

ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У РЕАБІЛІТАЦІЇ

ХВОРИХ РОЗСІЯНИМ СКЛЕРОЗОМ

Галась М.О.

Науковий керівник – канд. мед. наук Турчина Н.С.

Національний медичний університет ім. О.О. Богомольця

м. Київ, кафедра нервових хвороб

Впродовж довгого часу вважалося, що фізична активність у пацієнтів з розсіяним склерозом (РС) може спровокувати загострення захворювання, але на сьогодні доведено позитивне значення фізичних вправ у нейрореабілітації хворих на РС. Метою роботи є вивчення ефективності використання фізичних вправ у лікуванні та реабілітації хворих на РС для обов'язкового введення запропонованого комплексу вправ у лікувально-реабілітаційний процес. Комплекси фізичних вправ після клінічного обстеження були запропоновані 10 хворим 2-го та 3-го ступенів тяжкості з урахуванням неврологічного дефіциту. Запропонований базисний комплекс активних вправ з метою збільшення м'язової сили, попередження атрофії м'язів та дегенеративно-дистрофічних процесів у кістково-суглобовому апараті, у боротьбі з гіподинамією. З урахуванням виявленого центрального нижнього парапарезу кінцівок були запропоновані вправи направлені проти спастичності. Для боротьби з координаційними порушеннями були дані вправи на координацію та рівновагу. Всі хворі використовують гімнастику у повсякденному житті та визнають користь від занять. Хворі зразу після виконання вправ на розтягнення помічають зменшення гіпертонуса м'язів-згиначів, а активні вправи для різних груп м'язів сприяють зменшенню втомлюваності протягом доби та профілактиці закрепів. На наш погляд, введення запропонованого комплексу вправ всім хворим РС з урахуванням неврологічної симптоматики, ступеня тяжкості захворювання та типу перебігу буде позитивно впливати на якість їх життя.