

# Запорізький державний медичний університет

*ТЕМА ЛЕКЦІЇ*

## **Фізична терапія та ерготерапія - основа клінічного реабілітаційного менеджменту**

Пузік С.Г.

доцент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я

11.09.2020 р.

# Лекції

(5 лекцій, 2 год)

<b>№ з/п</b>	<b>Тема лекції</b>	<b>Кількість годин</b>
<b>1</b>	<b>Фізична терапія та ерготерапія - основа клінічного реабілітаційного менеджменту</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>Професійний стандарт фізичної терапії, ерготерапії</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Клінічне застосування МКФ</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>Ерготерапевтичний процес. Оцінювання та обстеження ерготерапевта</b>	<b>2</b>
<b>5</b>	<b>Визначення ерготерапевтичних завдань і планів втручання</b>	<b>2</b>

# ПЛАН ЛЕКЦІЇ

- 1. Фізіотерапія як дисципліна.**
- 2. Характеристика фізичної терапії. Мета та поняття.**
- 3. Історія фізичної терапії як дисципліни.**
- 4. Основні принципи діагностики у фізичній терапії.**
- 5. Комплексне фізичне терапевтичне обстеження.**
- 6. Ергодіагностика. Процедура ерготерапевтичного дослідження.**
- 7. Короткотривалий та довготривалий план фізичної терапії**

# 1. Фізіотерапія як дисципліна

## МЕТА

Впорядкувати знання щодо використання **з лікувальною або профілактичною** метою різноманітних **природних факторів** (сонце, повітря, лікувальні води, грязі, глина, пісок) **преформованих фізичних факторів** (електричний струм, променева енергія, механічні коливання та ін.).

## **ЗНАТИ:**

- основні види фізіотерапії;
- основні види електролікування в поєднанні з ЛФК;
- сонце- й повітрялікування в поєднанні з ЛФК;
- лікування водою й пелоїдами;
- грязелікування.

## ***ВМІТИ:***

- поєднувати і використовувати у професійній діяльності **засоби адаптивного фізичного виховання з видами фізіотерапії;**
- розробляти **комплексні реабілітаційні програми**, до складу яких входять **види фізіотерапії**

# ТЕМАТИКА

- Основи фізіотерапії.
- Види фізіотерапії.
- Фізіотерапевтичні методи реабілітації у травматології.
- Фізіотерапевтичні методи реабілітації при серцево-судинних хворобах.
- Фізіотерапевтичні заходи при різних функціональних станах.

## **2. Характеристика фізичної терапії. Мета та поняття.**

# ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ

Це сфера медичної діяльності, зорієнтована на діагностику й терапію функціональних розладів моторної системи.

За допомогою рухової активності та фізотерапевтичних методів вона цілеспрямовано впливає на функції інших систем, а також на психічні функції

# СУЧАСНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ

це сфера медицини, що динамічно розвивається і застосовується в усіх системах охорони здоров'я, в підтримці виховання культури здоров'я, у профілактиці (первинній, вторинній і третинній), у лікуванні й реабілітації.

# ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ

Втручається  
в зони

рухові

фізичні

психічні

Загрожують  
процеси

старіння,  
травма,  
хвороба,  
вроджена вада

# ЗАВДАННЯМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ

Збереження та  
відновлення

оптимальної функції  
опорно-рухової системи

База сучасної  
координованої  
міжпрофесійної  
реабілітації

### **3. Історія фізичної терапії як дисципліни.**

Перші кроки до формування  
фізичної реабілітації/терапії

Львівський державний  
інститут фізичної культури



Співпраця із Канадським агентством  
міжнародного розвитку (SIDA)  
українсько-канадська програма  
«Партнери в охороні здоров'я»  
Проект  
«Реабілітаційна програма у Львові».

Запровадження  
**навчального курсу з фізичної реабілітації**  
(вперше в Україні)

Програма складалася з **дисциплін:**  
Фізична терапія  
Працетерапія

**Спеціальні курси з реабілітації**  
при різних проблемах та порушеннях у діяльності  
серцево-судинної і дихальної систем:

Ортопедія  
Нейрологія  
Педіатрія

**Із Канади у проекті брали участь :**

**Центр розвитку базованої в спільноті реабілітації**  
при університеті Квінз (Кінгстон, Онтаріо)  
Університети Манітоба (Вінніпег, Манітоба)  
Мак Мастер (Гамільтон, Онтаріо)

**Всесвітня організація інвалідів**  
«Disabled People International»

**Фонд «Діти Чорнобиля»**  
(Торонто, Онтаріо)

Львівська обласна  
та Українська Асоціації  
**фахівців фізичної реабілітації**

Квітень 2008 року

Провели  
перші загальні  
збори УАФФР

Розробити **стандарты професійної діяльності фахівців**

Налагодження **системи менеджменту** в організації

Підвищення **інформованості**

Створення системи **підвищення кваліфікації**

Світова Конфедерація  
фізичної терапії  
(Нідерланди, Амстердам)



World Confederation  
for Physical Therapy

18 червня 2011 року



Прийняття нових членів до  
Конфедерації  
**Україна прийнята  
до Світової Конфедерації фізичної  
терапії**



Українська  
Асоціація фізичної терапії

Єдиний уповноважений представник  
професії "фізичний терапевт" в Україні



member of  
World Confederation  
for Physical Therapy

[www.physrehab.org.ua](http://www.physrehab.org.ua)

# ОФІЦІЙНІ ДОКУМЕНТИ

Міжнародна  
конфедерація фізичної  
терапії

Міжнародна асоціація  
ерготерапевтів

МІНІМАЛЬНІ  
СТАНДАРТИ ОСВІТИ  
ЕРГОТЕРАПЕВТІВ  
РЕДАКЦІЯ 2016





Інформаційна листівка –  
актуальне про реабілітацію в Україні

Випуск 1  
БЕРЕЗЕНЬ  
2020

Partnerships **PLUS**



ВСЕУКРАЇНСЬКЕ ОБ'ЄДНАННЯ  
ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ



ВВАФК

Всеукраїнська Асоціація Фізичної Медицини,  
Реабілітації і Курортології



УТЕІ

Українське товариство ерготерапевтів

## 4. Основні принципи діагностики у фізичній терапії.

# ФОРМА КОМПЛЕКСНОГО ФІЗТЕРАПЕВТИЧНОГО ОБСТЕЖЕННЯ.

- Вік
- Стать
- **Орієнтування** (час, місце, особа)
- Спілкування
- Співпраця
- **Суб'єктивна проблема:** коротко з'ясувати, з чим пацієнт звертається до фізотерапевта, що вважає своєю основною, **ключовою проблемою.**



# АНАМНЕЗ

- Родинний анамнез
- Особистий анамнез
- Соціальний і трудовий анамнез

# ***РОДИННИЙ АНАМНЕЗ***

- **Серйозні захворювання у найближчих кровних родичів:**
  - захворювання опорно-рухового апарату
  - серцево-судинні захворювання
  - цукровий діабет
  - рак
  - психічні розлади

# ОСОБИСТИЙ АНАМНЕЗ

- Серйозні захворювання, операції, травми
- Психомоторний розвиток
- Самостійність

# СОЦІАЛЬНИЙ І ТРУДОВИЙ АНАМНЕЗ

- **Освіта, робота** — посада, стереотип руху (пенсія через інвалідність, соціальна пенсія, безробітний, інвалідність I, II, III групи, непрацездатність, студент).
- **Дозвілля, хобі, спорт** (якщо так, то детальніше).
- Сімейний стан, діти, сімейні умови, житло — **бар'єри** .
- Компенсаторні **допоміжні засоби** (протез, ортез, милиці, візок тощо).

- **Алергія**

- Фармакологічний анамнез .

- Гінекологічний анамнез .

- Алкогольна чи наркотична залежність.

- **Попередня фізична терапія**, реабілітація.

# СУЧАСНІ ЗАХВОРЮВАННЯ

- Пацієнт ретельно описує проблеми, з якими приходить на фізичну терапію, причини, через які призначено фізичну терапію (амбулаторно / стаціонар)



# БІЛЬ

- Точна **локалізація** (добре / погано локалізується).
- **Характер** болю (тупий, гострий, глибокий, поверхневий, дифузний, поширення).
- **Інтенсивність** болю (використовуйте, наприклад, візуальну аналогову шкалу болю).
- Наявність болю **в часі** (постійний, переривчастий, уранці, залежно від певної активності, будить зі сну).
- **Чинники** погіршення / полегшення (вплив знеболювальних препаратів).
- **Очікування** пацієнта

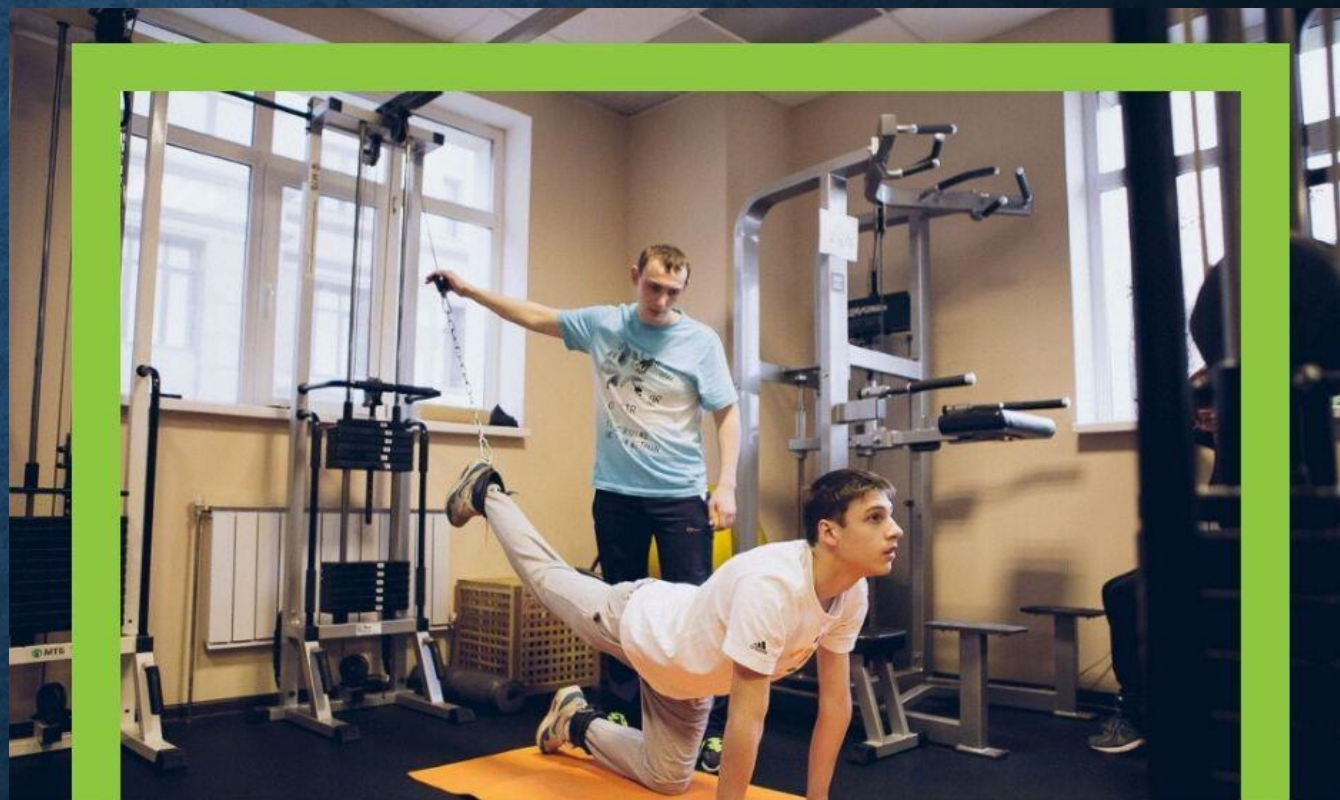


# ВАЖЛИВО!

- Інструментальні обстеження — рентген, МРТ тощо.
- Домінантна кінцівка — правиця / шульга.
- Якщо пацієнт має серцево-судинні проблеми — дослідити тиск, частоту пульсу, швидкість дихання.
- Зміни за останній час (зміна стереотипів, ваги тощо).
- Стрес, якість сну, втома.
- Наявність порушень тазових органів (порушення функції тримання).

# КІНЕЗІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

- Колір **шкіри**, набряки, шрами, рани, варикозне розширення вен.
- Постава / тримання тіла (стоячи, сидячи) — асиметрія, трофіка.
- Стабільність **стояння** (за Ромбергом).
- Зміна **позицій** (сидячи, лежачи, стоячи) — стереотип.
- **Хода**, модифікована хода (наприклад, тандем, на пальцях, на п'ятках).
- **Стояння на одній нижній кінцівці**, скакання.



КІНЕЗОТЕРАПІЯ НОВІТНЯ МЕТОДИКА  
ЛІКУВАННЯ І РЕАБІЛІТАЦІЇ

# ДИНАМІЧНЕ ОБСТЕЖЕННЯ

- Амплітуда руху в суглобах, активна амплітуда руху, пасивна амплітуда руху
- М'язова сила.
- Тести суглобів (зв'язки, меніски, блокади).
- Спеціальні функціональні (HSSP, тест на ротаторний **тести** манжет, тест Шобера, стереотип абдукції руки тощо).



# ПАЛЬПАЦІЯ

- Шкіра, підшкірна клітковина — пересування, набряки, температура, структура, чутливість (приклад — гіпералгезивна зона).
- М'язи, сухожилля, сумки — **тонус**, рефлекторні зміни, набряк.
- Суглоби, зв'язки — **ексудат**, набряк.



# НЕВРОЛОГІЧНЕ ОБСТЕЖЕННЯ

- Сухожилково-периостальні рефлекси.
- Дослідження координації, м'язового тону, ригідності тощо.
- Чутливість
- Периферійні нерви
- Черепно-мозкові нерви.
- Стандартизовані функціональні тести

# Формування висновків

# 6. Ергодіагностика.

## Процедура ерготерапевтичного дослідження.



# ЕРГОТЕРАПІЯ

- СПЕЦІАЛЬНІСТЬ, ЯКА СПИРАЄТЬСЯ НА НАУКОВО-ДОКАЗАНІ ФАКТИ ПРО ТЕ, ЩО ЦІЛЕНАПРАВЛЕНА АКТИВНІСТЬ ЛЮДИНИ **ДОПОМАГАЄ ПОКРАЩИТИ ЙОГО ФУНКЦІОНАЛЬНІ МОЖЛИВОСТІ :**
- РУХОВІ
- ЕМОЦІЙНІ
- КОГНІТИВНІ
- ПСИХІЧНІ



- Допомогти людині з порушеннями життєдіяльності стати максимально незалежним в повсякденному житті шляхом відновлення втрачених функцій, використання спеціальних пристроїв , а також адаптації до навколишнього середовища.

## МЕТА ЕРГОТЕРАПІЇ



# МЕТА ЕРГОТЕРАПІЇ

- Створити оптимальні умови для розвитку та **самореалізації** людини з обмеженими функціональними можливостями через його **«зайнятість»** в різних сферах життєдіяльності і в кінцевому результаті **покращити якість життя**



# ОССURATION «ЗАНЯТІСТЬ»

- Це різні види діяльності, які зустрічаються в житті кожного та надають зміст його життя.

## ЗАНЯТІСТЬ В ЕРГОТЕРАПІІ

1. Активність в повсякденному житті
2. Активність в роботі та продуктивній діяльності
3. Активність в грі, відпочинку та розвагах

# 1. АКТИВНІСТЬ В ПОВСЯКДЕННОМУ ЖИТТІ

**Особиста гігієна** ( догляд за волоссям, умивання, використання туалету)

**Одягання**

Приймання їжі

**Соціалізація**

**Здатність буди мобільним в суспільстві**

**Задоволення сексуальних здібностей**

Виконання правил для підтримки та збереження здоров'я

Функціональна комунікація та рухомість

## 2. АКТИВНІСТЬ В РОБОТІ ТА ПРОДУКТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

- Виконання домашніх обов'язків (*прибирання квартири, догляд за одягом, приготування їжі, підтримка в чистоті квартири. Безпека проживання в квартирі*)
- Турбота про інших людей
- Здатність навчатися чомусь новому

### Види діяльності :

Вибір спеціальності  
Пошук роботи  
Виконання роботи  
Планування переходу на пенсію  
Самостійна  
Є добровільна участь у чомусь.

### 3. АКТИВНІСТЬ В ГРІ, ВІДПОЧИНКУ ТА РОЗВАГАХ

- Можливість вибору відпочинку та ігор
- Можливість виконувати необхідні дії під час відпочинку та гри



## ЄРГОТЕРАПЕВТ

- Намагається покращити можливості пацієнта жити повноцінним життям в відповідності з його бажаннями та потребами



# ЄРГОТЕРАПІЯ МІЖДИСЦИПЛІНАРНА СПЕЦІАЛЬНІСТЬ

Комплексні знання:

- Медицина
- Спеціальна педагогіка
- Психологія
- Психіатрія
- Соціологія
- Біомеханіка
- інш.



# Фізичний терапевт / ерготерапевт

**Фізичний терапевт** - допомога клієнту в максимальному ступені **розвивати, підтримувати та відновлювати рухові та функціональні можливості**

**Ерготерапевт** - допомога клієнту в максимальному ступені **відновити здатність людини до самостійного та незалежного життя**

Працюють з людьми **різного віку**  
Допомога при **гострих** станах (травмах)  
Допомога при **хронічних** станах (церебральний параліч)

**Окремі та Незалежні спеціальності**

## ОСОБЛИВОСТІ НАПРЯМІВ



### Фізична терапія

#### Фізичний терапевт

допомагає пацієнту **максимально**  
**розвивати**  
**підтримувати**  
**відновлювати**  
рухові та функціональні можливості



### Ерготерапія

#### Ерготерапевт

Допомагає пацієнту  
**максимально**  
**відновити**  
**здатність людини до незалежного**  
**життя**

# МЕТОДИ ЕРГОДІАГНОСТИЧНОГО ОЦІНЮВАННЯ

- Ефективне проведення ергодіагностики неможливе без залучення основних методів проведення ергодіагностичного оцінювання.

## ТЕСТИ

- Розпорядок дня;
- запитання щодо інтересів / хобі;
- самооцінка болю
- дослідження чутливості;
- тест функціональної моторики руки;
- тест дрібної моторики руки;
- динамометрія— тест м'язової сили стискання руки;
- **IWS** — тестування фізичного трудового потенціалу;
- **LOTCA** — ерготерапевтичне оцінювання когнітивних функцій);
- типова діяльність.
- Дослідження контактності працівника;
- трудовий і соціальний анамнез;
- первинний медичний огляд;
- базове ергодіагностичне дослідження — ерготерапевтичне, фізотерапевтичне;
- **WHO DAS II** суб'єктивний тест оцінювання якості життя);
- Індекс Бартел (**Barthel Index**);
- Індекс **iADL** (інструментальна активність повсякденного життя);

## 7. Короткотривалий та довготривалий план фізичної терапії.

**Визначення основних завдань терапії,  
коротко та довготривалі термінові  
завдання фізичної терапії**

# ПЛАНУВАННЯ

- **Перед початком** власне терапевтичного втручання важливо **визначити мету**, яку необхідно досягти при співпраці з пацієнтом і його сім'єю.
- Визначити, за допомогою яких конкретних фізотерапевтичних підходів і / або методів буде досягнуто бажаного результату.

# ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЛАН

- Розробляють з урахуванням результатів фізотерапевтичного первинного обстеження

Враховують :

- конкретний тип пошкодження
- функціональний стан
- вік
- освіту
- особистість
- мотивацію
- побажання

## ЗАГАЛЬНІ ЗАВДАННЯ:

- Збереження та / або відновлення оптимальної функції опорно-рухової системи.
- Підтримка та / або відновлення амплітуди руху в суглобах.
- Підтримка та / або відновлення м'язової сили та довжини м'язів.
- Зниження болю, втрата чутливості.
- Підтримка та / або поліпшення нервово-м'язової координації.
- Підтримка та / або відновлення якісних стереотипів руху (пересування, сидіння, стояння, ходіння).
- Підтримка та / або поліпшення стану.
- Підтримка та / або поліпшення фізичної здатності, серцево-судинної діяльності, показників • Підтримка та / або поліпшення щоденної активності (ADL).
- **Завдання добирають спеціально й уточнюють залежно від індивідуальних потреб і поточних проблем конкретної людини.**

## КОРОТКОСТРОКОВИЙ ПЛАН

- Обмежується періодом, на який призначений цикл терапії або ліжковий режим (амбулаторне чи стаціонарне відділення під час перебування в лікарні).

# КОРОТКОСТРОКОВИЙ ПЛАН

Часовий горизонт - тижні, максимально місяці!!!!

Час зосереджують на **конкретних завданнях**, які дозволяють якомога швидше вирішити конкретну проблему пацієнта:

зменшення болю

збільшення амплітуди руху в суглобах

тренування навичок, вмінь  
набуття навичок

самообслуговування та  
профілактика знерухомлення  
профілактика втрати фізичної  
сили

У плані передбачають **методи й засоби**, якими потрібно скористатися для досягнення певної мети і скласти графік

# ДОВГОТЕРМІНОВИЙ ПЛАН


## Залучення базових елементів реабілітації :

- Терапевтична реабілітація
- Педагогічна реабілітація
- Соціальна реабілітація
- Трудова реабілітація

# ДОВГОТЕРМІНОВИЙ ПЛАН

Базується на короткотерміновому плані так, аби були максимально збережені вже досягнуті результати, визначаються нові завдання.

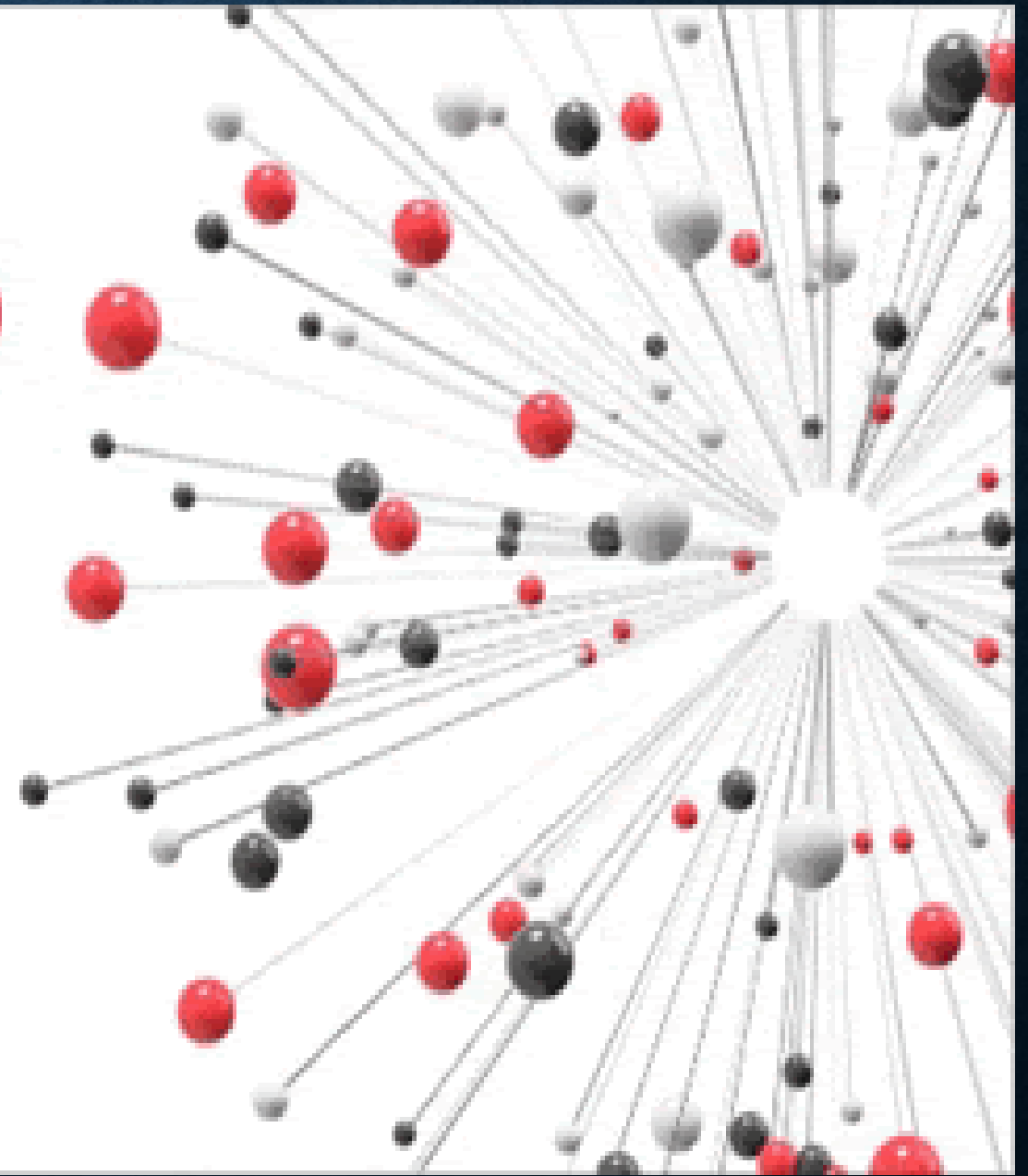
За менш серйозних діагнозів - вирішується профілактика збереження рівня досягнутого фізичного рівня пацієнта / клієнта.



Надалі **розробляється програма**, в межах якої у пацієнта була б **можливість повернутися до діяльності:**  
**заняття спортом чи хобі**, яку унеможлилювали попередні труднощі

# ESC Congress Amsterdam 2020

29 August - 1 September



# РЕКОМЕНДАЦІЇ ESC 2020

- Ведення дорослих пацієнтів із вродженими вадами серця
- Гострий коронарний синдром без підйому сегмента ST
- **Щодо занять спортом і фізичної активності!!!!**
- Ведення пацієнтів з фібриляцію передсердь

**Рекомендації ESC 2020:  
щодо занять спортом і  
фізичної активності**

**Що можна робити і чого  
не варто робити?**

# **РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗАНЯТТЯ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ І СПОРТОМ ДЛЯ ЗДОРОВИХ ОСІБ**

**Всім здоровим дорослим рекомендовано :**

- Виконувати аеробні фізичні вправи
- середньої інтенсивності 150 хв/ тиждень
- або
- високої інтенсивності 75 хв/тиждень
- або
- їх еквівалентна комбінація

**РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗАНЯТТЯ ФІЗИЧНИМИ  
ВПРАВАМИ І СПОРТОМ  
ДЛЯ ЗДОРОВИХ ОСІБ**

Рекомендовано

Проводити **тренування з перервами**  
протягом тижня (тобто **4-5 днів в тиждень**  
**краще**, ніж заняття кожного дня тижня)

*Окремі рекомендації для людей з ожирінням, АГ, дисліпідемією чи ЦД*

# ЛЮДЯМ З ОЖИРІННЯМ

(ІМТ  $\geq 30$  КГ/М<sup>2</sup> АБО ОТ  $> 80$  СМ ДЛЯ ЖІНОК ЧИ  $> 94$  СМ ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ)

## ДОБРЕ КОНТРОЛЬОВАНОЮ АГ

### Рекомендовано

- Помірні або інтенсивні аеробні вправи ( 30 хв, 5-7 днів/тиждень)
- Силові тренування  $\geq 3$  рази в тиждень (додатково) - для зниження ризику серцево-судинних захворювань та зниження АТ

# ЦД

Рекомендовано

- Помірні або інтенсивні аеробні вправи ( 30 хв, 5-7 днів/тиждень)
- Силові тренуваннями  $\geq 3$  рази в тиждень (додатково) для зниження ризику серцево-судинних захворювань та покращення чутливості до інсуліну

## НЕ РЕКОМЕНДОВАНО

- фізичні вправи великої інтенсивності особам з неконтрольованою АГ
- (систоличний  $АТ > 160$  мм рт.ст.),
- поки АГ не стане контрольованим.

# РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ОСІБ $\geq$ 65 РОКІВ

- Які мають гарну фізичну форму
- Не мають захворювань, що обмежують їх фізичну активність

## Рекомендовано

- Аеробні фізичні вправи **середньої інтенсивності**  
**150 хв/ тиждень**

# ЛІТНІМ ЛЮДЯМ, СХИЛЬНИМ ДО ПАДІНЬ

Рекомендуються

силові вправи

не менше 2 днів в тиждень

для поліпшення рівноваги і координації

# **РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ОСІБ З ХРОНІЧНИМ КОРОНАРНИМ СИНДРОМОМ (ХКС)**

- Рекомендовано провести для осіб з встановленим ХКС **до початку тренувань!!!!**



- Стратифікація ризику небажаних явищ, викликаних фізичним навантаженням



**РЕКОМЕНДОВАНО**

- Індивідуальний вид спорту

**НЕ РЕКОМЕНДОВАНО**

- Змагальні види спорту

- Високий ризик небажаних явищ, викликаних фізичним навантаженням, або особам з ішемією

# **РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ОСІБ З ГОСТРИМ КОРОНАРНИМ СИНДРОМОМ (ГКС)**

Рекомендується

Кардіологічна реабілітація на основі фізичних вправ  
усім особам з ІХС



для зменшення серцевої смертності та повторної  
госпіталізації

**РЕКОМЕНДАЦІЇ  
ЩОДО ЗАНЯНЬ СПОРТОМ  
ДЛЯ ОСІБ З СЕРЦЕВОЮ НЕДОСТАТНІСТЮ**

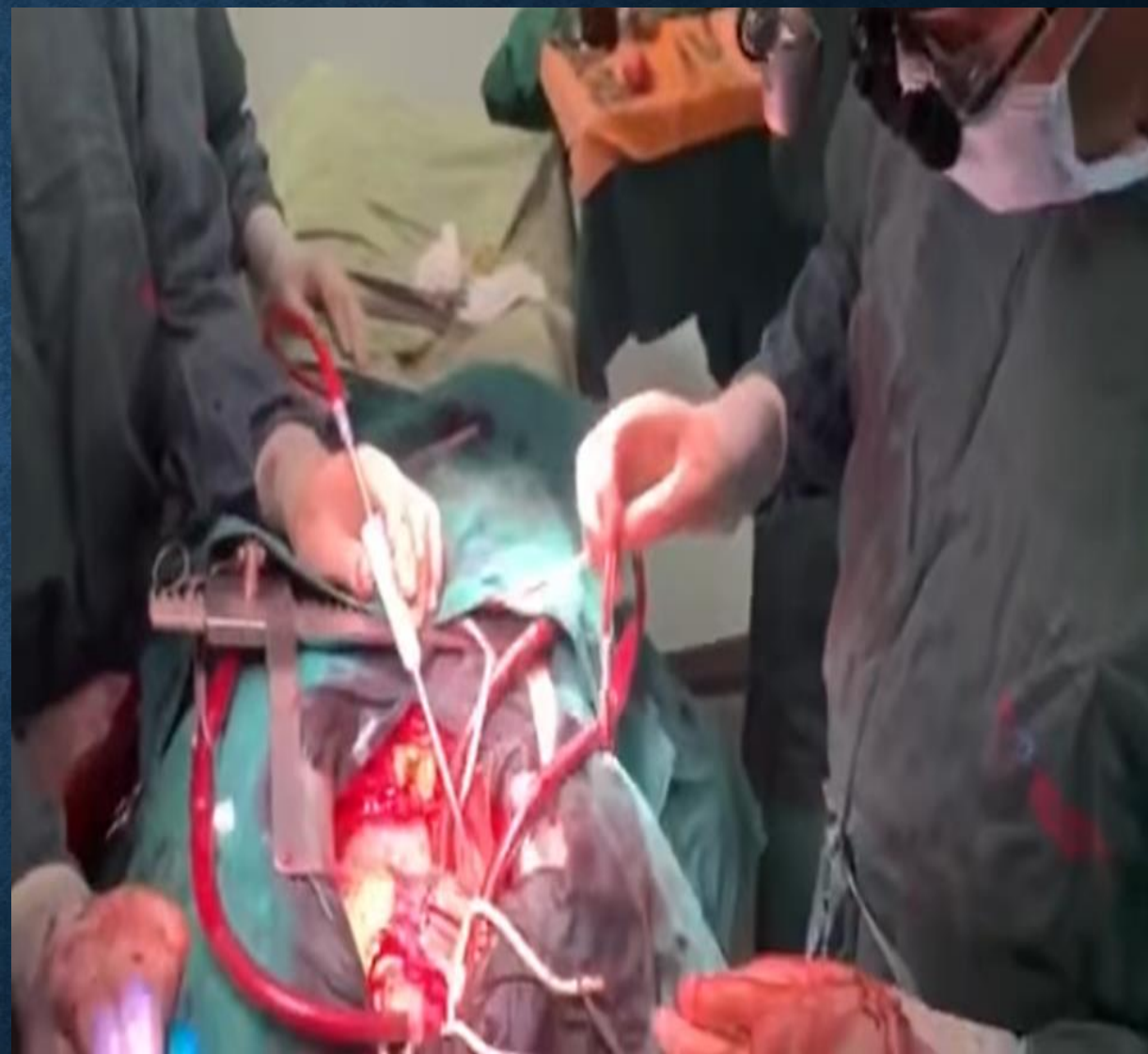
**Рекомендується**

- Перед заняттями спортом контроль факторів ризику СН

**Не рекомендуються**

- Силові види спорту високої інтенсивності
- Види спорту на витривалість незалежно від симптомів

**РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО  
ЗАНЯНЬ ФІЗИЧНИМИ  
ВПРАВАМИ/ СПОРТОМ ДЛЯ  
ОСІБ  
З ТРАНСПЛАНТОВАНИМ  
СЕРЦЕМ**



# КАРДІОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

- Поєднують **аеробні вправи середньої інтенсивності** і **вправи з спротивом**, рекомендуються для повернення патофізіології до **періоду дотрансплантації**, зниження ризику серцево-судинних захворювань, викликаного лікуванням після трансплантації, і **поліпшення клінічного результату**



**Фізична терапія та ерготерапія**

-

**основа клінічного реабілітаційного менеджменту**



**ТЕСТУВАННЯ**

**ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!**

**Святкуйте день фізичної терапії  
8 вересня разом з нами!**



**Рух заради здоров'я**

**Всесвітній день фізичної терапії**

**#WorldPTDay**