

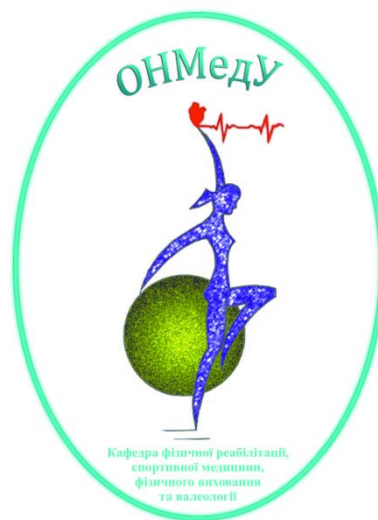
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

# СУЧАСНІ ДОСЯГНЕННЯ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЇ – 2022

*XXI ЮВІЛЕЙНА МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ,  
ПРИСВЯЧЕНА 90-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,  
спортивної медицини, фізичного виховання та валеології ОНМеду*

*6-7 жовтня 2022 року*

## Матеріали конференції



Одеса 2022

**УДК 613.4 (043.3) + 61:796 (043.2)**

Головний редактор: завідувачка кафедрою фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і валеології д.мед.н., проф. Ольга ЮШКОВСЬКА

Секретаріат: д.мед. н., доцент Олександр ПЛАКІДА  
к.мед.н., асистент Олена ФІЛОНЕНКО  
Вікторія РАДАЄВА

**С 91** Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2022 / XXI Ювілейна міжнародна науково-практична конференція, присвячена 90-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та валеології ОНМедУ. Одеса, 6-7 жовтня 2022 року / Матеріали конференції. – Одеса: ПОЛІГРАФ, 2022 – 112 с.  
**ISBN 978-966-2326-72-**

У збірці містяться матеріали XXI Ювілейної міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 90-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання та валеології ОНМедУ «Сучасні досягнення спортивної медицини, фізичної реабілітації, фізичного виховання та валеології – 2022».

Висвітлюються питання наукових досліджень провідних фахівців у галузі спортивної медицини, фізичної реабілітації, валеології, фізичного виховання і практичної охорони здоров'я. Наведено результати використання нових діагностичних та лікувальних технологій у повсякденній роботі, а також досягнення фундаментальних досліджень. Всі тези друкуються в авторський редакції.

Підписано до друку: 05.10.2022 р. Формат 60x90/8. Папір офсетний.  
Гарнітура Times New Roman. Умовн.-друк. арк. 14,0. Наклад 300 прим.

Видавництво «ПОЛІГРАФ»  
Свідоцтво: серія ДК № 6977 від 14.11.2019 р.  
вул. Польська, 9/13, Одеса, 65014

**ISBN 978-966-2326-72-**

© Одеський національний медичний університет, 2022

Таким чином, а в умовах тривалого стресу, в якому ми зараз знаходимося, необхідно стежити за цим фізіологічним станом, тому що сон є тим фактором, що сприяє відновленню нашого організму.

## **ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ХЛОПЦІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ІЗ ХВОРОБОЮ ОСГУДА-ШЛЯТТЕРА**

Воронова М. В., Бурдін І.Є.

*Одеський національний медичний університет*

**Актуальність :** Як правило, захворювання уражає дітей віком від 12 до 18 років; поза цими межами практично не зустрічається. Підлітки чоловічої статі уражаються частіше, так як вони схильні до фізичних навантажень більше, ніж дівчата. Дане захворювання уражає близько 21% підлітків, що займаються спортом, у той час як у не спортсменів зустрічається лише у 4,5% випадків. У 20–30% пацієнтів захворювання уражає обидва колінні суглоби.

**Мета дослідження:** Вивчити причини виникнення, скарги хлопців від 13-16 років та визначити дієвий підхід фізичної реабілітації.

**Методи дослідження:** Проведено анкетування, в якому брали участь 14 хлопців віком 13-16 років із хворобою Шляттера; методи математичної статистики, аналіз літературних джерел.

**Результати дослідження:** Серед причин виникнення за даними анкетування найбільшу відсоткову частку мала відповідь, що хвороба була зумовлена спортивною травмою чи перенавантаженням. Визначено, що усі обстежувані діти займалися спортом, частіше футболом.

Серед основних скарг пацієнтів з хворобою Шляттера був біль в ураженому суглобі, що виникав під час або відразу після навантаження на суглоби та зменшувався або зникав у стані спокою. Характер болю визначався двох видів: 70% - тупий біль в ділянці колінного суглобу та 30% сильний біль. Інші симптоми були такі: набряк - у 89 %, кульгавість - у 28 %, швидка втомлюваність та слабкість - у 59,5 %

Також причинами, які провокували виникнення болю, була тривала рухова активність (стрибки, біг, ходьба), незбалансовані пасивні вправи, інші фізичні навантаження.

Програма фізичної реабілітації з захворюванням Шляттера містить: ЛФК (комплекс вправ, спрямованих на розтягання підколінних сухожилів і чотириголового м'яза стегна, вправи для зміцнення м'язів стегна; вправи для стабілізації колінних суглобів); фізіотерапія (магнітотерапія, електрофорез з кальцієм, ударно-хвильова терапія); масаж, кінезіотейпування.

**Висновки:** В результаті дослідження ми можемо зробити висновок, що основними причинами виникнення захворювання є спортивні травми та перенавантаження. Провідною скаргою є біль у колінному суглобі, а також набряк. А також необхідний комплексний підхід для фізичної реабілітації.

## ЗМІСТ

КАФЕДРИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І ВАЛЕОЛОГІЇ – 90 РОКІВ Юшковська О.Г.	3
ВИХОВАННЯ ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ В ПРОЦЕСІ ЗДОБУТТЯ ОСВІТИ Андрійчук О. Я.	8
ОБГРУНТУВАННЯ НОВИХ ПІДХОДІВ У ВИВЧЕННІ ПИТАНЬ СЕМІОТИКИ З ОСНОВАМИ ПРОПЕДЕВТИКИ Андрійчук О. Я.	9
ПОШИРЕНІСТЬ СИМПТОМІВ НЕФУНКЦІОНАЛЬНОГО ПЕРЕНАПРУЖЕННЯ (ПЕРЕТРЕНОВАНOSTI) У ЛЕГКОАТЛЕТІВ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД НАЯВНОСТІ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ОПІРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ Атаман Ю. О., Шевець В. П., Бірченко С. К.	11
ОЦІНКА ЯКОСТІ ЖИТТЯ ТА ФУНКЦІОНУВАННЯ ХВОРИХ З ПАТОЛОГІЄЮ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ НА ЕТАПІ РЕАБІЛІТАЦІЇ Бабова І. К.	12
ДОСВІД ЗАСТОСУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ ТА СИЛОВИХ ВПРАВ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВИХ ЗСУ, ХВОРИХ НА ОСТЕОХОНДРОЗ ХРЕБТА ТА ЙОГО УСКЛАДНЕНЬ Балаш О.П.	13
СКАНДИНАВСЬКА ХОДЬБА, ЯК ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ БІОМЕХАНІКИ ХОДЬБИ Безега С.І.	19
ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА Бутов Р. С., Кудряшова А. О.	20
ВДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ ПІДГОТОВЛЕНOSTI БОКСЕРІВ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ Веревкін О. О., Новицький О. О., Хохла А. І., Хомишин В. П.	22
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ПЛЕЧЕ-ЛОПАТКОВОМУ ПЕРІАРТРИТІ Бучинський О. С.	23
ВІЙСЬКОВИЙ СОН - ЧУЙНИЙ СОН! Волохова Г.О.	25
ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ХЛОПЦІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ІЗ ХВОРОБОЮ ОСГУДА-ШЛЯТТЕРА Воронова М. В., Бурдін І.Є.	26
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ Гостєв О., Ситник О.	27