

УДК 615.8:616-082.26](045)

Ковальова О.В.¹, Kohutka U.²

¹канд.біол. наук, доц., НУ «Запорізька політехніка»

²physical therapist, Ltd “Besofit”, London, UK

ОСНОВНІ ЗАСАДИ ВЗАЄМОДІЇ ФІЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА І ЕРГОТЕРАПЕВТА В МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ КОМАНДІ

Актуальність. Сучасна система реабілітації орієнтована на міждисциплінарний підхід, коли фахівці різних профілів працюють спільно над досягненням єдиної мети — покращення функціонального стану та якості життя пацієнта. У Постанові КМУ №1268 від 3 листопада 2021 року закладено фундаментальні принципи побудови реабілітаційної допомоги в Україні, де чітко визначено роль мультидисциплінарної реабілітаційної команди як основної моделі надання послуг.

Міністерство охорони здоров'я України наголошує на важливості мультидисциплінарного підходу, під яким мається на увазі спільна діяльність фахівців у процесі оцінки, планування, реалізації та перегляду реабілітаційного плану. МОЗ України також підкреслює, що мультидисциплінарна команда — це колектив фахівців, які разом визначають реабілітаційні цілі, план дій та спільно впроваджують заходи, спрямовані на відновлення функцій та покращення якості життя пацієнта. Така командна робота особливо актуальна в контексті впровадження Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ), яка дозволяє розглядати пацієнта в цілісному вимірі — не лише з медичної, а й з соціальної, психологічної та поведінкової точки зору.

У цій системі фізичний терапевт та ерготерапевт виконують взаємодоповнюючі ролі і є ключовими членами мультидисциплінарної реабілітаційної команди. Їхня взаємодія дозволяє максимально ефективно поєднати фізичне відновлення з адаптацією до повсякденного життя, що є основою підходу за Міжнародною класифікацією функціонування (МКФ). Взаємодія між ними є не лише бажаною, а й необхідною для досягнення стійкого функціонального результату в пацієнтів, особливо у складних або хронічних випадках.

Обговорення: Фокус фізичного терапевта полягає в оптимізації рухових функцій, відновленні та покращенні сили, гнучкості, координації, рівноваги та зменшенні болю. Він працює з пацієнтом над відновленням контролю над тілом, покращенням ходи, стабілізацією постави, що критично важливо для повернення до активного життя. У цьому процесі пацієнт вчиться знову контролювати своє тіло, рухатись упевнено, зменшуючи ризики падінь або повторних травм. Наприклад,

після інсульту фізичний терапевт може працювати над відновленням м'язового тону та ходьби, використовуючи вправи для стимуляції нервово-м'язової системи. У разі постінсультної реабілітації фізичний терапевт застосовує нейрореабілітаційні методики для відновлення рухових шляхів, зниження спастичності та стимуляції нейропластичності. Його робота створює міцний фізіологічний фундамент для подальших дій.

Водночас ерготерапевт має іншу точку зору на той самий процес. Він переносить ці відновлені фізичні навички у практичний контекст. Його завданням є допомога людині в адаптації до повсякденного життя. Основна мета ерготерапії – забезпечити пацієнтові незалежність у повсякденному житті, підвищити якість життя через відновлення або компенсацію функцій, необхідних для самообслуговування, праці, дозвілля та соціальної участі. Ерготерапевт працює над тим, щоб пацієнт міг самостійно виконувати дії, які для здорової людини є буденні: вдягатися, готувати їжу, користуватися телефоном або комп'ютером, пересуватись у громадському просторі. Якщо пацієнт після терапії вже має базові навички стояння та пересування завдяки фізичному терапевту, то ерготерапевт допомагає йому інтегрувати ці функції у щоденні дії: безпечно переміщатися по кухні, користуватись побутовими приладами, стояти біля плити, обирати безпечні кухонні предмети, організувати простір так, щоб уникнути перевантажень, розпланувати простір у ванній кімнаті з урахуванням функціональних обмежень.

Оцінка пацієнта у фізичній і ерготерапії має різні, але взаємодоповнюючі фокуси і також проходить у співпраці. Фізичний терапевт проводить об'єктивну оцінку фізичного стану (м'язова сила, амплітуда рухів, витривалість, координація), тобто як працюють м'язи, яка амплітуда рухів, яка постава. Ерготерапевт натомість аналізує, як ці обмеження впливають на здатність пацієнта виконувати повсякденні обов'язки, тобто фокусується на функціональних обмеженнях у виконанні конкретних завдань: приготування їжі, вдягання, письмо або використання комп'ютера. Наприклад, слабкість у дистальній частині руки, виявлена фізичним терапевтом, для ерготерапевта стане підставою для адаптації предметів гігієни або розробки стратегії енергозбереження в побуті. Тобто ерготерапевт може виявити, що через слабкість однієї руки пацієнту складно самостійно чистити зуби або розстібати гудзики, і саме ця інформація дозволяє розробити більш персоналізований реабілітаційний план.

Координація втручань між фізичним терапевтом і ерготерапевтом дозволяє створити безперервну лінію реабілітаційного впливу. Терапевтичні заходи фізичного терапевта і ерготерапевта повинні бути

тісно пов'язаними. Навички, сформовані на рівні ізольованих фізичних функцій, переходять у контекстну площину повсякденності. Це особливо важливо в процесі перенесення моторних стратегій із терапевтичного середовища у реальні життєві ситуації, що й є головною метою реабілітації. Наприклад, після тренування з фізичним терапевтом на координацію, рівновагу або силу пацієнт під наглядом ерготерапевта вчиться застосовувати ці навички у реальному житті – наприклад, безпечно користуватися ванною або готувати обід, ерготерапевт навчатиме пацієнта безпечного підйому зі стільця на кухні або використання душі без сторонньої допомоги.

Регулярна міжпрофесійна комунікація є ключовим фактором успіху. Комунікація між цими спеціалістами має бути регулярною. Обговорення випадків, спільне планування, перегляд мети терапії та обмін спостереженнями дозволяють адаптувати підхід до індивідуальних потреб пацієнта. При обговоренні прогресу пацієнта фізичний терапевт і ерготерапевт коригують плани, розглядають питання, що виходять за межі їхніх професійних компетенцій. Фізичний терапевт може звернути увагу на прогрес у м'язовій витривалості, що дозволить ерготерапевту розширити перелік побутових активностей для тренування. Водночас, ерготерапевт, помітивши труднощі у використанні побутових предметів, може запропонувати фізичному терапевту зміни у тренуваннях, які вправуватимуть ці труднощі.

Окремої уваги заслуговує робота з психосоціальними аспектами. Психосоціальний компонент також відіграє важливу роль. Пацієнт у процесі реабілітації не лише фізично вразливий, а й часто емоційно дезорієнтований, пригнічений втратою автономії. Обидва фахівці мають не лише технічну функцію, а й підтримують пацієнта емоційно, допомагаючи йому адаптуватися до нової реальності, зменшити тривожність, повірити у власні сили, формуючи у пацієнта відчуття контролю над ситуацією. Ерготерапевт (як фахівець з орієнтацією на сенс та цінності) допомагає визначити, що для пацієнта є дійсно важливим у повсякденному житті, а фізичний терапевт допомагає реалізувати ці цілі, забезпечуючи для них фізіологічну базу. Таким чином, відновлення відбувається не лише на рівні функцій, а й на рівні ідентичності пацієнта.

Висновки: Взаємодія фізичного терапевта і ерготерапевта є наріжним каменем сучасної реабілітації. Вони не лише працюють паралельно, а доповнюють один одного, створюючи єдине реабілітаційне середовище, яке відповідає потребам конкретного пацієнта. Їхня тісна співпраця, регулярна комунікація, розуміння меж власної компетенції і повага до знань іншого фахівця дозволяють побудувати цілісний підхід до відновлення функціональної незалежності людини.

Список використаної літератури

1. Питання організації реабілітації у сфері охорони здоров'я [Електронний ресурс]: Постанова КМУ № 1268 від 3 листопада 2021 р. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1268-2021-п#Text>
2. МОЗ України. Що таке мультидисциплінарна реабілітаційна команда? [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://moz.gov.ua/uk/scho-take-multidisciplinarna-reabilitacijna-komanda>
3. Physiopedia. Реабілітаційні команди [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://langs.physio-pedia.com/uk/rehabilitation-teams-uk/>