

УДК 615.82

Налівкіна Н.О.¹, Усенко А.М.²

¹студентка НУ «Запорізька політехніка»

²ст. викладач НУ «Запорізька політехніка»

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ МАСАЖНИХ ТЕХНІК В ПРОГРАМІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА КОКСАРТРОЗ

Артроз кульшового суглоба, або коксартроз, є одним з найпоширеніших захворювань опорно-рухової системи, яке завдає значного болю, обмежує рухливість і знижує якість життя пацієнтів. Серед українців захворювання суглобів найбільш поширене в формі артрозу кульшового суглоба. Ця патологія характеризується стрімким прогресуванням, яке часто призводить до інвалідності у людей ще в працездатному віці [1, с. 244].

Остеоартроз розвивається внаслідок надмірної та тривалої статичної пози, що призводить до перевантаження, дегенерації та травмування хряща. Одними з найважливіших факторів ризику є вік і стать пацієнта. В основі етіології остеоартрозу лежать порушення в молекулярній структурі гіалінового хряща.

Беручи до уваги нещадний вплив захворювання, його можливі наслідки та необхідність застосування комплексних заходів для лікування та попередження патології, актуальність аналізу ефективності інструментів фізичної терапії є високою та потребує постійного удосконалення.

Виходячи з цього, інструментом, який є обов'язковим серед засобів реабілітації хворих на коксартроз, є використання масажних технік.

Мета нашого дослідження полягає у визначенні комбінації масажних технік (класичний масаж, сегментарно-рефлекторний, точковий, міо-фасціальні техніки) в залежності від стадії захворювання, віку пацієнта, наявності супутніх захворювань та виявленні основних важелів впливу на стан хворих з його допомогою.

Ефективність застосування масажних технік в реабілітації хворих на коксартроз полягає насамперед у комплексному впливі масажу на стан хворих. Це досягається шляхом одночасного впливу як на фізіологічні процеси організму, так і на психоемоційний стан пацієнта, що є вкрай важливим.

Зовнішні подразники сприймаються рецепторами шкіри і м'язів, рефлекторними точками і передаються в центральну нервову систему. Потік імпульсів позитивно впливає на діяльність усіх фізіологічних систем організму і, залежно від використовуваної техніки або прийомів масажу, підвищує напругу, стимулюючи центральну нервову систему, або, навпаки, послаблює її, розслабляючи.

Масаж сприяє перерозподілу крові в організмі та покращенню кровопостачання суглобів завдяки місцевому та рефлекторному впливу тепла, що виділяється. В результаті: покращуються окислювальні-відновні процеси, що запобігає розвитку атрофічних змін у суглобах; прискорюється вивільнення продуктів обміну речовин, полегшується розсмоктування набряків, ексудату і патологічних відкладень в суглобах і зменшуються застійні явища в суглобах; стимулюються регенеративні процеси пошкоджених суглобів і навколишніх тканин, що перешкоджає прогресуванню атрофії; покращується гнучкість і рухливість суглобів і зміцнюється м'язово-сухожильно-суглобовий комплекс [2, с. 38-39].

Лікувальний масаж при остеоартрозі кульшового суглоба зменшує біль, покращує крово- і лімфообіг, покращує трофічні процеси, розслабляє м'язи, усуває контрактури, сприяє збільшенню амплітуди безболісних рухів, відновлює функцію синовіальної рідини в кульшовому суглобі, відновлює цілісність гіалінового хряща, підтримує м'язи кульшового суглоба і зв'язки, покращує рухливість і функцію стегна.

Досвід роботи та спостереження спеціалістів в галузі масажної реабілітації пацієнтів свідчить про те, що не дивлячись на простоту цього терапевтичного засобу, його позитивний вплив на стан хворих не можливо переоцінити. Масаж здатен не тільки прискорити відновлювальні процеси, а й активізувати приховані ресурси організму для покращення роботи серцево-судинної, ендокринної, нервової систем, обміну речовин. Крім того, правильно налагоджений психоемоційний контакт пацієнта із масажистом забезпечує хворому можливість розслабитися, позбутися напруження та стресового настрою, бути більш мотивованим в отриманні позитивних результатів.

Таким чином, універсальність впливу масажних технік на різні аспекти відновлювальних процесів, як фізіологічних, так і емоційних, робить його незамінним помічником в реабілітаційних програмах для хворих на коксартроз. Можна стверджувати, що масажні техніки при коксартрозі є обов'язковим елементом відновлювальної програми пацієнта, тривалість та інтенсивність яких визначається виходячи із стану хворого та перебігу захворювання.

Список використаних джерел:

1. Коваленко В.М., Борткевич О.П. Застосування МРТ и УЗД в діагностиці остеоартрозу. *Український ревматологічний журнал*, 2010. 39(1). 55-86.
2. Основи діагностики, лікування та профілактики захворювань кістково-м'язової системи та сполучної тканини. Модуль 2. Ч 1: навчальний посібник до практичних занять з внутрішньої медицини для студентів 5 курсу медичних факультетів / В. А. Візір, А. С. Садовов, С. Г. Шолох, О. В. Гончаров, О. В. Насоненко. Запоріжжя : ЗДМУ, 2019. 193 с.
3. Ефективність застосування відновлювальної технології з використанням інерційної гімнастики та елементів ерготерапії у чоловіків, хворих на коксартроз / С. Афанасьєв, О. Афанасьєва, С. Рокутов, В. Проскура, В. Муквич. *Україна здоров'я нації*. №1.(63). 2021. С.94-99.
4. Афанасьєв С. М. Профілактика первинної інвалідності внаслідок захворювань і травм опорно-рухового апарату засобами фізичної реабілітації: [монографія] Дніпро: Журфонд, 2017. 259 с.
5. Герцик А. М. Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації /фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК, 2018. 388 с.
6. Фізична терапія пацієнтів з коксартрозом / С.І. Латогуз, Г.Л. Литвиненко, М.І. Литвиненко, Л.В. Карабут, О.О. Рябова. *Експериментальна клінічна медицина*, 2022. №91(2). С.29 – 31.
7. Травматологія і ортопедія: підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / за ред. Г.Г. Голки, О.А.Бур'янова, В.Г.Климовицького. Вінниця: Нова книга, 2014. 416 с.
8. Філак Я.Ф., Філак Ф.Г. Масаж і нетрадиційний масаж: підручник. Ужгород: ФОП Сабов А.М., 2015. 336 с.