

**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

— здатності головного мозку утворювати нові нервові зв'язки, які компенсують пошкоджені ділянки. До сучасних технологічних методів реабілітації належать:

- Роботизована терапія (використання екзоскелетів і спеціальних тренажерів для відновлення ходи та рухів верхніх кінцівок);
- Дзеркальна терапія, що стимулює активність ураженої півкулі мозку через візуальні образи;
- Функціональна електростимуляція, яка активує нервово-м'язові зв'язки;
- Віртуальна реальність та ігрові програми, що поєднують фізичні вправи з мотиваційними завданнями;
- Метод терапії обмеженням здорової кінцівки (Constraint-Induced Movement Therapy), коли пацієнт змушений активно використовувати уражену руку, що стимулює її відновлення.

Крім того, важливе місце займають ерготерапія — відновлення побутових і професійних навичок, а також психологічна підтримка, адже емоційний стан пацієнта значно впливає на темпи відновлення.

Реабілітація після інсульту — це складний, поетапний процес, який вимагає індивідуального підходу, активної участі пацієнта та його родини. Використання сучасних методів і технологій, своєчасний початок реабілітаційних заходів, а також міждисциплінарна співпраця медичних фахівців значно підвищують ефективність відновлення рухових функцій та покращують якість життя пацієнтів після інсульту.

Мороко А. І. студент
Одинець С. Є., студент
Кетова О.М., к.мед.н., доцент

*Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»*

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ПІДЛІТКІВ

Порушення постави серед підлітків є однією з найпоширеніших проблем опорно-рухового апарату. Сучасні умови життя — тривале сидіння, низька рухова активність, збільшення навчального навантаження — сприяють формуванню функціональних та структурних змін хребта. Ефективна реабілітація вимагає своєчасного виявлення відхилень і застосування науково обґрунтованих методів корекції.

Порушення постави у юному віці можуть призвести до прогресування викривлень хребта, розвитку сколіозу, больового синдрому та зниження працездатності. Попри високу поширеність проблеми, профілактичні та реабілітаційні програми часто виконуються недостатньо системно, що погіршує результати корекції. Тому необхідне впровадження сучасних, доказових підходів до роботи з підлітками.

Для підготовки роботи використано методи аналізу та узагальнення наукової літератури з фізичної терапії, порівняльний аналіз ефективності

корекційних програм та систематизацію даних сучасних клінічних досліджень. Опрацьовано міжнародні рекомендації щодо діагностики та лікування порушень постави у дітей та підлітків.

Припускається, що впровадження комплексної програми реабілітації, яка включає корекційні вправи, міофасціальні техніки, сенсомоторне тренування та постуральну освіту, сприятиме ефективному відновленню фізіологічних вигинів хребта та покращенню м'язового балансу у підлітків.

Проведений аналіз підтверджує, що найвищу ефективність демонструють програми, спрямовані на тренування глибоких стабілізаторів тулуба, корекцію м'язового дисбалансу та розвиток навички правильної постави. Доведено результативність методів К. Шрот, кінезіотерапії, технік нейром'язової активації та використання функціональних тренувань. Регулярність занять і контроль фахівця є ключовими факторами успішної корекції.

Корекція порушень постави у підлітків повинна бути комплексною, індивідуально підбраною та довготривалою. Найкращих результатів можна досягти шляхом поєднання вправ для постуральних м'язів, сенсомоторного тренування та навчання правильних рухових навичок у повсякденній діяльності. Рання діагностика та регулярність виконання рекомендацій значно підвищують ефективність реабілітації.

Ніколенко І.М., старший викладач,

Островська Т. студентка,

Національний університет водного господарства та природокористування

СТРЕСОВЕ НАВАНТАЖЕННЯ ЯК ЧИННИК ПОРУШЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ТА ШЛЯХИ ЙОГО КОМПЕНСАЦІЇ

Функціональний стан студентської молоді в сучасному освітньому середовищі визначається комплексом чинників, що включають інтелектуальне навантаження, тривалі статичні пози, інформаційний стрес та низьку рухову активність. Інтенсифікація навчального процесу, цифровізація, збільшення самостійної роботи та тривалий контакт із гаджетами створюють умови постійного напруження адаптаційних систем організму. Студентський вік є критичним періодом формування нейрогуморальних механізмів регуляції, тому дослідження їх стійкості та шляхів підтримання функціонального стану має особливу актуальність.

Спостереження свідчать про поширеність хронічної втоми, зниження працездатності, виснаження відновлювальних ресурсів, емоційну лабільність та порушення сну. Тривале сидіння, надлишок зорових навантажень і дефіцит рухової активності погіршують серцево-судинну, дихальну та вегетативну функції, порушуючи нейрофізіологічні механізми уваги, пам'яті та когнітивної продуктивності.

Показники серцево-судинної системи демонструють підвищену частоту серцевих скорочень, зростання індексу напруження регуляторних систем і