

4. Пешкова О.В. Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів. Харків: СПДФО Бровін О.В., 2011. С. 219-236.
5. Чекман І. С. Клінічна фітотерапія. Київ : Видавництво А.С.К., 2003. 552 с.

## СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ОСІБ ІЗ ХРОНІЧНИМ ОБСТРУКТИВНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ ЛЕГЕНЬ

**Банашко Богдана, Руденко Олександр**  
*Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського*

**Анотація.** Хронічне обструктивне захворювання легень (ХОЗЛ) є серйозною медичною проблемою, яка значною мірою впливає на якість життя мільйонів людей у всьому світі. У статті порівнюється ефективність застосування кінезіотерапії та медикаментозного підходу у пацієнтів із хронічним обструктивним захворюванням легень (ХОЗЛ). Дослідження проведено з метою визначення найбільш ефективних методів фізичної терапії для поліпшення функціонального стану та якості життя цієї категорії пацієнтів.

**Ключові слова:** хронічне обструктивне захворювання легень, кінезіотерапія, медикаментозний підхід, фізична терапія, реабілітація, порівняльний аналіз, ефективність лікування.

**Banashko Bohdana, Rudenko Oleksandr. Modern approaches to physical therapy of people with chronic obstructive pulmonary disease.**

**Abstract.** Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is a serious medical problem that significantly affects the quality of life of millions of people worldwide. The article compares the effectiveness of kinesiotherapy and medication in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). The study was conducted with the aim of determining the most effective methods of physical therapy to improve the functional state and quality of life of this category of patients. The findings of this article can be an important contribution to the development of an optimal program of physical therapy for patients with COPD, contributing to the selection of the most effective methods of treatment and rehabilitation for this category of patients.

**Key words:** chronic obstructive pulmonary disease, kinesiotherapy, medication approach, physical therapy, rehabilitation, comparative analysis, treatment effectiveness.

**Актуальність проблеми.** Хронічні обструктивні захворювання легень (ХОЗЛ) – це група хвороб, що характеризуються стійкими, зазвичай прогресуючими обмеженнями прохідності дихальних шляхів. Вони пов'язані з підвищеною хронічною запальною реакцією дихальних шляхів та легень на різні подразливі стимули.

За даними ВООЗ, понад 65 мільйонів осіб страждають від ХОЗЛ у помірних та тяжких формах, проте, оскільки діагноз ХОЗЛ поставлено лише

половині всіх пацієнтів, їх кількість може бути набагато більшою. Поширеність ХОЗЛ серед осіб старше 30 років збільшилася з 10,7% у 1990-х до 11,7% у 2010-х роках. Внаслідок скринінгових досліджень встановлено, що поширеність ХОЗЛ вища серед курців порівняно з некурцями, а також серед осіб старше 40 років порівняно з молодшими. Майже вдвічі частіше ХОЗЛ виявляється серед чоловіків, ніж серед жінок [1].

Щорічно понад три мільйона осіб вмирають від ХОЗЛ, що складає приблизно 5% усіх випадків смерті у світі; до 90% цих випадків припадає на країни з низьким і середнім рівнем доходу. За прогнозами, протягом наступних 10 років смертність від ХОЗЛ зросте більш ніж на 30% – до 2030 року ХОЗЛ стануть третьою провідною причиною смерті в усьому світі [4].

У останні роки поширеність ХОЗЛ в Україні залишалася стабільно високою і складала від 3,8 до 4,0%, що майже вдвічі перевищує середню поширеність ХОЗЛ у Європейському регіоні (1,7–1,9%). Результати останніх досліджень показали, що кількість хворих на ХОЗЛ в Україні становила 1760 548 осіб [2].

Отже, проблеми, пов'язані з ХОЗЛ, продовжують залишатися одними з найбільш актуальних викликів для сучасної медицини. Ці проблеми потребують комплексного рішення, яке включає адекватну профілактику, своєчасну діагностику та підвищення якості і доступності медичної та реабілітаційної допомоги.

**Мета роботи** – порівняльний аналіз реабілітаційних програм при хронічних обструктивних захворюваннях легень – вивчення вітчизняного досвіду.

**Методи дослідження** – літературний пошук, аналіз, синтез, узагальнення і систематизація теоретичних даних.

**Результати дослідження.** У науковому дослідженні Н. Р. Макаруча зі співавторами оцінювали та порівнювали вплив різних підходів до лікування та реабілітації пацієнтів з ХОЗЛ. Було представлено результати двох незалежних досліджень, опублікованих в інтернет-джерелах. Перше дослідження розглядало ефективність застосування стандартного медикаментозного підходу у пацієнтів із хронічним обструктивним захворюванням легень, тоді як друге дослідження аналізувало ефективність застосування кінезіотерапії в пацієнтів з хронічними обструктивними захворюваннями легень. Нижче представлені основні відомості та порівняльний аналіз результатів обох досліджень [5].

У першому дослідженні взяли участь 27 пацієнтів із хронічним обструктивним захворюванням легень (ХОЗЛ) групи В, віком від 47 до 72 років, з середнім віком 58,5 року. Тривалість ХОЗЛ у досліджуваних групах коливалася від 6 до 15 років. Під час тренувань фізичної активності пацієнтам рекомендували дозовану ходьбу з особливим акцентом на правильному диханні. Протягом перших двох тижнів радили проводити тренування у повільному темпі, з підвищенням темпу та тривалості після третього тижня. Тренування проводилися 4 рази на тиждень. Після лікування відзначили збільшення кількості пацієнтів з легкою задишкою та зменшення середнього та

тяжкого ступенів задишки за допомогою шкали mMRC [3].

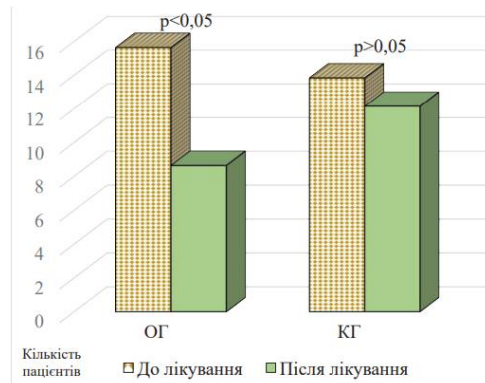


Рис.1. Порівняння результатів тесту оцінки ХОЗЛ у групах до і через 8 тижнів після лікування [3]

У порівнянні з результатами пацієнтів, що отримували лише медикаментозне лікування, пацієнти, які додатково отримували реабілітаційні заходи, виявили більш ефективні та статистично значимі результати. Порівнюючи результати тесту оцінки ХОЗЛ до та після лікування, виявлено статистично значиму відмінність в групі, яка отримувала реабілітаційні заходи (рис. 1).

**Висновок.** Аналіз представленого дослідження підтверджує наявність позитивних змін у функціях зовнішнього дихання у пацієнтів із ХОЗЛ після використання реабілітаційних заходів, таких як дозована ходьба і вправи Цигун, у порівнянні зі стандартним лікуванням. Загалом, результати дослідження підкреслюють важливість застосування реабілітаційних заходів при лікуванні ХОЗЛ та їх позитивний вплив на функції дихання.

#### Список використаних джерел:

1. Бабінець Л.С., Боровик І.О., Андріюк Л.В. Захворювання органів дихання в сімейній медицині : навч. посіб. для студентів старших курсів, лікарів-інтернів, а також лікарів загал. практики - сімейн. медицини, дільнич. терапевтів і педіатрів. Київ : Медицина, 2019. 311 с.
2. Басанець А. В. ХОЗЛ професійної етіології: сучасні підходи до контролю захворювання. Український пульмонологічний журнал. 2016. №4. С.59-63.
3. Макарчук Н.Р., Бакалюк Т.Г., Чубей К.І., Стельмах Г.О. Ефективність застосування кінезіотерапії у пацієнтів із хронічним обструктивним захворюванням легень та надмірною масою тіла. Медсестринство, 2023.
4. Ломинога С.І., Онищук В.Є., Демчук А.В. Фізична терапія при захворюваннях органів дихання: навч. посіб. для студ. закл. вищ. осв. Вінниця, 2022. 198 с.
5. Передерій В. Г., Ткач С. М. Основи внутрішньої медицини : підруч. для студ. вищ. мед. навч. закл. Т. 1. Захворювання органів дихання. Захворювання органів травлення. Захворювання системи крові і кровотворних органів. Захворювання ендокринної системи. Вінниця : Нова книга, 2018. 640 с.