

РОЗДІЛ 3.

РЕКРЕАЦІЯ І ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ – ПРОБЛЕМИ І ПЕРСПЕКТИВИ

АРОМАТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ НА ПНЕВМОНІЮ

Атаманчук Лілія, Шевчук Богдан

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. Пневмонія на сьогодні залишається важливою медико-соціальною проблемою, що зумовлено значною поширеністю, високими показниками інвалідизації та смертності. Для швидшого й повного відновлення функції органів дихання слід застосувати медикаментозне лікування у поєднанні з різноманітними засобами фізичної терапії, серед яких варто відзначити ароматерапію. Аналіз літературних джерел дозволив установити, що ефірні олії мають загальну імуномодельючу й імуностимулюючу, антибактеріальну, антивірусну, антиоксидантну, жарознижуючу, гормональну, релаксаційну, тонізуючу, антигістамінну, адаптогенну дію.

Ключові слова: респіраторні захворювання, пневмонія, фізична терапія, ароматерапія.

Atamanchuk Liliya, Shevchuk Bohdan. Aromatherapy as a tool for physical rehabilitation of pneumonia patients.

Abstract. Pneumonia remains an important medical and social problem today. This is due to the significant prevalence of pneumonia, high rates of disability and mortality. For a faster and complete recovery of the function of the respiratory organs, drug treatment should be applied in combination with various means of physical therapy. Aromatherapy should be noted among such means of physical therapy. The analysis of literary sources made it possible to establish that essential oils have a general immunomodulating and immunostimulating, antibacterial, antiviral, antioxidant, antipyretic, hormonal, relaxing, tonic, antihistaminic, adaptogenic effect.

Key words: respiratory diseases, pneumonia, physical therapy, aromatherapy.

Актуальність проблеми. Згідно статистичних даних [2, 4] серед гострих інфекційних захворювань найбільш розповсюдженим є пневмонія. За даними Американської Торкальної асоціації пневмонія посідає шосте місце за смертністю [1]. Встановлено, що захворювання на вищезгадане захворювання в нашій країні становить 385 випадків на 100 тисяч населення [2]. Найчастіше на пневмонію хворіють діти до трьох років [2, 4].

Серед основних причин виникнення пневмонії виділяють тютюнопаління, дитячий і літній вік, подорожі, певні хронічні хвороби інших органів людини, імунodefіцитні стани, контакти з птахами, тваринами або гризунами [1].

Зарубіжні автори [2] пропонують у процесі лікування хворих на пневмонію використовувати медикаментозну й немедикаментозну терапію. Проте результатами досліджень [1, 2] встановлено, що застосування лише медикаментозного лікування не може забезпечити швидку ліквідацію запального процесу в легенях, а також не здатне попередити несприятливий перебіг і ускладнення пневмонії. Саме тому в процес фізичної реабілітації варто включати й засоби фізичної терапії, які б сприяли повному відновленню морфологічної структури й функції органів дихання, активізації діяльності не лише серцево-судинної системи, а й інших систем організму, адаптації до фізичних навантажень.

У літературних джерелах [1, 4] знаходимо відомості щодо медикаментозного лікування, а також щодо застосування фізіотерапевтичних засобів фізичної терапії у відновному лікуванні хворих на пневмонію. Однак на сьогодні поєднання медикаментозного лікування й засобів фізичної терапії є недостатньо вивченим.

Тому, **мета нашого дослідження** полягала в обґрунтуванні ефективності впливу ароматерапії на стан хворих на пневмонію.

Для досягнення поставленої мети ми використовували такий **метод дослідження** як аналіз наявної науково-методичної літератури.

Результати дослідження. Патологічні зміни в дихальній системі, які спричиняє пневмонія, призводять до порушення життєдіяльності організму людини, тимчасового зниження або повної втрати працездатності, а іноді й до смерті. Тому, на сьогодні важливим завданням є пошук й застосування нових ефективних, патогенетично обґрунтованих методів фізичної терапії хворих на пневмонію.

Серед новітніх засобів фізичної терапії пацієнтів із пневмонією варто виділити ароматерапію, як один із засобів немедикаментозного лікування, в якому використовують рослинні олії. Згідно літературних джерел [3, 4] найефективнішим видом ароматерапії є інгаляційне використання природних концентрацій ефірних олій для надання лікувально-профілактичної дії при захворюваннях органів дихання.

Більшість авторів [3, 5] стверджують, що ефірні олії впливають на організм людини по трьох каналах, перший з яких передбачає передачу інформації від нюхових рецепторів, розташованих в носі, до нюхової області мозку, другий передбачає передачу інформації з повітрям через легені в кров, а третій передбачає залучення компонентів ефірних олій у синтез гормонів, вітамінів, ферментів.

Численними дослідженнями [5] доведено антисептичну активність ароматичних олій. Так, суміш ефірних олій деяких трав при розпиленні в квартирах, будинках, офісах вбиває стафілококи та плісняву, а при випаровуванні за допомогою спеціальних пристроїв ефірні олії на 90%

знищують патогенну мікрофлору й таким чином забезпечують лікувально-профілактичний ефект [3, 4]. Крім того варто зазначити, що антисептична здатність ефірних олій триває протягом тривалого часу, а також у мікроорганізмів не спостерігається звикання до них та не розвивається стійкість.

Клінічними дослідженнями [3, 5] встановлено, що застосування ароматерапії у фізичній терапії хворих із респіраторними захворюваннями сприяє зменшенню кашлю, покращенню бронхіальної прохідності, зменшенню хрипів в легенях, нормалізації дихання, оптимізації судинних реакцій, оптимізації кисневого обміну, стабілізації мембран клітин.

Для встановлення протизапальної дії ефірних олій були проведені дослідження, які полягали у їх розпиленні на пацієнтів із респіраторними захворюваннями. Так, по завершенню дослідження спостерігалось покращення носового дихання, зменшення виділень з носа, а також зменшення кашлю.

При захворюваннях органів дихання найчастіше призначають наступні процедури ароматерапії: холодні, теплі, гарячі інгаляції; аромалампи; місцевий масаж; втирання; компреси; загальні ванни; полоскання горла; аплікації ефірних олій; масляні та водні тампонади, краплі в ніс й вушні краплі; ароматична вода [5].

Аналіз літературних джерел [1, 3] дозволив установити, що у процесі стаціонарного лікування хворих із респіраторними захворюваннями найбільш дієвим є використання аромалампи, як найпростішого способу застосування ефірних олій.

При використанні аромалампи молекули летких речовин проникають в організм хворих не через шкіру, а через дихальну систему. Адже у процесі дихання молекули ефірних олій контактують зі слизовою оболонкою носа, із зоною нюху у верхній частині носа, де знаходиться велика кількість нюхових рецепторів. За допомогою подразнення нервових закінчень імпульси передаються в лімбічну систему мозку, яка є сполучною ланкою між свідомістю, емоціями, фізичними та гормональними процесами, що відбуваються в організмі людини [3, 5].

Висновки. Отже, аналіз наявної науково-методичної літератури дозволив установити, що ароматерапія є ефективним засобом фізичної терапії хворих на пневмонію. Адже серед переваг застосування ефірних олій варто зазначити наступні: комплекс споріднених сполук, які отримує пацієнт під час процедури, досить легко переносяться й м'яко впливають на його організм; мають протиалергічні й кумулятивні властивості.

Список використаних джерел:

1. Внутрішня медицина: [підручник] / Н. М. Середюк, І. П. Вакалюк, О. С. Сташишин [та ін.]. [3-є вид., стереотип.]. К.: ВСВ «Медицина», 2010. 162 с.
2. Григус І.М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навчально-методичний посібник. Рівне, 2009. 112 с.
3. Кобзар А. Я. Клінічна фармакогнозія. Київ : Медицина, 2004. 473 с.

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