

Міністерство охорони здоров'я України
Полтавський державний медичний університет
Департамент охорони здоров'я Полтавської облдержадміністрації

МАТЕРІАЛИ

IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю
«Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку,
проблеми та перспективи»

27 вересня 2024 року



ПОЛТАВА

2024

УДК 615.8+616-08-039.76](477)(063)

**Редакційна колегія: Ждан В. М., Лисак В. П., Голованова І. А.,
Ляхова Н.О., Краснова О. І., Белікова І. В.**

«Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи»: Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю. (2024; Полтава).

Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи», 27 вересня 2024 року. [Текст] / ПДМУ; [ред..кол.: В. М. Ждан, В. П., Лисак, І. А., Голованова та ін.]. – Полтава, 2024. – 306 с.

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи» містять в собі наукові праці з питань організаційних, правових, клінічних аспектів медичної реабілітації в Україні фахівцями різних спеціальностей, питанням медичної та психологічної реабілітації військовослужбовців та правоохоронців, постраждалих внаслідок бойових дій, оптимізації роботи реабілітаційних закладів під час військової агресії РФ та в мирний час.

УДК 615.8+616-08-039.76](477)(063)

©Полтавський державний медичний університет, 2024

2. Wilson, R. E., & Thomas, S. J. (2020). Functional Kyphosis in Powerlifters: Mechanisms and Rehabilitation. *Sports Medicine and Physical Fitness Journal*, 44(3), 319-325.
3. Міністерство охорони здоров'я України. "Методичні рекомендації з профілактики порушень постави у спортсменів", Київ, 2021.

ФІЗИЧНА, ПСИХОЛОГІЧНА, СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ПОСТРАЖДАЛИХ ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ

Анна Городецька, Анатолій Левков

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Полтава, Україна

Актуальність: На війні в Україні багато її героїв отримують поранення різного ступеня важкості. Звичайно, їм надається перша медична допомога та лікування у військових госпіталях та спеціалізованих медичних закладах. Але дуже важливе значення має також і наступна реабілітація військовослужбовців для повного відновлення їх функцій та можливості повноцінно працювати й жити в суспільстві. Мається на увазі не лише фізична і психологічна реабілітація, але і повноцінне повернення з війни у мирне життя.

Ключові слова: функціональність, кінезіотерапія, «втрачене покоління», каністерапія.

Види реабілітації, які будуть розглядатися у статті:

1. Фізична реабілітація
2. Психологічна реабілітація
3. Родинна реабілітація
4. Ігрова реабілітація
5. Дружня реабілітація
6. Реабілітація тваринами
7. Соціальна реабілітація
8. Освітня реабілітація

Фізична реабілітація

Після лікування в госпіталі військовослужбовці стикаються з проблемою відновлення своєї функціональності. Фізична реабілітація військовослужбовців після поранень потребує тривалого часу, який може тривати від 1-2 до 5-6 місяців і більше. Таке реабілітаційне лікування спрямоване на відновлення організму після завершення гострого періоду та часто дозволяє уникнути первинної інвалідності чи перешкодити подальшому погіршенню стану. Адже наслідки поранень та тривала прикутість до ліжка з обмеженням рухливості призводять до атрофії та ослаблення м'язів, формуються контрактури, які не дають можливості повноцінно рухатись. Це дуже важливе завдання, без якого неможливе повноцінне повернення військовослужбовця до мирного життя.

Більшість сучасних реабілітаційних центрів для військових АТО створено на базі шпиталів та лікарень. Вони є у Львові, Луцьку, Києві, Черкасах, Миколаєві та інших містах України.

Завдяки допомозі експертів та волонтерів з-за кордону, в сучасних центрах встановили новітні системи реабілітації - ерготерапії (відновлення втрачених рухових навичок у побуті), кінезотерапії (метод лікування рухом та навантаженнями), зали ЛФК з тренажерами та інші.

За постановленням уряду України кожен працюючий українець має право на проходження після стаціонарного лікування оплачуваного курсу реабілітації безкоштовно на базі реабілітаційних відділень санаторно-курортних закладів.

Психологічна реабілітація

Повномасштабної і правильної психологічної реабілітації воїнів в Україні сьогодні немає. Наразі державна психологічна допомога для ветеранів ЗСУ передбачена у двох варіантах:

- у військовому госпіталі у випадку поранення.
- через сімейного лікаря, який дасть скерування до психолога.

Тому тисячі бійців повертаються у мирне життя без адаптаційного періоду - після пережитих жахів, з поламаною психікою, нічними кошмарами і нездатністю продовжувати звичайне життя, і часто їх історії закінчуються

цілковитим розчаруванням у всьому, що відбувається навколо. Як підсумок – безліч бійців з надломленої психікою, які можуть стати новим "втраченим поколінням".

Саме тому зараз держава активно створює реєстр фахівців, які надаватимуть психологічну допомогу. Також психологічна реабілітація успішно налагоджується психологами на волонтерських засадах - з перших днів війни в мережі існує безліч пабліків, що надають допомогу онлайн, безкоштовно і анонімно.

Родинна реабілітація

Наслідки війни у всіх проявляються по – різному : хтось може пристраситися до алкоголю, інші намагаються максимально ізолюватися від суспільства, треті стають імпульсивними і запальними. Особливість українців в тому, що вони не звикли звертатися за психологічною допомогою, а просто замикаються в собі. До психолога бійці приходять вже тоді, коли повністю втратили надію на те, що все "само пройде ". Люди продовжують займатися самолікуванням або ж просто пускають все на самоплив, а сім'ї і друзі не завжди звертають увагу на внутрішні переживання і не поспішають звертатися по допомогу .

Утім це дуже важливо. Недарма у розвинених країнах військовим надають 12 місяців відпустки для реабілітації, адже багато місяців людина буде буквально вчитись жити наново. Тому, для того, щоб допомогти ветеранам війни повернути своє життя в потрібне русло і перестати здригатися ночами від страшних спогадів, потрібен не тільки контроль з боку держави, а й підвищена увага з боку близьких і рідних. Доведено, що в люблячих дружніх родинах реабілітація військового відбувається набагато швидше та ефективніше.

Зараз створено безліч онлайн та офлайн груп для постраждалих від війни, де спеціалісти навчають рідних, як підтримати військового, що повернувся з фронту, на що звернути увагу та що проконтролювати, а коли і вчасно звернутись до лікаря. Кожен член родини військового має усвідомлювати, що повертатись до мирного життя важко, тому потрібна підтримка.

Ігрова реабілітація

В Україні з'явилися кабінети інтерактивної реабілітації Irex за канадською методикою.

Ця реабілітація відбувається в ігровій формі: футбол, волейбол, парашут. В ході реабілітації пацієнт бачить себе на екрані героєм спортивної гри, де за правильні рухи дають бали, а система імітує рухи, вона змушує людину згадати, як працює його рука, нога. Людина грає, гра відволікає її від больового синдрому і дає можливість розробити суглоби та сформувати новий руховий стереотип.

Дружня реабілітація

Учасники бойових дій після повернення до мирного життя, з одного боку, відчують непереборну потребу знову «зануритися» у минуле, у військову обстановку; з іншого - глибоке почуття провини перед загиблими товаришами за те, що вони самі залишилися живими; і з третьої, - необхідність «виговоритися», виплеснути свій біль, що не вщухає, і одночасно донести свою особисту правду про війну до інших.

До того ж, люди, що повернулись з фронту, часто жаліються на неприйняття суспільством: поки вони воювали, люди в містах живуть звичайним життям і ходять до кафе, а до самих ветеранів зовсім не ставляться як до героїв. Більше того, часто колишніх військових уникають і вважають агресивними, до них є упереджене ставлення при прийомі на роботу, саме тому вони часто ізолюються та не бажають спілкуватись з людьми.

Зараз в Україні опановують незвичайний вид реабілітації для бійців, які повернулись з зони бойових дій - дружню реабілітацію. Це різновид соціальної та психологічної реабілітації, утім допомогу тут надають не лікарі, а такі ж колишні військові, а самі центри створено не на базі лікарні. Таким чином спілкування в групах відбувається з позиції рівного та побратима, друга, а не з позиції лікаря і хворого. Такі центри існують як офлайн, так і можна знайти групу дружньої реабілітації онлайн - наприклад, в соцмережах.

Реабілітація тваринами

Тим, кому після повернення потрібна психологічна допомога, тепер нерідко прописують каністерапію – лікування за допомогою спеціально навчених для цього собак. Терплячі хвостаті лікарі, після відповідного дресирування, здатні навіть витягти людину з депресії, кажуть лікарі.

Варіанти лікування бувають різними: проживання собаки в будинку бійця, в тому числі і тимчасове, так звана “перетримка”. За розповідями активістів, бійцям пропонують гуляти з собаками, грати. Тривалість лікування – близько року.

Крім собак, зараз для реабілітації бійців використовують також коней і навіть бджіл. Їзда на коні відволікає і дозволяє забути жахи війни, пояснюють психологи, а сон на ліжку, під яким стоїть бджолиний вулик, знімає стрес і допомагає хлопцям спокійно заснути.

Соціальна реабілітація

Мирне життя з головою занурює воїна до бюрократичних лабіринтів країни. Тепер ветерану треба думати, як оформити документи учасника бойових дій, як знайти роботу, щоб утримувати сім'ю. І найголовніше питання – як вливатися та жити у суспільстві тих, хто не воював.

Уряд активно розробляє програми підтримки військовослужбовців, щоб допомогти їм повернутися до громадянського життя. Зараз вже відкрито безліч груп та центрів безкоштовної соціальної реабілітації.

Працюючи у групі, колишні військові налагоджують соціальні навички, долають неконструктивну фіксацію у своєму стані, розвивають інші аспекти особистості, налагоджують контакти, відновлюють здорову комунікацію, звикають до спокійного розслабленого стану.

Освітня реабілітація

Випадаючи на місяці, а то і роки зі звичайного ритму життя, люди не можуть влаштуватися на роботу дуже довго. По-перше, вони втратили всі свої бізнес-контакти, за якими можна знайти роботу. Крім того, багато хто втрачає за цей час професійні навички. Також, після отримання травм деякі види роботи стають недоступними.

Важливою складовою переходу військових на цивільну кар'єру є здобуття нових вмінь та навичок. Саме для цього Міністерство у справах ветеранів підписало меморандум з понад 30 вишами, де ветерани можуть здобувати цивільну спеціальність.

Також існує багато курсів та освітніх програм онлайн, які зараз є безкоштовними для українців - як в Україні, так і у найвідоміших університетах світу.

Список використаної літератури

- <https://wiki.legalaid.gov.ua>
- <https://arpp.com.ua>
- <https://arpp.com.ua>

ФІЗИЧНА, ПСИХОЛОГІЧНА ТА СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ПОСТРАЖДАЛИХ ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ

Зубенко О. С., Левков А. А.

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Вступ. Сучасні конфлікти, зокрема війна в Україні, призвели до вираженого психоемоційного навантаження на військовослужбовців, багато з яких стикаються з ПТСР, тривожністю та депресією. Дослідження показують, що адекватна психологічна реабілітація є критично важливою для відновлення психічного здоров'я і соціальної адаптації ветеранів.

Військові конфлікти залишають глибокий слід на здоров'ї та благополуччі бійців, і процес реабілітації є надзвичайно складним, тривалим і багатогранним. Військовослужбовці після повернення з бойових дій часто потребують комплексної реабілітації, яка повинна враховувати не лише фізичні травми, але й психічні розлади, такі як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Крім того, важливою складовою реабілітації є соціальна інтеграція — процес повернення військових до мирного життя, в тому числі до професійної діяльності та суспільної взаємодії. Сучасні дослідження підкреслюють необхідність