

УДК 615.825:616.3

Барзьонок О.В.¹, Присяжнюк О.А.²

¹ студ. гр. УФКС-210м НУ «Запорізька політехніка»

² канд. хім. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ДИСКІНЕЗІЇ ЖОВЧОВИВІДНИХ ШЛЯХІВ ПО ГІПОКІНЕТИЧНОМУ ТИПУ

Функціональні розлади жовчовивідних шляхів (жовчних проток, жовчного міхура і сфінктерного апарату) є одними з найпоширеніших серед біліарної патології. Властива їм різноманітність клінічних проявів, тривалість перебігу з періодами затяжних загострень, можливістю трансформації функціональних порушень в органічну патологію (холангіт, холецистит, жовчнокам'яну хворобу), часте залучення в патологічний процес суміжних органів (печінки, підшлункової залози, шлунку, дванадцятипалої кишки), прояв у молодому віці, погіршення якості життя і обмеження працездатності – зумовлюють надзвичайно важливе значення даної патології не тільки в медичному аспекті, а й у соціальному. Провідна роль у виникненні захворювання належить психогенним чинникам – психоемоційним перевантаженням, стресам, проявам неврозу. Для підбору адекватної терапії необхідно у кожному конкретному випадку уявляти, які саме порушення призвели до тих або інших проявів захворювання.

За даними центру медичної статистики МОЗ України, захворюваність на функціональні розлади біліарного апарату (ФРБА) в країні стрімко зростає; приріст за останні 10 років у дорослих склав 97,5%, що відображає світову тенденцію до подвоювання кількості хворих кожне десятиліття; у дітей частота ФРБА зросла в 10 разів. В останній час значення соціальної проблеми набуває збільшення кількості пацієнтів молодого віку, у котрих діагностують ЖКХ, переважно хворіють жінки молодого віку, астеничної конституції, в яких нерідко спостерігають зв'язок дискінезії з менструальним циклом. У клімактеричний період частота дискінезії збільшується. Дискінезія жовчовивідних шляхів (ДЖВШ) є найбільш поширеним функціональним порушенням гепатобіліарної системи і служить провідною причиною холестазу, а також утворення каменів у

жовчному міхурі та протоках.

Метою нашої роботи було дослідження впливу фізичної терапії та методів реабілітації при гіпокінетично-гіпотонічній дисфункції жовчного міхура для покращення здоров'я населення.

Дискінезія жовчних шляхів по гіпокінетичному типу – патологічний стан, що виникає в результаті порушень моторної функції жовчовивідних шляхів із зниженням тону жовчного міхура.

Крім медикаментозного методу лікування дискінезії жовчного міхура значну увагу приділяємо засобам фізичної терапії. Найбільш ефективна комплексна фізична реабілітація, складовими частинами якої є раціональний руховий режим, лікувальне харчування, природні і преформовані фізичні фактори, лікувальна фізична культура, лікувальний масаж.

Спеціальні фізичні вправи, спричинюючи почергове підвищення і зниження внутрішньочеревного тиску, тонізують гладку мускулатуру жовчного міхура, жовчовивідних проток і сфінктера Одді, прискорюють жовчовиділення, запобігають застою жовчі. Лікувальна фізкультура підсилює дію жовчогінних препаратів і спазмолітичних засобів. Для м'язів живота корисними є спеціальні вправи з предметами (палицями, гантелями, набивними м'ячами), що підсилюють лікувальну дію за рахунок маси предмета, подовження важеля переміщуваного сегмента тіла, а також вправи на гімнастичній стінці (типу змішаних висів). Дихальні вправи при певній методиці їх виконання дозволяють впливати на внутрішньочеревний тиск внаслідок рухів діафрагми. Заняття ЛФК краще проводити за 1,5–2 год до прийому їжі або через 1,5–2 год після їди.

Серед різних форм ЛФК хворим в умовах стаціонару призначають процедури лікувальної гімнастики, гігієнічну гімнастику, індивідуальні завдання для самостійного виконання, прогулянки; у період ремісії — ранкову гігієнічну гімнастику, процедури лікувальної гімнастики, пішохідні прогулянки, ходьба та оздоровчий біг, екскурсії. Поліпшення і нормалізація емоційного тону хворих, оздоровлення їх нервово-психічної сфери можна досягти за рахунок включення ігор середньої та малої рухливості, ігрових елементів, приладів і предметів.

Фізичні вправи доцільно поєднувати з усіма прийомами масажу, які застосовують для передньої черевної стінки. Показаний сегментарно-рефлекторний масаж із впливом на паравертебральні й рефлексогенні зони спини, шиї та живота.

Важливим і допоміжним засобом у лікуванні має застосування методів бальнеотерапії. Мінеральні води збільшують секрецію жовчі та роблять її менш в'язкою. При гіпокінетичній дискінезії застосовуємо

циркулярний душ, лікувальний басейн.

Лікарські рослини і лікувальні препарати рослинного походження займають важливе місце у лікуванні і профілактиці жовчовивідних шляхів. При цьому застосовуємо рослинні засоби, що стимулюють утворення (холеретики) і виділення (холекінетики) жовчі.

В результаті аналізу літературних даних встановлено, що реабілітація при дискінезіях жовчного міхура має бути комплексною. Лікувальну фізкультуру доцільно поєднувати з різними фізичними методами - це створює умови для нормального відтоку жовчі і покращує регуляторні механізми жовчовиділення. Особливу увагу потрібно звертати на своєчасне лікування невротичних порушень, хронічних захворювань, раціональний режим харчування, праці і відпочинку.