

Відомо, що больовий вплив на нервові стовли призводить до спазму судин судинно-нервового жмутка, та зменшенню потоку крові у його сегменті дії до 15%. Додайте, що холодний спазм тих самих судин при переохолодженні зменшує потік крові ще до 15%. Виходом може слугувати хіба що комплексне лікування, яке за допомогою мануальної терапії скасовує проблеми, пов'язані з больовим спазмом та лікування хронічного та гострого переохолодження фізичними методами лікування.

Встановлено, що монотерапія болу та порушень функцій органів та систем за допомогою мануальної терапії, при двократному застосуванні на протязі місяця давала повне одужання у 84 пацієнтів (42%), за умови зміни ліжка на фізіологічне та подушки на натуральну пухопір'єву або ватяну.

У 116 випадках (58%) монотерапія за допомогою мануальної терапії давала значне полегшення стану пацієнтів, але не давала повного одужання. Таким пацієнтам, залежно від виявлених анамнестичних причин захворювань призначалося комплексна реабілітаційна та лікувальна програма за допомогою теплових процедур, LEIT та зігріваючих або протизапальних мазей місцево у зони найбільшого спазму. У строк від 1-го до 3-х місяців у всіх 116 пацієнтів вдалося досягти 100% лікувального ефекту.

Висновки

- 1. Якщо причиною болу та пов'язаних з ним розладів функції організму є травма, мануальна терапія дає повне одужання.**
- 2. Якщо у анамнезі розвитку болу та пов'язаних з ним розладів функції організму виявляється переохолодження, мануальна терапія має супроводжуватися тепловими процедурами.**

УДК 615.838/.839:616-036.82](09)

ПРИРОДНІ ФАКТОРИ У СУЧАСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

- Л.В. Ткачук**, директор санаторію «Золота Нива» ТОВ «Золота Нива» Одеська обл., Білгород-Дністровський район, смт Сергіївка

Медична реабілітація — це комплекс заходів, що включає способи прискорення відновлення, стимуляції реперативно-регенеративних процесів, виявлення та зміцнення компенсаторних механізмів, корекції загальної резистентності організму та імунітету, або **реабілітаційна медицина** — це мультидисциплінарний підхід до охорони здоров'я та медицини, спрямований на відновлення або покращення функціональних здібностей, незалежності та якості життя та здоров'я осіб, які перенесли фізичну чи психологічну травму,

хворобу, інвалідність або хронічні захворювання. Цей процес, орієнтований на пацієнта, включає команду медичних працівників, які спільно працюють над розробкою та впровадженням індивідуального плану реабілітації, який відповідає фізичним, психологічним, соціальним і професійним потребам пацієнта.

Основна мета медичної реабілітації — допомогти пацієнтам відновити свою незалежність, відновити свої фізичні та когнітивні функції та адаптуватися до нових обмежень, максимізуючи їхнє загальне благополуччя. Цей процес може передбачати комплексний підхід, який поєднує досвід різних медичних працівників для вирішення унікальних потреб і проблем кожного пацієнта. Частина спеціалістів, які надають медичні послуги на етапі реабілітації — представники нелікарських спеціальностей: фізичні терапевти, ерготерапевти, психологи, логопеди.

Реабілітаційні засоби охоплюють широкий спектр втручань, включаючи фізичну терапію й лікувальну фізкультуру, фізіотерапію, медикаментозну терапію, дієтотерапію, регенеративну медицину, санітарно-курортне лікування, психологічну підтримку й психотерапію, мануальну терапію й масаж, адаптивний спорт, ерготерапію, логопедію, протезування, ортезування та допоміжні пристрої, відновлювальну та косметичну хірургію, комплементарні методи і спеціальну освіту.

«Золота Нива» – сьогодні один із небагатьох санаторіїв на півдні Одеської області, який має Ліцензію на проведення фізичної та медичної реабілітації.

Потужність санаторію – понад 700 ліжко-місць, відділення реабілітації розраховано на 250 місць.

Санаторій «Золота Нива», розташований у самому центрі курорту. Сергіївка – це кліматобальнеогрязьовий курорт, відомий унікальними лікувальними властивостями Шаболатського лиману (ропа та пелоїди), поєднанням морського, хвойного та степового повітря, які неймовірно корисні для відновлення психологічного та фізичного стану, лікування та профілактики захворювань органів дихання, опорно-рухової системи, нервової системи, захворювань шкіри тощо.

Курорт розташований в екологічно чистому куточку Одещини поза межами великих населених пунктів. Територія селища 636 га з яких 60% займають оздоровниці та 40% поля, парки. Нещодавно затвердили один із проєктів розвитку місцевої громади під назвою «Квітуча Сергіївка». В рамках цієї програми виділені площі під поля та теплиці для вирощування лікарських рослин. Тепер, як ніколи нам буде потрібна допомога Тетяни Петрівни Гарник – видатного фахівця в галузі фітолікування та фітопрофілактики в комплексному санаторно-курортному лікуванні хворих.

Три житлові корпуси санаторію, лікувальний корпус, грязелікувальний корпус та культурно-адміністративні будівлі розташовані на території 6,32 га паркової зони, де ростуть понад 150 видів насаджень, багато хвойних дерев, корисних для кожного пацієнта. Територія санаторію обладнана всім необхідним для комфортного відпочинку та реабілітації: доріжки для маршрутів теренкуру та скандинавської ходьби, місця для занять лікувальною фізкультурою та йогою, спортивними майданчиками, лавочками,

гойдалками, гамаками, альтанками. Всі приміщення та територія санаторію мають відповідну інклюзивну доступність .

База санаторію оновлена за останні 2 роки та використовує сучасні технології та досягнення в традиційній реабілітації з застосуванням методів та методик, які гармонійно поєднані з багаторічним досвідом санаторно-курортного лікування. А саме важливе те, що використовується досвід медичних спеціалістів, які постійно навчаються новим методикам. Санаторій співпрацює з Науково-дослідним інститутом курортології м. Одеса, який є науковим керівником та куратором санаторію та Таврійським Національним університетом, який – сподіваємось – буде проводити практичні заняття студентів за спеціальностями ерготерапія, фізична та медична реабілітація, фізіотерапія, фітотерапія.

Санаторій «Золота нива» провадить свою діяльність впродовж 43 років (з 1980р). За цей час впроваджені та використовуються величезна кількість методів та методик санаторно-курортного лікування пацієнтів з захворюваннями різних систем та органів. За ці роки накопичений досвід вказує на те, що займатись лікуванням та реабілітацією однієї патології без врахування патології інших органів та систем неможливо. Досвід показує, що медична реабілітація в санаторно-курортних умовах з використанням усього спектру можливостей санаторію набагато пришвидшить процес відновлення організму травмованої фізично або психологічно людини. Адже поєднання природних факторів, як то: клімату, сонця, моря, фітотерапії, преформованих факторів у вигляді фізіотерапії, а також індивідуальної роботи з пацієнтами вузьких спеціалістів (ерготерапевтів, фізіотерапевтів, реабілітологів), які можливо використовувати в санаторно-курортному закладі значно здешевить розбудову та відкриття нових реабілітаційних центрів. Я розумію, що реформа медицини в Україні спрямована на покращення надання послуг для населення, але не розумію навіщо відмовлятися від апробованого та доказаного досвіду. Раніше ми займалися реабілітацією хворих в рамках співпраці з Фондом соціального страхування України (це була нейрореабілітація, реабілітація опорно-рухової системи після операцій та травм, серцево-судинна реабілітація, та інше). Тобто ми працювали як санаторно-курортний заклад, який відповідає вимогам реабілітації. На сьогодні вже необхідно доповнювати чинну ліцензію на фізичну та медичну реабілітацію.... Те ж саме стосується медичного кваліфікованого персоналу: медсестра з масажу має стати фізіотерапевтом, інструктор з лікувальної фізкультури має також пройти перенавчання і стати реабілітологом... А це все не безкоштовно! Тим паче в умовах війни, в яких знаходиться наразі Україна це надзвичайно важко та, як мені видається – не має сенсу. Особливо в маленьких містечках та ще й на узбережжі моря сьогодні лише якось виживати. Не хочу нікого образити, але спеціалісти з вищою та середньою медичною освітою більш глибоко розуміють проблеми травмованої людини, ніж фахівці, які проходять курси 3-6 місяців загалом і не мають медичної освіти.

Відмовлятися від багаторічного досвіду, апробованих методик КОМПЛЕКСНОГО відновлювання, я вважаю, неприпустимо!

Вважаю за доцільне проведення реабілітації людям, які постраждали внаслідок агресії росії та іншим категоріям населення у більшості випадків на базі санаторіїв усієї України, які відповідають вимогам щодо проведення реабілітації і мають багаторічний досвід санаторно-курортного лікування та відновлення.

УДК 61:001.5(5)-051-043.96+504.3:165

ПРОГРАМА З ВІДНОВЛЕННЯ І ПІДТРИМКИ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ТА ЮНАЦТВА З ВИКОРИСТАННЯМ АЮРВЕДИЧНИХ МЕТОДИК ІНДІЇ, РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ МЕТОДІВ І СТАРОВИННОЇ МЕДИЦИНИ УКРАЇНИ В КОНТЕКСТІ ВЧЕННЯ В.І. ВЕРНАДСЬКОГО

- **В.Ф. Устїнова**, викладач економіки і географії, відмінник освіти України, відповідальний секретар Товариства “Україна-Індія”, автор і модератор проекту

Відзначаючи у цьому році 160-річчя з дня народження В.І. Вернадського, ми ще раз переконуємось у геніальності його вчення про біосферу і ноосферу. Біосфера неминуче переходить в ноосферу, сферу розуму, сферу де найважливішу роль в розвитку природи відіграє розум і дії людини (закон ноосфери Вернадського). За його визначенням людина стає головною рушійною силою в усіх природних, суспільних, соціальних процесах на планеті Земля. Її участь в цих глобальних змінах вимагає фізичного, ментального здоров'я кожного, яке починається з дитинства. Війна, розпочата росією на території України 24 лютого 2022 р., створила безліч нових викликів для всіх українців, особливо для дітей. Саме тому темою нашого проекту стали відновлення і підтримка фізичного, ментального здоров'я дітей та юнацтва.

Товариство “Україна-Індія” вже мало позитивний досвід у застосуванні методик психофізичної саморегуляції, йогичних вправ, точкового самомасажу в школах Києва (СШ 137, Гімназія Києво-Могилянський колегіум) ще в 90-х і 2000-х роках ХХ століття. На сьогоднішній день такий позитивний досвід є і в київському ліцеї “Інтелект”. Сучасна програма об'єднала використання реабілітаційних методів України, її старовинної медицини та аюрведичних методик Індії.

Програма проводиться в три етапи.

Перший етап - підготовчий - передбачає її розробку, визначення, підготовку базових шкіл і утвердження її педагогічною радою та батьківським комітетом кожним навчальним закладом, узгодження з органами освіти й охорони здоров'я.