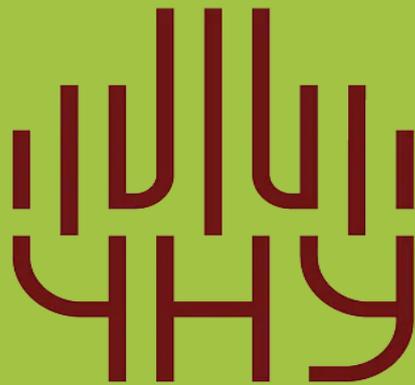


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Факультет фізичної культури та здоров'я людини

Кафедра фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

*Міжнародної науково-практичної
конференції*

**«ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА
ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ»**

15 лютого 2024 р.

ЧЕРНІВЦІ

Висновок: Фізична реабілітація після перелому передпліччя може бути довгим та складним процесом. Проте, завдяки регулярним вправам та співпраці з фізіотерапевтом, пацієнт може повністю відновити функцію руки.

Список літератури

1. m.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/55-dvadtsyat-p-yata-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/646-lfk-pri-diafizarnikh-perelomakh-kistok-peredplichchya
2. <https://med-magazin.ua/ua/articles/view/784/>
3. <https://www.seaclinic.ks.ua/praktika/likuvannya-ta-reabilitatsiya-hvorih-z-perelomom-promenevoyi-kistki-u-tipovomu-mistsi.html>

Анатолій ЛЕВКОВ

к. мед. н., доц. кафедри фізичної терапії та ерготерапії

Національного університету

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка

Софія ІСАКОВА

студентка групи 101 пФР кафедри фізичної терапії та ерготерапії

Національного університету

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ВИВИХУ СТОПИ

Вивих стопи - це серйозна травма, яка може призвести до значного болю, набряку та нестабільності. Фізична реабілітація відіграє ключову роль у відновленні функції стопи після вивиху.

Цілі реабілітації: зменшити біль і набряк; відновити діапазон рухів; зміцнити м'язи; покращити баланс і координацію; відновити нормальну ходу

Етапи реабілітації:

Гострий етап (0-2 тижні): захист стопи від навантаження; зменшення болю і набряку; крижана терапія; компресія; елевація; знеболюючі препарати

Підгострий етап (2-6 тижнів): поступове збільшення діапазону рухів; зміцнення м'язів; вправи на баланс і координацію; поступове навантаження на стопу

Хронічний етап (6 тижнів і більше): повернення до звичного рівня активності; профілактика повторних травм

Методи реабілітації: ЛФК. Масаж. Фізіотерапія. Застосування ортопедичних пристроїв

Важливі аспекти реабілітації: дотримання інструкцій лікаря; поступове збільшення навантаження; регулярне виконання вправ; уникання болю; терпіння і наполегливість

Висновок: Фізична реабілітація - це важливий компонент лікування вивиху стопи. Завдяки правильному і комплексному підходу до реабілітації можна повністю відновити функцію стопи і повернутися до звичного рівня активності.

Список літератури

1. <https://oxford-med.com.ua/ua/media-center/publikacii/vyvihi-stopu-vidy-simptomu-pervaya-pomosc-i-lechenie/>
2. <https://zartaclinic.com/directions-of-work/fr-pislia-travmy-suhlobiv/>