больового синдрому в ділянці спини та грудної клітки. Вони виникають унаслідок компресії або подразнення спинномозкових корінців, що зумовлюється дегенеративно-дистрофічними змінами хребта, зокрема остеохондрозом, протрузіями та грижами міжхребцевих дисків, спондилоартрозом, деформаціями постави або травматичними ушкодженнями [3]. Клінічно захворювання проявляється болем у грудному відділі хребта, який може іррадіювати по ходу міжреберних нервів, відчуттям оніміння, поколювання, зниженням м'язової сили, а також обмеженням рухливості тулуба.

Об'єкт дослідження – вплив методів фізичної реабілітації на пацієнтів із вертеброгенними радикулопатіями грудного відділу хребта.

Предмет дослідження – комплекс фізіотерапевтичних та лікувально-фізкультурних заходів, спрямованих на зменшення больового синдрому, відновлення рухливості та функціонального стану грудного відділу хребта у пацієнтів із радикулопатіями.

Мета дослідження обґрунтування комплексної програми фізичної реабілітації для пацієнтів із вертеброгенними радикулопатіями грудного відділу хребта з метою покращення їх функціонального стану та якості життя.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукову літературу щодо етіології, патогенезу та клінічних проявів вертеброгенних радикулопатій грудного відділу хребта.

2. Дослідити сучасні методи фізичної терапії та реабілітації, що застосовуються при радикулопатіях грудного відділу.

3. Оцінити ефективність лікувальної фізкультури, фізіотерапевтичних процедур і масажу для зменшення больового синдрому та відновлення рухливості пацієнтів.

Фізична реабілітація пацієнтів із вертеброгенними радикулопатіями грудного відділу хребта розглядається як важлива складова комплексного лікування, що ґрунтується на сучасних уявленнях про етіологію, патогенез і клінічні прояви цього захворювання. Основними завданнями фізичної терапії є зменшення болю, усунення м'язового спазму, покращення кровообігу, відновлення біомеханіки рухів грудного відділу хребта та профілактика рецидивів захворювання [1].

Відповідно до сучасних підходів, програма фізичної реабілітації формується індивідуально з урахуванням стадії захворювання, вираженості неврологічних симптомів і загального функціонального стану пацієнта. У гострому періоді пріоритетним є зменшення больового синдрому та запального процесу. З цією метою застосовуються щадний руховий режим, позиційне розвантаження хребта, дихальні вправи, ізометричні скорочення м'язів без активних рухів у грудному відділі, а також фізіотерапевтичні процедури, спрямовані на зниження болю та набряку.

У підгострому періоді реабілітаційні заходи спрямовані на поступове відновлення рухливості грудного відділу хребта та нормалізацію м'язового балансу. Використовуються вправи на мобілізацію, розтягування спазмованих м'язів і зміцнення ослаблених м'язових груп, корекцію постави, покращення координації рухів. Навантаження збільшується поступово та дозовано, що дозволяє уникнути перевантаження уражених структур.

У періоді ремісії основна увага приділяється відновленню повної функціональної активності та запобіганню повторним загостренням. Застосовуються комплекси лікувальної фізичної культури для зміцнення м'язів спини й черевного преса, вправи на стабілізацію хребта, розвиток гнучкості та витривалості. До програми включаються плавання, дозована ходьба та заняття під контролем фахівця. Важливе значення має лікувальний масаж, який сприяє нормалізації м'язового тонусу, покращенню трофіки тканин і загальному функціональному відновленню [2].

Таким чином, оцінка впливу різних методів фізичної терапії свідчить про їх ефективність у зменшенні больового синдрому, відновленні рухливості грудного відділу хребта та покращенні якості життя пацієнтів. Розробка та впровадження комплексної програми фізичної реабілітації з

урахуванням стадії захворювання й індивідуальних особливостей пацієнта є необхідною умовою успішного відновлення та профілактики рецидивів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Вергелес С. О. Фізична терапія пацієнтів з вертеброгенним больовим синдромом поперекового відділу хребта. 2024. С. 425-429.

2. Козьолкін О. А., Мєдвєдкова С. О., Ревенько А. В., Лісова О. О., Дронова А. О. Вертеброгенні ураження нервової системи (діагностика, лікування): навч. посібник для лікарів-інтернів за спеціальностями «Неврологія», «Психіатрія», «Загальна практика – сімейна медиина». Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. 106 с.

3. Evaluating the efficacy of physical therapy to treat symptomatic thoracic radiculopathy – Mayo Clinic. *The world's best hospital – Mayo Clinic*. URL: https://www.mayoclinic.org/medical-professionals/physical-medicine-rehabilitation/news/evaluating-the-efficacy-of-physical-therapy-to-treat-symptomatic-thoracic-radiculopathy/mac-20567827?utm_source= (date of access: 12.02.2026).