

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради
Дніпровський державний медичний університет
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Харківська державна академія фізичної культури**

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ: РЕАЛІЇ
ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної
конференції**

27-28 листопада 2025 року

**PHYSICAL REHABILITATION AND HEALTHSAVING
TECHNOLOGIES: REALITIES AND PERSPECTIVES**

**Collection of materials of the XI All-Ukrainian Scientific and Practical
conferences**

November 27-28, 2025

Полтава 2025

та соціального життя. Без лікування залежність призводить до депресії, конфліктів у сім'ї, втрати працездатності, травм і тяжких хронічних захворювань (цироз печінки, серцево-судинні ускладнення). МОЗ України зазначає, що алкоголь є фактором ризику понад 200 хвороб, що підтверджує небезпеку цієї проблеми.

Реабілітація алкозалежних має бути комплексною і включати:

1. Психологічну реабілітацію з використанням когнітивно-поведінкової терапії, мотиваційне інтерв'ювання, методи подолання залежності, програма «12 кроків» та сімейна терапія.
2. Медичну допомогу, а саме детоксикацію, стабілізацію фізичного стану та, за потреби, фармакотерапію під контролем нарколога.
3. Соціальну реабілітацію для повернення до роботи, навчання, волонтерства, участі у групах підтримки, творчості та спорту.
4. Заняття творчістю, релігійні практики та арт-терапія допомагають сформулювати позитивний світогляд та внутрішню рівновагу.

В Україні діє розгалужена система допомоги людям із залежностями. Державні наркологічні служби МОЗ України — проводять детоксикацію, лікування та консультації фахівців. Центр громадського здоров'я України — здійснює профілактичні програми й поширює достовірну інформацію щодо шкоди алкоголю. Громадські організації та спільноти анонімних алкоголиків — проводять групи підтримки й мотиваційні зустрічі. Система підтримки охоплює лікування, супровід та довготривале відновлення, що суттєво зменшує ризик рецидивів. Родина відіграє важливу роль у реабілітації: вона створює безпечне середовище, підтримує мотивацію та допомагає запобігти зривам. Члени сім'ї часто залучаються до терапії для кращого розуміння проблеми й навичок взаємодії.

Отже, реабілітація алкозалежних — це комплексний процес, що охоплює відновлення фізичного здоров'я, психологічного стану та соціальних зв'язків. Ефективна система допомоги сприяє не лише одужанню конкретної людини, а й зміцненню здоров'я суспільства. Поєднання медичних, психологічних і соціальних підходів робить можливим повернення до повноцінного та тверезого життя.

Шевченко В.В., студентка
Кетова О.М. к.мед.н., доцент
Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ТЕХНІЧНІ ТА ОРТОПЕДИЧНІ ЗАСОБИ У ТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛОЛОГІЇ

Технічні та ортопедичні засоби відіграють ключову роль у сучасній терапії та реабілітології, забезпечуючи пацієнтам можливість відновити втрачені функції, зменшити больовий синдром та покращити якість життя. Вони використовуються на всіх етапах лікувально-реабілітаційного процесу: від гострого періоду травми чи операції до тривалого відновлення та повернення до повсякденної активності. Правильно

підібрані пристрої дають змогу не лише підтримувати, але й активно стимулювати роботу уражених органів та систем.

Однією з найважливіших груп є ортези та фіксатори, які забезпечують стабілізацію суглобів, зменшення навантаження та контроль рухів. Наприклад, ортези на колінний або гомілковостопний суглоб дозволяють пацієнту безпечно пересуватися після травм зв'язок, а фіксатори для кисті та передпліччя запобігають зайвим рухам під час післяопераційного періоду. Окреме значення мають корсетні системи, що використовуються при патологіях хребта: вони допомагають формувати правильну поставу, розвантажувати міжхребцеві диски та зменшувати больовий синдром.

У терапії порушень опорно-рухового апарату активно застосовують електронні та технічні засоби, такі як апарати електростимуляції, магнітотерапії, ультразвукової терапії. Електростимулятори забезпечують відновлення м'язового тону, покращують кровообіг та сприяють зменшенню спастичності. Завдяки цьому реабілітаційний процес стає швидшим і ефективнішим, особливо у пацієнтів після інсульту, переломів, тривалої іммобілізації чи нейротравм. Особливе місце займають тренажери та механотерапевтичне обладнання. Вертикалізатори, бігові доріжки з підтримкою, системи з підвішуванням (як-от Levitas), тренажери для відновлення ходи чи роботи верхніх кінцівок (OMEGO Plus, ALFA) — усе це дає можливість відпрацьовувати рухи в безпечному та контрольованому середовищі. Такі пристрої дозволяють точно дозувати навантаження, реєструвати динаміку та адаптувати програму відповідно до стану пацієнта. Вони також сприяють нейропластичності, тобто здатності нервової системи відновлювати функції за рахунок нових зв'язків. Не менш важливою складовою реабілітації є ортопедичне взуття та індивідуальні устілки, які застосовуються при плоскостопості, деформаціях стопи, порушеннях ходи та післяопераційних станах. Правильна корекція опори тіла впливає на загальну біомеханіку рухів, зменшує навантаження на колінні та тазостегнові суглоби й дозволяє попередити розвиток вторинних ускладнень. У пацієнтів з ампутаціями застосовуються протези, які сьогодні досягають високого рівня функціональності завдяки біонічним технологіям. Вони забезпечують не лише базову підтримку та переміщення, але й тонкі рухи, адаптацію до поверхні та навіть сенсорний зворотний зв'язок. Реабілітація з використанням протезів включає навчання ході, тренування балансу, розвиток сили та витривалості, що робить ці засоби невід'ємною частиною відновлення. Також до технічних засобів належать допоміжні пристрої для пересування: милиці, ортопедичні тростини, ходунки, ролатори. Вони

допомагають пацієнтам підтримувати самостійність у період, коли можливість повноцінної ходьби обмежена. Поступове зменшення залежності від цих засобів є важливою частиною реабілітаційної програми.

Підсумовуючи, технічні та ортопедичні засоби формують комплексну основу сучасної реабілітації. Їхнє застосування забезпечує стабілізацію, зменшення болю, корекцію деформацій, відновлення рухів та повернення пацієнта до активного життя. Поєднання цих засобів із професійним супроводом терапевтів дозволяє досягти максимально ефективних результатів та підвищити рівень незалежності кожної людини.

Школа О.М., кандидатка педагогічних наук,
професорка, зав. кафедри фізичного виховання
та спортивного вдосконалення,
*Комунальний заклад «Харківська
гуманітарно-педагогічна академія»*

РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ІГРИ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ІНСТРУМЕНТ ВІДНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

У сучасному освітньому середовищі фізичне здоров'я учнів старших класів є ключовим фактором, що впливає на їх успішність, емоційний стан та загальне самопочуття.

Зростання психологічних навантажень, поширення малорухливого способу життя та постійний вплив цифрових пристроїв на фізичний стан підлітків потребують впровадження ефективних методів оздоровчої рекреації, які поєднують відновлення фізичних функцій із розвитком психоемоційної стійкості. Одним із таких методів є використання реабілітаційних ігор, які стають інноваційним інструментом у фізичному вихованні та оздоровчій практиці для старшокласників.

Реабілітаційні ігри мають комплексний вплив на учнів: вони сприяють відновленню фізичних показників, розвитку координації, витривалості та сили, водночас покращуючи емоційний стан, здатність до концентрації, міжособистісної взаємодії та командної роботи.

Використання ігрових форм у відновлювальній роботі дозволяє підвищити мотивацію учнів до фізичної активності та формує усвідомлене ставлення до власного здоров'я. У сучасних умовах, зокрема під час обмежень через воєнні дії або епідемії, реабілітаційні ігри можуть проводитися як у приміщенні, так і на відкритому повітрі з дотриманням безпеки та індивідуального підходу до кожного учня.

Однією з ключових тенденцій у розвитку оздоровчої рекреації є інтеграція цифрових технологій і штучного інтелекту (ШІ) [1]. Використання мобільних додатків, носимих пристроїв та інтерактивних платформ дозволяє персоналізувати фізичне навантаження, відстежувати прогрес учнів у режимі реального часу,