НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ
З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ,
присвячена 90-річчю
з дня народження
Б. Я. РЕЗНІКА

СУЧАСНІ ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ КЛІНІЧНОЇ МЕДИЦИНИ

(для студентів та молодих вчених)

18–19 квітня 2019 року

Тези доповідей

ОДЕСЬКИЙ МЕДУНІВЕРСИТЕТ

НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ
З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ,
присвячена 90-річчю з дня народження
Б. Я. РЕЗНІКА

СУЧАСНІ ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ КЛІНІЧНОЇ МЕДИЦИНИ

(для студентів та молодих вчених)

18–19 квітня 2019 року

Тези доповідей

ОДЕСЬКИЙ
МЕДУНІВЕРСИТЕТ

УДК 06.091.5:061.3:61-057.875
С 91

Головний редактор:

т. в. о. ректора, заслужений лікар України
проф. Ю. В. Сухін

Редакційна колегія:

голова Вченої ради, академік НАМН України
проф. В. М. Запорожан

в. о. проректора з науково-педагогічної роботи
проф. Р. С. Вастьянов

науковий керівник Ради СНТ та ТМВ
проф. О. Г. Юшковська

С 91 **Сучасні** теоретичні та практичні аспекти клінічної медицини (для студентів та молодих вчених) : наук.-практ. конф. з міжнар. участю, присвячена 90-річчю з дня народження Б. Я. Резніка. Одеса, 18–19 квітня 2019 року : тези доп. — Одеса : ОНМедУ, 2019. — 168 с.
ISBN 978-966-443-098-9

У тезах доповідей науково-практичної конференції з міжнародною участю для студентів та молодих вчених, присвяченої 100-річчю з дня народження професора Б. Я. Резніка, подаються стислі відомості щодо результатів наукової роботи, виконаної учасниками конференції.

УДК 06.091.5:061.3:61-057.875

ISBN 978-966-443-098-9
© Одеський національний медичний університет, 2019

Після розслаблення м'язів проводили тракцію шийного відділу хребта за допомогою спеціального ременя за певною методикою. В кінці процедури вчили студента виконувати 6 вправ за принципом постізометричної релаксації.

Болі в шийному відділі хребта проходили після 1–3 процедур. При повторному допплерівському дослідженні у 8 студентів було виявлено поліпшення кровообігу в судинах головного мозку. В результаті виконання цих вправ поліпшувалося сприйняття навчального матеріалу, припинялися головні болі, запаморочення. Ми рекомендуємо комплекс вправ для шийного відділу хребта виконувати всім студентам, тому що він сприяє профілактиці болю в шийному відділі хребта, головних болів, запаморочення.

СУЧАСНИЙ ПІДХІД У ЛІКУВАННІ ОСТЕОПЕНІЧНОГО СИНДРОМУ З ВИКОРИСТАННЯМ АПАРАТНОГО КОМПЛЕКСУ "HUBER"

Прутіян Т. Л., Добровольська О. О.

Одеський національний медичний університет, Одеса, Україна

Адекватна фізична активність позитивно впливає на стан кісткової тканини (КТ). Неоднозначність думок стосовно впливу різних видів фізичних вправ на КТ зумовлює пошук нових найбільш ефективних методів корекції структурно-функціональних змін кістково-м'язової системи.

Мета дослідження: підвищити ефективність лікування остеопенічного синдрому шляхом застосування апаратного комплексу "Huber".

Матеріали та методи. Обстежено 120 осіб з остеопорозом та остеопенією (середній вік — (56,7± ±2,3) року). Алгоритм дослідження включав: загальноклінічні, інструментальні (ультразвукова денситометрія) та функціональні (комплекс "Insight TM") методи. Порівняння одержаних даних проводили між трьома групами: I група (n=40) — застосовували остеотропну терапію та апарат "Huber"; II група (n=40) — остеотропну терапію та кінезитерапію (методичні рекомендації МОЗ, 2016); III група (n=40) — остеотропну терапію. Ефективність терапії оцінювали через 6 та 12 міс.

Результати дослідження. Т-критерій до лікування в I групі становив (2,89±0,31) SD, через 6 міс. — (-1,84±0,20) SD, через 12 міс. — (-1,14±0,12) SD. У II групі Т-критерій до лікування був (-2,73±0,25) SD, через 6 міс. — (2,04±0,18) SD, через 12 міс. — (1,39±0,17) SD. У III групі до лікування Т-критерій становив (-2,71±0,21) SD, через 6 міс. — (-2,24± ±0,17) SD, через 12 міс. — (-1,53±0,13) SD ($p<0,05$).

Індекс нейроспінальної функції (NSF Index) до лікування в I групі дорівнював (63,40±2,23) %, через 6 міс. — (78,4±3,4) %, через 12 міс. — (94,3± ±2,8) %. У II групі NSF Index до лікування становив (64,30±2,19) %, через 6 міс. — (74,2±2,5) %, через 12 міс. — (85,1±3,2) %. У III групі NSF Index до лікування сягав (63,20±2,24) %, через 6 міс. — (68,3±1,9) %, через 12 міс. — (75,9±2,3) %. Таким чином, показник NSF Index ($p<0,05$) через 12 міс. збільшився на 32,7 % в I групі, на 24,4 % в II групі та 16,7 % в III групі. За шкалою "Insight" NSF Index відповідав значенню «відмінно» лише в I групі, в II групі — «добре», а в III групі — «посередньо».

Висновки. Використання апарата "Huber" у комплексному лікуванні остеопенічного синдрому сприяє значному ($p<0,05$) підвищенню мінеральної щільності кісткової тканини та покращанню функціонального стану кістково-м'язової системи.

ДИНАМІКА ФІЗИЧНОГО СТАНУ ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СИЛОВИМ ФІТНЕСОМ

Черняк А. В.

ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, Україна

Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та реабілітації, Одеса, Україна

Однією з найпривабливіших форм рухової активності внаслідок своєї ефективності, доступності та самостійності є оздоровчий фітнес, його основними пріоритетами є зміцнення здоров'я, покращання фізичного стану організму, корекція стану тіла, психологічна регуляція, збалансоване харчування, відмова від шкідливих звичок. Аналіз літературних джерел засвідчує, що фахівці, вивчаючи досвід європейських країн, активно шукають шляхи оздоровлення населення.

Мета роботи: теоретично обґрунтувати, експериментально перевірити вплив фізкультурно-оздоровчого навантаження силового характеру на фізичний стан жінок першого зрілого віку.

Дослідження проводилося на базі фітнес-клубу «Домінанта» (Одеса). Усього в дослідженні взяли участь 19 жінок віком від 21 до 35 років. Перший етап дослідження був присвячений аналізу стану проблеми. На другому етапі формувалася стратегія і програма реалізації наукового дослідження, проведення досліджень для з'ясування мотивів та інтересів до занять силовим фітнесом, вивчення рівня фізичного стану. На третьому етапі проводилася статистична обробка результатів дослідження. Нами була запропонована програма занять силовим фітнесом з використанням багатофункціональних тренажерних пристроїв для покращання фізичного стану жінок першого періоду зрілого віку. Заняття проводилися три рази на тиждень по 60 хв.

З'ясували, що основними мотиваційними стимулами до занять оздоровчим фітнесом силової спрямованості для жінок першого зрілого віку є зміцнення здоров'я та отримання позитивних емоцій (50 %), корекція фігури (37 %), зняття стресу, втоми і спілкування з друзями (18 %). Ефективність запропонованої програми, особливість якої полягає в поєднанні занять фітнесом силової та аеробної спрямованості, а також диференційованого підходу з урахуванням антропометричних і морфологічних показників, підтверджується результа-