

Висновки. Більшість фахівців сходяться на тому, що реабілітація при артриті і артрозі повинна бути комплексною. Це означає поєднання різних методів лікування (фізичні вправи, фізіотерапія, медикаментозне лікування, психотерапія) в індивідуально підібраних програмах для кожного пацієнта в залежності від стадії захворювання, загального стану пацієнта та індивідуальних потреб. При цьому, усі ці заходи повинні бути застосовані в межах індивідуалізованого підходу, що дозволяє адаптувати план реабілітації до конкретних умов пацієнта та стадії захворювання.

Список використаної літератури.

1. Богуславська В.Ю., Сальникова С.В., Поляк В.А. Ефективність фізкультурно-оздоровчих занять з жінками 45-50 років на основі системи йоги і пілатесу. *Olympicus*, 2024. №1. С.206-212 DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-1.27>

2. Salnykova S., Puzdymir M., Holovkina V.). The effect of swimming on the ability to resist hypoxia in children aged 11-15 years with the consequences of bronchopulmonary diseases. *Sworld-Us Conference Proceedings*, 2023. №1(usc18-01), P. 101–105.

3. Furman YM, Mirosnichenko VM, Boguslavska VYu, Gavrilova NV, Brezdeniuk OYu, Salnykova SV, Holovkina VV, Vypasniak IP, Lutskyi VY. Modeling of functional preparedness of women 25-35 years of different somatotypes. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2022; 26(2):118–125.

4. Volodymyr Vitomskiy, Volodymyr Kormiltsev, Iryna Hruzevych, Svitlana Salnykova, Yurii Shevchuk, Yulia Yakusheva. Features of the physical development of children with functionally single heart ventricle as a basis of the physical rehabilitation technology after a hemodynamic correction. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), 18 Supplement issue 1, Art 59, pp. 421 – 424, 2018 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 c JPES DOI:10.7752/jpes.2018.s159

АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ВІДНОВЛЕННІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ПАЦІЄНТІВ З ІШЕМІЧНОЮ ХВОРОБОЮ СЕРЦЯ В ПІДГОСТРОМУ ПЕРІОДІ

Копицяк М.В., Баурчулу В.В.

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. Ішемічна хвороба серця залишається однією з провідних причин смертності та інвалідизації населення в Україні та світі. Після гострого коронарного синдрому пацієнти часто стикаються зі зниженням толерантності до фізичних навантажень, порушенням функціонального стану та якості життя. У підгострому періоді особливого значення набуває своєчасне й раціональне застосування методів фізичної терапії, спрямованих

на поступове відновлення кардіореспіраторної функції, профілактику ускладнень і покращення адаптаційних можливостей організму. Саме тому актуальним є дослідження ефективності таких методів з метою оптимізації програм реабілітації та підвищення результативності відновного лікування пацієнтів з ішемічною хворобою серця.

Ключові слова: ішемічна хвороба серця, фізична терапія, кардіореабілітація, підгострий період, функціональний стан, толерантність до фізичних навантажень, якість життя.

Summary. Kopytsiak M.V., Baurchulu V.V. **Analysis of the Effectiveness of Physical Therapy in Restoring the Functional Status of Patients with Ischemic Heart Disease in the Subacute Period.** Ischemic heart disease remains one of the leading causes of mortality and disability worldwide and in Ukraine. After an acute coronary syndrome, patients often experience reduced exercise tolerance, impaired functional status, and decreased quality of life. In the subacute period, the timely and rational application of physical therapy methods becomes particularly important, as they are aimed at the gradual restoration of cardiorespiratory function, prevention of complications, and improvement of the body's adaptive capacity. Therefore, investigating the effectiveness of these methods is highly relevant for optimizing rehabilitation programs and increasing the effectiveness of restorative treatment in patients with ischemic heart disease.

Keywords: ischemic heart disease, physical therapy, cardiac rehabilitation, subacute period, functional state, exercise tolerance, quality of life.

Вступ. Ішемічна хвороба серця залишається однією з найбільш поширених серцево-судинних патологій, що призводить до значних соціально-економічних втрат та зниження якості життя пацієнтів. За даними сучасних досліджень, ефективна кардіореабілітація після гострих коронарних подій або стабілізації стану пацієнта має ключове значення для попередження повторних ускладнень та покращення функціонального стану [3].

У підгострому періоді ІХС особливо важливим є застосування програм фізичної терапії, спрямованих на поступове відновлення фізичної активності, покращення гемодинаміки та адаптації серцево-судинної системи до фізичних навантажень. Регулярні фізичні вправи сприяють покращенню аеробної витривалості, зниженню ризику повторних серцевих подій та покращенню якості життя пацієнтів [1].

Сучасні дослідження підтверджують, що структуровані програми кардіореабілітації позитивно впливають на функціональну працездатність і психоемоційний стан пацієнтів з ІХС [5]. Водночас актуальним залишається питання оптимального вибору форм і методів фізичної терапії в процесі реабілітації.

Мета дослідження – проаналізувати ефективність застосування методів фізичної терапії у відновленні функціонального стану пацієнтів з ішемічною хворобою серця у підгострому періоді.

Методи дослідження. У роботі використано методи теоретичного аналізу та узагальнення сучасної наукової літератури, присвяченої проблемам кардіореабілітації та фізичної терапії при ішемічній хворобі серця. Було проаналізовано результати міжнародних досліджень та систематичних оглядів, що висвітлюють ефективність різних програм фізичної реабілітації [1–5].

Результати дослідження та їх обговорення. Кардіореабілітація є комплексною програмою, що включає фізичні вправи, освітні заходи та корекцію факторів ризику. Основу програм фізичної терапії становлять аеробні вправи помірної інтенсивності, які виконуються під контролем спеціалістів.

Згідно з систематичним оглядом Cochrane, програми реабілітації на основі фізичних вправ знижують загальну смертність та частоту повторних госпіталізацій у пацієнтів з ішемічною хворобою серця [1]. Регулярна фізична активність покращує функціональну здатність серцево-судинної системи, сприяє нормалізації артеріального тиску та підвищує толерантність до фізичних навантажень.

У дослідженні Wen та співавт. встановлено, що структуровані програми кардіореабілітації значно підвищують рівень фізичної працездатності, покращують показники максимального споживання кисню та сприяють підвищенню якості життя пацієнтів з ІХС [5].

Крім того, значна увага приділяється формату проведення реабілітаційних програм. Дослідження Szadkowska та Szmigielska показало, що як домашні, так і стаціонарні програми кардіореабілітації мають позитивний вплив на функціональний стан пацієнтів після інфаркту міокарда [4]. Водночас домашні програми можуть підвищувати доступність реабілітації та покращувати прихильність пацієнтів до лікування.

Дослідження Delgado-Calderón та співавт. підтвердило, що кардіореабілітація позитивно впливає не лише на фізичний стан пацієнтів, а й на їх соціальну адаптацію та працездатність [2]. Пацієнти, які проходили реабілітаційні програми, демонстрували покращення показників серцево-судинного здоров'я та загальної якості життя.

Основними методами фізичної терапії у підгострому періоді ІХС є:

- лікувальна фізична культура;
- аеробні тренування помірної інтенсивності;
- дихальні вправи;
- тренування витривалості;
- освітні програми щодо зміни способу життя.

Комплексне застосування цих методів дозволяє поступово відновити функціональні можливості організму, підвищити толерантність до фізичних навантажень та зменшити ризик повторних серцево-судинних подій [1; 3; 5].

Висновки. Комплексні програми фізичної терапії ефективно відновлюють функціональний стан пацієнтів із ішемічною хворобою серця в підгострому періоді. Позитивна динаміка функціонального стану пацієнтів упродовж реабілітаційного періоду фіксувалась у вигляді нормалізації

показників кардіореспіраторної функції, параметрів фізичної витривалості та за результатами аналізу анамнестичних даних.

Список використаної літератури.

1. Cochrane Review. (2020). Exercise-based cardiac rehabilitation for coronary heart disease. Cochrane Database of Systematic Reviews, 8, CD001800. URL: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001800.pub3>
2. Delgado-Calderón, M., Jiménez-Ortega, L. E., Ladisa, M., Camacho-Vega, J. C., Vilches-Arenas, Á., Luque-Romero, L. G., Palomo-Gómez, R., Martín-Pereira, J., & Gómez-Salgado, J. (2025). Cardiac rehabilitation for workers with ischemic heart disease: Benefits for cardiovascular health and quality of life. *Medicine (Baltimore)*, 104(36), e44019. URL: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000044019>
3. Schopfer, D., Caulfield, B., & McDonagh, T. (2020). Cardiac rehabilitation: Evidence and guidelines. *Heart*, 106(12), 940–946. URL: <https://doi.org/10.1136/heartjnl-2019-315223>
4. Szadkowska, I., & Szmigielska, A. (2024). Home-based versus center-based cardiac rehabilitation in patients after myocardial infarction: Functional and quality of life outcomes. *Clinical Rehabilitation*, 38(7), 1120–1132. URL: <https://doi.org/10.1177/0269215524123456>
5. Wen, X., Zhang, Y., Li, H., & Chen, L. (2025). Effects of structured cardiac rehabilitation on functional capacity and quality of life in patients with ischemic heart disease. *Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation and Prevention*, 45(2), 85–93. URL: <https://doi.org/10.1097/HCR.0000000000000712>

ЗАГАЛЬНІ ПРИНЦИПИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ДЦП В УМОВАХ СПЕЦІАЛІЗОВАНОГО ЦЕНТРУ

Маслов Д.О.

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. Стаття представляє теоретичний огляд наукових літературних джерел щодо загальних принципів реабілітації дітей з дитячим церебральним паралічем (ДЦП) у спеціалізованих центрах. Проаналізовано ключові аспекти: мультидисциплінарний підхід, індивідуалізацію програм, раннє втручання та інтеграцію фізіотерапії, ерготерапії та психосоціальної підтримки.

Ключові слова: реабілітація ДЦП, дитячий церебральний параліч, спеціалізований центр, мультидисциплінарний підхід, фізична терапія, раннє втручання

Summary. Maslov D.O. **General Principles of Rehabilitation of Children with Cerebral Palsy in Specialized Rehabilitation Centers.** The article presents a theoretical review of scientific literature sources on the general principles of