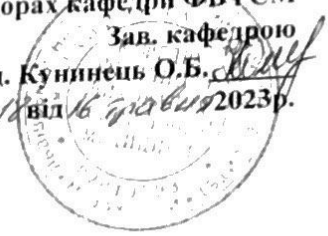


МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ДАНИЛА ГАЛИЦЬКОГО
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ

Затверджено на методичних
зборах кафедри ФВ і СМ

Зав. кафедрою
к.біол.н., доц. Кунинець О.Б. *[підпис]*
Протокол № 18 від 16 травня 2023р.



МЕТОДИЧНА ВКАЗІВКА
з навчальної дисципліни
МАНУАЛЬНА ТЕРАПІЯ
для студентів 4 курсу
підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти
галузі знань 22 «Охорона здоров'я, спеціальності 222 «Медицина»
для самостійної роботи з підготовки до практичного заняття

Тема 5 « Мануальна терапія в системі фізичної і медичної реабілітації, та реабілітації осіб які стали інвалідами під час проходження військової служби та осіб що постраждали під час військових дій.»

Львів 2023

Методичні вказівки виконані у відповідності до вимог навчальної програми з дисципліни «Мануальна терапія» складені для підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я, спеціальності 222 «Медицина».

Згідно з навчальним планом, вивчення мануальної терапії на медичному факультеті здійснюється на 4-му році навчання. Програма розрахована на 60 годин, з яких 26 аудиторних годин (практичні заняття), 34 годин самостійної роботи студентів (СРС).

Методичні вказівки підготувала:

Марусяк С.В. – асистент кафедри

За загальною редакцією завідувача кафедри фізичного виховання і спортивної медицини к.біол.н., доц. Кунинець О.Б.

РЕЦЕНЗЕНТИ:

Дутка Роман Ярославович, д.мед.н., професор, завідувач кафедри пропедевтики внутрішньої медицини медицини №1 Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького

Магльований Анатолій Васильович, д. біол. н., професор кафедри фізичного виховання та спортивної медицини Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького

Методичні вказівки обговорені та схвалені
на методичних зборах кафедри фізичного виховання і спортивної медицини
протокол №18 від 16 травня 2023р.

1. Актуальність теми. Мануальна терапія як засіб фізичної реабілітації – це спосіб лікування захворювань хребта, суглобів, м'язів, зв'язок, судинно-нервових структур, а також вертеброгенних захворювань внутрішніх органів за допомогою ручного впливу. Нею може займатись лікар, котрий пройшов відповідну підготовку і вмє застосовувати методи мануальної діагностики. У проведенні реабілітації та лікуванні військовослужбовців, що в силу дії на них різних травматичних факторів мають скарги на біль, повинні застосовувати методи мануальної терапії. В державі потрібно чітко налагодити та врегулювати процеси реабілітації військовослужбовців після поранень в зоні бойових дій, про що неодноразово наголошував Президент України та було поставлене відповідне завдання Кабінету Міністрів та Верховній Раді України. Система охорони здоров'я за десятки років була практично знищена, відповідно, реабілітація, як один із етапів лікування, на державному рівні також відійшла у минуле. І тільки завдяки відповідальним і професійним спеціалістам, а також завдяки приватним клінікам, які працюють на результат, реабілітація існує й досі.

2. Тривалість заняття: 2 год.

3. Навчальна мета

Знати:

- Форми, засоби і методи фізичної реабілітації;
- Механізми лікувальної дії засобів мануальної терапії в реабілітації;
- Застосування мануальної терапії для осіб, що постраждали під час військових дій

Вміти:

- Визначити рівень функціонального стану систем організму пацієнта (серцево-судинної, дихальної, нервової, м'язової)
- Інтерпретувати результати клініко-лабораторних методів дослідження;
- Правильно вибрати та коректно призначити форми, методи та засоби фізичної реабілітації;
- Правильно підібрати методи мануальної терапії для військових осіб
- діагностувати патологію за допомогою мануальних методів;
- застосовувати мануальну терапію в комплексному лікуванні і реабілітації хворих;
- показувати діагностичні методами мануальної терапії;
- застосовувати техніки мануальної терапії.

Засвоїти практичні навички:

- самостійно проводити антропометричне та соматоскопічне обстеження пацієнта.
- самостійно проводити функціональні методи обстеження.
- на основі клініко-лабораторних та функціональних методів досліджень правильно та коректно призначати процедури;
- вести облік результатів фізичної реабілітації;
- чітко вести медичну документацію.

4. Міжпредметна інтеграція (базовий рівень підготовки)

Назви попередніх дисциплін	Отримані навички
Анатомія	Знання з анатомії скелетно-м'язової, серцево-судинної, дихальної, травної, нервової систем. Вміти визначати правильність тіло будови, постави, цілісність шкірних покривів.

Біохімія	Розуміти роль сурфактанту та дихальних білків в умовах адаптації до фізичного навантаження, біохімічні зміни при роботі м'язів.
Нормальна фізіологія	Особливості фізіологічного стану організму після дії на нього фізичного навантаження в нормі. Аналізувати фізіологічні константи м'язової роботи, стану ферментної системи організму. Визначати зміну пульсу, АТ, ОЦК, ЗПОС.
Патологічна фізіологія	Оцінити фізіологічний стан організму після дії на нього фізичного навантаження при патологічних станах, інтерпретувати зміни у загальному аналізі крові після фізичного навантаження. Вміти виявити клінічні прояви гострого перенапруження, хронічної втоми різних ступенів важкості.
Пропедевтика внутрішніх хвороб	Виявити порушення роботи серцево-судинної системи, дихальних шляхів, травної системи, нирок. Проводити клінічну, лабораторну та інструментальну діагностику хворих з різною патологією.
Пропедевтика дитячих хвороб	Знати будову та функції серцево-судинної системи, дихальних шляхів, травної та нервової систем у дітей.
Загальна хірургія	Симптоматологія гострих хірургічних станів. Травми скелетно-м'язової системи. Проводити клінічну, лабораторну та інструментальну діагностику хірургічних хворих.

5. Поради студенту.

Зміст теми:

Реабілітація - це відновлення здоров'я, функціонального стану та працездатності, порушених хворобами, травмами або фізичними, хімічними і соціальними факторами.

ВООЗ: "Реабілітація це сукупність заходів, покликаних забезпечити особам з порушеннями функцій у результаті хвороб, травм і вроджених дефектів пристосування до нових умов життя в суспільстві, в якому вони перебувають". Термін реабілітація походить від латинського слова *habilis* - "здатність", *rehabilis* - "відновлення здатності".

МАНУАЛЬНА ТЕРАПІЯ (лат. *manus* — рука, грец. *θεραπεία* [*therapeia*] — лікування, оздоровлення) — вид терапії, спрямований на лікування кістково-м'язової системи, внутрішніх органів за допомогою системи діагностичних і мануальних прийомів, що включають функціональні суглобові блокади, гіпермобільність та регіонарний постуральний дисбаланс м'язів з метою відновлення біомеханіки (усунення контрактур, блокування тощо).

Мануальна терапія являє собою метод терапії, що застосовують при лікуванні або профілактиці захворювань скелетно-м'язової системи, а також при фізичній реабілітації.

Базується цей метод на численних техніках і прийомах, що виконуються суто руками терапевта. Тобто спеціаліст за допомогою своїх рук робить вплив на певні системи та тканини, щоб отримати можливість або поставити в потрібне положення кісткову структуру, або зняти функціональний блок чи спазм у м'язах, або зменшити чи повністю усунути больові відчуття.

Прийоми мануальної терапії поділяються на тракції, мобілізації і маніпуляції. В залежності від конкретного випадку, терапевт використовує той чи інший вид прийомів.

Тракція використовується для збільшення амплітуди руху суглобів та як наслідок послаблення больових симптомів. Прийом являє собою делікатне та повільне розтягування суглобових елементів протязі 30 секунд.

Мобілізація покращує мікроциркуляцію та циркуляцію крові, в результаті чого зменшуються набряки, больові симптоми та покращуються функції суглобів. Цей вид прийомів здійснюють шляхом ритмічного сковзання поміж елементами суглобів паралельно площині лікування. При цьому пацієнт має можливість повністю контролювати своє самопочуття, а також роботу терапевта. Діапазон руху не змінюється.

Маніпуляція швидко усуває больові відчуття, повертає рух суглобові до рівня фізіологічної норми. Цей вид прийомів являє собою швидкі зміщення елементів суглобів між собою в потрібній траєкторії руху. Виконання прийомів одноразове. Пацієнт не має можливості контролювати цей вплив. Діапазон руху збільшений.

Основні показання:

- Больові відчуття в спині
- Суглобах підвивихи або блоки
- Порушення суглобової функції
- Зміщення хребців
- Больові відчуття в суглобах
- Порушення постави

Абсолютні протипокази:

- Складний психологічний стан
- Присутність складних неврологічних захворювань
- Серцево-судинні захворювання
- Рух в суглобі не має фізіологічного обмеження
- Онкологічні захворювання

Завдання реабілітації:

- відновлення побутових можливостей хворого;
- здатності до пересування, самообслуговування і виконання нескладної роботи;
- відновлення працездатності;
- попередження розвитку патологічних процесів, які призводять до тимчасової чи стійкої втрати працездатності.

Ціль реабілітації - найбільш повне відновлення втрачених можливостей організму, але якщо це є неможливим, ставиться завдання часткового відновлення або компенсація втраченої функції і в будь-якому випадку - сповільнення прогресування хвороби.

Фізична реабілітація - складова частина медичної, соціальної та професійної реабілітації, що використовує засоби та методи фізичної культури, масаж та фізичні фактори.

Основні принципи:

1. Індивідуальний підхід до хворого.
2. Свідома участь пацієнта в процесі реабілітації.
3. Поступовість фізичного навантаження.
4. Систематичність занять.
5. Циклічність: чергування роботи та відпочинку з дотриманням оптимального інтервалу.
6. Системність впливу: чергування вправ для різних м'язових груп.
7. Різноманітність у виборі фізичних вправ фізичної реабілітації.
8. Помірність впливу засобів.

Пройшовши лікування в госпіталі, військовослужбовці стикаються з проблемою відновлення своєї функціональності. Адже наслідки поранень та тривала прикутість до ліжка з обмеженням рухливості призводять до атрофії та ослаблення м'язів, формуються контрактури, які не дають можливості повноцінно рухатись. Навіть після врятування кінцівки, ефективної репозиції кісткових уламків чи фіксації переломів хребта необхідна реабілітація. Це дуже важливе завдання, без якого неможливе повноцінне повернення військовослужбовця до мирного життя.

Реабілітація військовослужбовців після поранень потребує тривалого часу, який може тривати від 1-2 до 5-6 місяців і більше. Це потребує терпіння й наполегливості не лише самого пораненого, а й професіоналізму, чуйності та терпіння медичного персоналу.

Важливим для реабілітації військових є також правильний підхід. Мається на увазі вибір оптимальних прийомів та технічних засобів для найбільш ефективного впливу в тій чи іншій ситуації. Це визначає швидкість реабілітаційних заходів, комфортне перенесення процедур та відповідний результат.

Повноцінне відновлення функцій кінцівок, хребта та пов'язаного з ним всього організму, неможливе без комплексу заходів по розробці суглобів, відновленню еластичності зв'язкового апарату, поверненню м'язового тонуусу та сили, а також відновленню інервації органів та систем. Крім того, відновне лікування важливе також і після травм, отриманих спортсменами, що передбачає спортивна реабілітація.

Теоретичні питання до заняття:

1. Що таке реабілітація?
2. Основні принципи процесу реабілітації
3. Основні покази та протипокази до призначення засобів мануальної терапії
4. Застосування методів мануальної терапії серед військовослужбовців
5. Основні прийоми мануальної терапії

Матеріали для самоконтролю:

1. Що таке реабілітація?
2. Що таке мануальна терапія?
3. Засоби мануальної терапії?
4. Основні показання до проведення мануальної терапії
5. Абсолютні протипокази до проведення мануальної терапії

Література:

Основна:

1. Єфіменко П. Б. Техніка та методика класичного масажу : [навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів] / П. Б. Єфіменко. – 2- е вид., перероб. й доп. – Харків : ХНАДУ, 2013. – 296 с.
2. Марченко О. К. Фізична реабілітація хворих із травмами й захворюваннями нервової системи : [навчальний посібник] / Марченко О. К. – Київ : Олімпійська література, 2006. – 196 с.
3. Руденко Р. Є. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Львів : Сплайн, 2013. – 304 с. ISBN 978-966-2328-51-6
4. Самосюк Й. Ф. Акупунктура / Й. Ф. Самосюк, В. Лысенюк. - М. АСТ - - пресс-книга, 2004. - 526 с. 14. Сергеев В. М. Точковий та лінійний масаж I-II ч. / В. М. Сергеев, А.О Альошин, І. О. Бичук. - Луцьк : Вежа-Друк, 2018. - 225 с. 15. Сергеев В.М. Раціональне харчування і секрети

довголіття, вид. 3.тє доп. / В. М. Сергєєв - Луцьк: Вежа-Друк. 2019. - 136 с.

5. Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с.
6. Яровий В.К. Клінічна мануальна медицина. Навчальний посібник. - Вінниця: Нова Книга, 2008. - 320 с.
7. Keer R. Hypermobility syndrome: Recognition and management for physiotherapists / Keer R., Grahame R. – Harley Street, 2003. – 234 p.

Додаткова:

1. Мурашко Н. К. Рефлексотерапія : національний підручник / Н. К. Мурашко, О.Г. Морозова та ін. ; за ред. д. мед. н., проф., зав кафедри неврології і рефлексотерапії Н. К. Мурашко, д. мед. Н. , проф., зав кафедри рефлексотерапії О.Г. Морозової. - I том. - К.: ТОВ «СІК ГРКП УКРАЇНА», 2013. - 421 с.
2. Сергєєв В.М. Народні методи оздоровлення / популярні оздоровчі системи. Методичні вказівки/В.М Сергєєв, А.О Альошин І.О. Бичук/. Луцьк : Вежа-Друк, 2018.-72с. 7. Сергєєв В.М. Нетрадиційні методи оздоровлення/Методичні рекомендації / В.М Сергєєв, А.О Альошин, І.О.Бичук/ Луцьк.-Вежа-Друк.-2018.- 83с.
3. Фредерік Мартіні. Анатомічний атлас людини. К.: Медицина. 2018 – 128с.
4. BMA Bad Back Book.: DK (Dorling Kindersley). - 2018 – 128с.
5. First Aid Manual. The Step-by-Step Guide For Everyone (Irish edition). :DK (Dorling Kindersley). - 2017 – 288с.

Електронні ресурси:

1. www.nlm.nih.gov
2. <https://academic.oup.com/ptj>
3. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
4. <http://www.nbuv.gov.ua/> (Сайт Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського)