

УДК: 364.694-786:615.851.3:316.614.2

Фаткуліна Д.А.<sup>1</sup>, Антонова-Рафі Ю.В.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>студентка, НТУУ «КПІ ім. Ігоря Сікорського»

<sup>2</sup>доц., НТУУ «КПІ ім. Ігоря Сікорського»

## **КОМПЛЕКСНА ПРОГРАМА ПОКРАЩЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ДЛЯ ОСІБ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ**

В умовах сучасного суспільства проблема інтеграції осіб з обмеженими можливостями набуває особливої актуальності, особливо в контексті військових дій в Україні, які призвели до значного збільшення кількості людей з інвалідністю. Це створює нові виклики для системи соціальної реабілітації та адаптації, вимагаючи розробки та впровадження інноваційних підходів до реабілітації.

Особливу увагу привертає той факт, що значна частина нових випадків інвалідності пов'язана з бойовими травмами, які часто супроводжуються комплексними порушеннями фізичного та психологічного характеру. Дослідження показують, що комплексний підхід до реабілітації, який включає фізичну, психологічну та соціальну складові, значно підвищує ефективність відновлення порівняно з традиційними методами.

Основні принципи програми базуються на біопсихосоціалній моделі реабілітації, яка розглядає людину як цілісну систему,

враховуючи фізичні, психологічні та соціальні аспекти життєдіяльності. Індивідуальний підхід є основоположним принципом, що передбачає розробку персоналізованих програм підтримки з урахуванням специфічних потреб, можливостей та життєвих цілей кожної особи. Дослідження демонструють, що індивідуалізовані програми на 30-40% ефективніші за стандартизовані протоколи.

*Мультидисциплінарна взаємодія* фахівців забезпечує комплексний підхід до реабілітації та підтримки. Команда спеціалістів, що включає ерготерапевтів, фізичних терапевтів, психологів, соціальних працівників, лікарів та інших фахівців, працює узгоджено для досягнення оптимальних результатів. Така співпраця дозволяє охопити всі аспекти життєдіяльності та забезпечити максимально ефективну підтримку.

*Медична реабілітація* як основний компонент комплексної програми включає широкий спектр заходів. Відновлювальне лікування базується на застосуванні сучасних методик та технологій, включаючи роботизовану реабілітацію, віртуальну реальність та біологічний зворотний зв'язок. *Реконструктивна хірургія* використовує інноваційні методи, включаючи 3D-друк протезів та імплантів, що дозволяє досягти максимальної функціональності відновлених частин тіла. *Протезування* здійснюється з використанням біонічних протезів, які мають розширені функціональні можливості та керуються за допомогою нейроінтерфейсів.

*Фізична терапія*, як невід'ємна частина медичної реабілітації, пропонує різноманітні методики. Лікувальна фізкультура проводиться за індивідуальними програмами з використанням сучасного обладнання, включаючи системи для розвантаження ваги тіла, стабілоплатформи та роботизовані тренажери. Масаж включає як класичні методики, так і спеціалізовані техніки, такі як міофасціальний реліз та кінезіотейпування. Фізіотерапевтичні процедури використовують широкий спектр фізичних факторів: електротерапію, магнітотерапію, ультразвукову терапію, лазеротерапію.

*Психологічна реабілітація*, в свою чергу, набуває особливого значення. Застосовуються сучасні методи психотерапії, включаючи когнітивно-поведінкову терапію, EMDR-терапію (десенсибілізація та переробка рухом очей), що особливо ефективні при лікуванні посттравматичного стресового розладу. Арт-терапія використовує різні види мистецтва: живопис, скульптуру, музику, танець. Музикотерапія включає як пасивне прослуховування музики, так і активне музиковування, що сприяє емоційній регуляції та соціальній взаємодії.

*Технічні засоби реабілітації* постійно вдосконалюються. Сучасні інвалідні візки оснащуються електронними системами керування, системами підтримки вертикального положення. Розробляються нові моделі допоміжних пристроїв для пересування, самообслуговування, комунікації.

*Інноваційні технології* все більше інтегруються в реабілітаційний процес. Використовуються системи телереабілітації, що дозволяють проводити заняття дистанційно під контролем спеціалістів. Мобільні додатки допомагають контролювати виконання реабілітаційних програм та надають зворотний зв'язок. Віртуальна та доповнена реальність створюють нові можливості для відновлення рухових та когнітивних функцій.

*Ерготерапія* як сучасний метод реабілітації використовує цілеспрямовану діяльність для відновлення функцій. Навчання самообслуговуванню проводиться з використанням спеціального обладнання та адаптованих предметів побуту. Адаптація домашнього середовища включає встановлення спеціальних меблів, поручнів, підйомників, систем "розумний дім".

*Соціальна інтеграція* є комплексним процесом, що включає професійну орієнтацію, навчання новим навичкам, сприяння працевлаштуванню та створення інклюзивного середовища. Програма передбачає співпрацю з роботодавцями, навчальними закладами та громадськими організаціями для створення можливостей професійної самореалізації. Важливим аспектом є розвиток соціальних зв'язків та участь у громадському житті.

*Спортивна реабілітація* та адаптивний спорт активно розвиваються в Україні. Створюються нові спортивні секції для осіб з інвалідністю, розробляються спеціальні програми тренувань. Параолімпійський рух демонструє високі результати, що сприяє підвищенню мотивації до занять спортом серед осіб з інвалідністю.

*Моніторинг та оцінка ефективності програми* здійснюються на основі об'єктивних показників якості життя, рівня функціональної незалежності, соціальної активності та суб'єктивної задоволеності учасників. Регулярний збір та аналіз даних дозволяє постійно вдосконалювати програму та адаптувати її до мінливих потреб цільової аудиторії.

*Економічна ефективність* програми також заслуговує на увагу. Аналіз витрат показує, що хоча початкові інвестиції у комплексну реабілітацію є значними, довгострокові економічні переваги, пов'язані зі зниженням залежності від соціальної допомоги та поверненням до трудової діяльності, перевищують початкові витрати.

Отже, комплексна програма демонструє перспективність у покращенні якості життя осіб з обмеженими можливостями. Особливо важливим є її застосування для реабілітації військовослужбовців, які отримали інвалідність внаслідок бойових дій в Україні.

Інтеграція сучасних технологій, індивідуальний підхід та мультидисциплінарність забезпечують ефективність реабілітації. Важливим фактором успіху є також активне залучення сімей та створення підтримуючого соціального середовища.

Подальші дослідження мають бути спрямовані на вдосконалення методів реабілітації з використанням новітніх технологій, включаючи віртуальну реальність та роботизовані системи. Важливим напрямком є також розробка спеціалізованих програм для різних видів інвалідності та вікових груп, а також адаптація програми до умов різних регіонів України.