

Робоча програма дисципліни «Основи фізичної реабілітації»

ОП ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ · ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

БАКАЛАВР

150

Годин

Загальний обсяг дисципліни

5

Кредити ЄКТС

Відповідно до стандарту

5

Модулi

Змістовних блоки курсу



Загальна інформація про дисципліну

Ідентифікація

Назва: Основи фізичної реабілітації

ОП: Фізична терапія, ерготерапія; Фізична реабілітація

Ступінь: Бакалавр

Обсяг: 150 годин / 5 кредитів ЄКТС

Модулів: 5 змістовних блоків

Призначення дисципліни

Дисципліна «Основи фізичної реабілітації» формує у студентів системне розуміння теоретичних та практичних засад відновного лікування, принципів організації реабілітаційного процесу, засобів і методів фізичної реабілітації при різних патологічних станах. Курс охоплює ключові поняття, методологію та клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації, формує професійну компетентність, клінічне мислення та здатність розробляти індивідуальні реабілітаційні програми.

Дисципліна є обов'язковою для підготовки бакалаврів за освітньою програмою «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація» і забезпечує формування фахових компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою.

Загальні компетентності

Аналітичне мислення

Здатність до аналізу, синтезу та критичного оцінювання клінічної та реабілітаційної інформації: виявлення причинно-наслідкових зв'язків патологічних процесів, порівняння методів відновного лікування, формування обґрунтованих висновків щодо вибору засобів реабілітації.

Комунікація

Здатність до усної та письмової комунікації: чітко пояснювати реабілітаційні заходи пацієнту, аргументовано відповідати на запитання, оформлювати реабілітаційні плани, індивідуальні програми та аналітичні записки.

Самоорганізація

Уміння самостійно навчатися, планувати роботу та організовувати виконання практичних завдань у визначені строки, зокрема під час розробки реабілітаційних програм, підготовки до практичних занять і проведення самостійних досліджень.

Командна робота

Відповідальність, ініціативність та готовність працювати у мультидисциплінарній реабілітаційній команді: спільний аналіз клінічних кейсів, обговорення тактики відновного лікування, розподіл обов'язків між фахівцями.

Студент повинен вміти: аналізувати клінічну, функціональну та наукову інформацію; виділяти головне та узагальнювати результати обстеження; планувати власну діяльність і дотримуватися дедлайнів; коректно спілкуватися з пацієнтами, викладачами та колегами; брати участь у командній роботі реабілітаційної команди.

Фахові компетентності

Розуміння основ фізичної реабілітації

Розуміння сутності та закономірностей реабілітаційного процесу, його мети, завдань, принципів та видів. Знання клініко-фізіологічного обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації, вміння аналізувати їх в контексті патологічного процесу.

Оцінка функціонального стану

Здатність проводити функціональне обстеження пацієнта, використовувати стандартизовані шкали та тести для оцінки рухових порушень, визначати реабілітаційний потенціал та прогноз відновлення функцій.

Розробка реабілітаційних програм

Знання принципів складання індивідуальних програм фізичної реабілітації при захворюваннях опорно-рухового апарату, внутрішніх органів та нервової системи. Розуміння послідовності етапів та обґрунтування вибору засобів реабілітації.

Нормативно-правова база

Орієнтування в нормативно-правовій базі у сфері фізичної реабілітації та охорони здоров'я; використання наукових та інформаційних джерел для обґрунтування реабілітаційних рішень і формування висновків.

Результати навчання

01

Пояснення понять та принципів

Пояснювати сутність ключових понять і явищ: реабілітація, фізична терапія, ерготерапія, лікувальна фізкультура, фізіотерапія, реабілітаційний потенціал, МКФ, мультидисциплінарна команда, реабілітаційне втручання.

03

Аналіз клінічних ситуацій

Аналізувати клінічні кейси та діяльність фахівців фізичної реабілітації для виявлення закономірностей відновного лікування, оцінювати ефективність реабілітаційних втручань на різних нозологічних групах.

02

Характеристика методів і засобів

Характеризувати основні засоби та методи фізичної реабілітації, застосовувати клініко-фізіологічне обґрунтування їх призначення, визначати показання та протипоказання з урахуванням нозології та етапу відновного лікування.

04

Розробка реабілітаційних програм

Орієнтуватися в науковій та методичній базі з фізичної реабілітації; складати індивідуальні програми реабілітації та обґрунтовувати вибір засобів і методів відновного лікування для різних пацієнтів.

Теоретичні основи фізичної реабілітації

1

Тема 1.1

Поняття, мета, завдання та принципи фізичної реабілітації. Історія розвитку

2

Тема 1.2

Міжнародна класифікація функціонування (МКФ). Реабілітаційне оцінювання

3

Тема 1.3

Організація реабілітаційного процесу. Мультидисциплінарна реабілітаційна команда

Поняття, мета, завдання та принципи фізичної реабілітації

Лекційний матеріал (3 год.)

Лекція 1: Реабілітація: визначення, концепція, соціально-економічне значення. Становлення фізичної реабілітації як науки та практичної дисципліни. Зв'язок з суміжними дисциплінами: медициною, педагогікою, психологією.

Мета та завдання: відновлення функцій, соціальна та трудова реінтеграція. Принципи: комплексність, індивідуальність, безперервність, раннє начало, активна участь пацієнта. Види реабілітації: медична, соціальна, трудова. Поняття реабілітаційного потенціалу та прогнозу.

Ключові питання лекції

- Визначення та концептуальні засади фізичної реабілітації
- Принципи фізичної реабілітації та їх клінічне значення
- Соціально-економічні аспекти реабілітації
- Зв'язок фізичної реабілітації зі спеціальностями 227 та 229
- Основні поняття: засоби, методи, форми реабілітації

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз нормативно-правової бази у сфері реабілітації: Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» — ключові положення, права пацієнтів, обов'язки фахівців.

Завдання 2. Кейс: порівняльний аналіз принципів реабілітації на прикладі реального клінічного випадку. Обговорення дискусійних питань щодо початку реабілітаційних заходів.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (5 год.)

- Опрацювання: Григус І. М., Нагорна О. Б. «Основи фізичної терапії» — розділ «Теоретичні засади»
- Підготовка реферату: «Сучасні концепції фізичної реабілітації в Україні та світі»
- Складання схеми «Принципи фізичної реабілітації та їх клінічне обґрунтування»



Очікуваний результат: студент вміє формулювати мету та завдання фізичної реабілітації, пояснювати її принципи та клінічне значення.

МКФ та реабілітаційне оцінювання

1

Структура МКФ

Порушення функцій та структур. Обмеження активності. Обмеження участі. Контекстові фактори.

2

Реабілітаційне обстеження

Збір анамнезу. Функціональне тестування. Стандартизовані шкали (VAS, FIM, Barthel, Berg).

3

Реабілітаційний діагноз

Формулювання проблем за МКФ. Визначення реабілітаційного потенціалу. Постановка цілей (SMART).

4

Моніторинг

Динамічна оцінка ефективності. Корекція програми. Документування результатів.

Лекційний матеріал (3 год.)

МКФ як концептуальна основа реабілітації: структура, компоненти, домени. Реабілітаційне оцінювання: методи та підходи. Стандартизовані шкали та тести у фізичній реабілітації. Постановка реабілітаційних цілей за SMART-критеріями. Реабілітаційний потенціал та прогноз відновлення функцій. Документування та ведення реабілітаційної документації.

Практика (2 год.) та СРС (5 год.)

Практика: Практичне застосування МКФ для опису клінічного випадку; освоєння шкал Barthel та Berg; складання реабілітаційного паспорта пацієнта за алгоритмом; постановка SMART-цілей у парній роботі.

СРС: Опрацювання: Вакуленко Л. О. та ін. «Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії» (2022, перевид.); підготовка аналітичної записки «МКФ як інструмент реабілітаційного оцінювання: переваги та обмеження».

Організація реабілітаційного процесу та мультидисциплінарна команда

Тема 1.3 — Організація реабілітаційного процесу (Лекція 3, 3 год.)

Етапи реабілітації: стаціонарний, амбулаторний, санаторно-курортний. Рухові режими та їх клінічне значення. Структура реабілітаційного закладу. Мультидисциплінарна команда: склад, функції, взаємодія. Функціональні обов'язки фізичного терапевта та ерготерапевта. Реабілітаційне відділення: організація робочого місця, безпека пацієнта та фахівця. Медична етика та деонтологія у роботі фізичного терапевта.

Практика (2 год.): Рольова гра «Мультидисциплінарна реабілітаційна команда»: розподіл ролей, складання плану спільної роботи; аналіз клінічного кейсу з позицій різних членів команди.

СРС (5 год.): Опрацювання: Григус І. М., Нагорна О. Б. «Основи фізичної терапії» (2022); підготовка реферату «Мультидисциплінарна реабілітаційна команда: світовий та вітчизняний досвід організації».

Підсумок Модуля 1

Після завершення модуля студент розуміє концептуальні основи фізичної реабілітації, вільно оперує термінологією, застосовує МКФ для клінічного опису, знає структуру мультидисциплінарної команди та принципи організації реабілітаційного процесу на різних етапах.

Контроль Модуля 1

Підсумкова контрольна робота охоплює теми 1.1–1.3: тестові завдання (20 питань) та письмовий аналіз клінічного кейсу з використанням МКФ. Оцінюється рівень теоретичних знань, вміння формулювати реабілітаційний діагноз та ставити SMART-цілі.

Засоби та методи фізичної реабілітації

Тема 2.1

Лікувальна фізична культура (ЛФК): класифікація фізичних вправ, форми та методи проведення занять.

Тема 2.2

Лікувальний масаж та мануальна терапія: техніки, показання, протипоказання.

Тема 2.3

Фізіотерапія, механотерапія та ерготерапія як засоби фізичної реабілітації.

Лікувальна фізична культура (ЛФК)

Лекційний матеріал (3 год.)

Поняття про ЛФК: мета, завдання, механізми лікувальної дії фізичних вправ. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування фізичних вправ. Класифікація фізичних вправ: загальнорозвиваючі, спеціальні, дихальні, релаксаційні. Форми ЛФК: ранкова гігієнічна гімнастика, процедура ЛФК, самостійні заняття, лікувальна ходьба, рухливі ігри. Методи проведення занять: індивідуальний, малогруповий, груповий. Рухові режими: суворий постільний, постільний, напівпостільний, палатний, вільний, щадний, тренувальний.

Ключові питання

- Механізми лікувального впливу фізичних вправ
- Класифікація та характеристика фізичних вправ
- Принципи дозування навантаження в ЛФК
- Форми та методи проведення занять ЛФК
- Показання та протипоказання до ЛФК

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Складання та проведення фрагменту процедури ЛФК: вступна, основна та заключна частини, дозування навантаження, хронометраж.

Завдання 2. Кейс: підбір фізичних вправ для пацієнта у постільному режимі після операції на серці — обговорення в групах та презентація.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (5 год.)

- Опрацювання: Мухін В. М. «Фізична реабілітація» (3-тє вид.) — розділ «Лікувальна фізична культура»
- Підготовка реферату: «Фізіологічне обґрунтування застосування фізичних вправ у реабілітації»
- Складання схеми «Форми та методи ЛФК: класифікація та застосування»



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати ЛФК як засіб реабілітації, класифікувати фізичні вправи та обґрунтовувати вибір форм і методів занять.

Лікувальний масаж та мануальна терапія



Лекційний матеріал (3 год.)

Лікувальний масаж: поняття, механізми фізіологічного впливу, класифікація видів масажу. Класичний масаж: основні прийоми та методика їх виконання. Сегментарний, точковий, рефлекторний масаж. Масаж у різних позах пацієнта. Дозування та курсове застосування. Показання та протипоказання. Мануальна терапія: поняття, мобілізація та маніпуляція. Зв'язок масажу з іншими засобами реабілітації.

Практика (2 год.) та СРС (5 год.)

Практика: Освоєння основних прийомів класичного масажу на навчальних фантомах та в парній роботі; аналіз показань та протипоказань у конкретних клінічних кейсах; складання схеми масажу спини.

СРС: Опрацювання: Єфіменко П. Б. «Техніка та методика класичного масажу» (2022); підготовка аналітичної записки «Лікувальний масаж при захворюваннях опорно-рухового апарату: огляд сучасних методик».

Фізіотерапія, механотерапія та ерготерапія

Тема 2.3 — Фізіотерапія та механотерапія (Лекція 3, 3 год.)

Фізіотерапія як засіб фізичної реабілітації: поняття, класифікація фізичних факторів. Електролікування: гальванізація, електрофорез, дарсонвалізація, УВЧ. Світлолікування: інфрачервоне, ультрафіолетове, лазерне випромінювання. Гідротерапія та бальнеотерапія: різновиди, механізми дії, показання. Теплолікування. Механотерапія: тракційна терапія, вібротерапія, ультразвук. Ерготерапія: поняття, мета, завдання, відмінність від фізичної терапії.

Практика (2 год.): Ознайомлення з апаратурою фізіотерапевтичного кабінету; аналіз методик призначення фізіотерапевтичних процедур; кейс «Складання комплексної програми реабілітації із застосуванням фізіотерапії».

СРС (5 год.): Опрацювання: Карпукіна А. М. «Основи фізичної реабілітації» (2022); підготовка порівняльної таблиці «Фізичні фактори: механізм дії, показання та протипоказання».

Підсумок Модуля 2

Після завершення модуля студент знає засоби та методи фізичної реабілітації, розуміє їх клініко-фізіологічне обґрунтування, вміє виконувати основні прийоми ЛФК та масажу, орієнтується у фізіотерапевтичних методах і ерготерапевтичних підходах.

Контроль Модуля 2

Підсумкова контрольна робота охоплює теми 2.1–2.3: тестові завдання (20 питань), практична демонстрація навичок масажу та складання плану процедури ЛФК. Оцінюється теоретична підготовка та практичні вміння студента.

Фізична реабілітація при захворюваннях опорно-рухового апарату

Тема 3.1

Реабілітація при травмах і захворюваннях хребта: остеохондроз, сколіоз, переломи хребців.

Тема 3.2

Реабілітація при травмах і захворюваннях суглобів та кінцівок: переломи, артрози, після ендопротезування.

Тема 3.3

Реабілітація при постуральних порушеннях та захворюваннях у дітей і підлітків.

Реабілітація при захворюваннях хребта

Лекційний матеріал (3 год.)

Анатомо-фізіологічні особливості хребта. Остеохондроз хребта: патогенез, клінічні прояви, стадії. Завдання та засоби реабілітації при остеохондрозі у гострому, підгострому та відновному періодах. Лікувальна гімнастика при болях у спині: тракційні вправи, стабілізаційна гімнастика, методи McKenzie та Williams. Сколіоз: класифікація, принципи консервативного лікування, спеціальні гімнастичні комплекси. Реабілітація після переломів хребців і операцій на хребті.

Ключові питання

- Патогенез остеохондрозу та клінічні синдроми
- Завдання ЛФК у різних стадіях остеохондрозу
- Методи стабілізації хребта: наукові засади
- Класифікація та реабілітація при сколіозі
- Реабілітація після операцій на хребті

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Освоєння комплексу вправ при поперековому остеохондрозі у гострому та підгострому періодах: дозування, протипоказання, техніка виконання.

Завдання 2. Кейс: складання індивідуальної програми реабілітації для пацієнта з протрузією міжхребцевого диска. Групова робота та захист програми.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (5 год.)

- Опрацювання: Herrero P. et al. «Spine Rehabilitation Evidence» — відповідні розділи; Попов С. М. «Фізична реабілітація» (2022)
- Підготовка реферату: «Сучасні методи реабілітації при болях у нижній частині спини»
- Складання комплексу лікувальної гімнастики при остеохондрозі шийного відділу



Очікуваний результат: студент вміє скласти програму реабілітації при патології хребта, обґрунтувати вибір засобів залежно від стадії захворювання.

Реабілітація при травмах і захворюваннях суглобів та КІНЦІВОК

Лекційний матеріал (3 год.)

Переломи кісток кінцівок: класифікація, фази зрощення кістки, завдання реабілітації у кожній фазі. ЛФК при переломах: ранній постімобілізаційний, імобілізаційний та відновний етапи. Контрактури: причини, профілактика, методи відновлення рухливості. Деформівний остеоартроз: патогенез, показання та протипоказання до ЛФК, засоби розвантаження суглоба. Реабілітація після ендопротезування кульшового та колінного суглобів: протокол відновлення, терміни та критерії. Спортивні травми: розтягнення, розриви зв'язок, менісків.

Практика (2 год.) та СРС (5 год.)

Практика: Освоєння вправ раннього постопераційного та функціонального етапів після ендопротезування кульшового суглоба; аналіз клінічного кейсу «Реабілітація після перелому стегна у літньої людини»; дискусія щодо застосування шкали VAS для моніторингу болю.

СРС: Опрацювання: Бісмак О. В., Мельнік Н. Г. «Основи фізичної реабілітації» (2022, перевид.) — розділ «Реабілітація при ортопедо-травматологічних захворюваннях»; підготовка аналітичної записки «Протокол реабілітації після ендопротезування колінного суглоба».



Очікуваний результат: студент вміє обґрунтувати та скласти програму реабілітації при травмах і захворюваннях суглобів на всіх етапах відновного лікування.

Реабілітація при постуральних порушеннях і в педіатрії

Тема 3.3 — Постуральні порушення та педіатрія (Лекція 3, 3 год.)

Постура та постуральний контроль: поняття, оцінка, норма і патологія. Плоскостопість: ступені, засоби консервативної корекції, ортезування. Порушення постави: класифікація, функціональний та структурний сколіоз, корективна гімнастика. Дитячий церебральний параліч (ДЦП): форми, принципи реабілітації в різному віці, позиціонування. Затримка психомоторного розвитку. Вроджений вивих стегна: консервативне лікування та реабілітація. Особливості застосування фізичних вправ у дітей і підлітків.

Практика (2 год.): Оцінка постави та склепіння стопи за клінічними тестами; складання корективного комплексу при плоскостопості; кейс «Реабілітаційна програма при сколіозі II ступеня у підлітка».

СРС (5 год.): Опрацювання: Попов С. М. «Фізична реабілітація» (2022) — розділ «Педіатрична реабілітація»; підготовка реферату «Фізична реабілітація при ДЦП: сучасні підходи».

Підсумок Модуля 3

Після завершення модуля студент вміє складати реабілітаційні програми при основних захворюваннях опорно-рухового апарату — патології хребта, суглобів, кінцівок, постуральних порушень — та адаптувати їх до вікових особливостей пацієнта.

Контроль Модуля 3

Підсумкова контрольна робота: тестові завдання (20 питань) та практичне завдання — складання та обґрунтування індивідуальної програми реабілітації для запропонованого клінічного кейсу. Оцінюються глибина знань, клінічне мислення та практичні вміння.

Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів

Тема 4.1

Реабілітація при захворюваннях серцево-судинної системи: ішемічна хвороба серця, гіпертензія, після інфаркту.

Тема 4.2

Реабілітація при захворюваннях дихальної системи: бронхіальна астма, хронічне обструктивне захворювання легень (ХОЗЛ).

Тема 4.3

Реабілітація при захворюваннях шлунково-кишкового тракту, ендокринної системи та онкологічних захворюваннях.

Реабілітація при захворюваннях серцево-судинної системи

Лекційний матеріал (3 год.)

Захворювання серцево-судинної системи як провідна причина інвалідності. Принципи кардіологічної реабілітації: три фази (госпітальна, амбулаторна, підтримувальна). ІХС: патогенез, клінічні прояви, функціональні класи. Реабілітація після гострого інфаркту міокарда: протокол поетапного розширення рухового режиму. Ішемічна проба та телемоніторинг. Гіпертонічна хвороба: ЛФК, дозоване ходіння, режими навантаження. Серцева недостатність: засоби та протипоказання. Превентивна кардіореабілітація.

Ключові питання

- Клініко-фізіологічне обґрунтування ЛФК при серцевій патології
- Протокол реабілітації після інфаркту міокарда
- Функціональні класи ХСН і допустиме навантаження
- Засоби реабілітації при гіпертонічній хворобі

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Освоєння методики проведення дозованої ходьби та розрахунок тренувальної зони ЧСС за формулою Карвонена для пацієнтів з ІХС.

Завдання 2. Кейс: складання програми кардіореабілітації для пацієнта після перенесеного Q-інфаркту міокарда на госпітальному етапі. Групова робота та захист.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (5 год.)

- Опрацювання: Шиян О. В. «Фізична реабілітація при серцево-судинних захворюваннях» (2022)
- Підготовка реферату: «Доказова база кардіореабілітації: результати рандомізованих досліджень»
- Складання протоколу розширення рухового режиму після операції на серці



Очікуваний результат: студент вміє скласти програму кардіологічної реабілітації з урахуванням функціонального класу та фази відновлення.

Реабілітація при захворюваннях дихальної системи

Лекційний матеріал (3 год.)

Захворювання дихальної системи: поширеність, причини обмеження функціональних можливостей. ХОЗЛ: стадії, клінічні прояви, мета реабілітації. Легенева реабілітація: комплексний підхід. Дихальна гімнастика: загальнозміцнювальна, спеціальна, за Стрельниковою, за Бутейком. Дренажні положення та постуральний дренаж. Бронхіальна астма: механізми, ЛФК у міжнападний і нападний період. COVID-19 та постковідна реабілітація: особливості дихальної гімнастики та відновлення фізичної витривалості. Апаратна підтримка дихання.

Практика (2 год.) та СРС (5 год.)

Практика: Освоєння техніки повного дихання, дренажних положень та вправ для поліпшення вентиляції легень; аналіз кейсу «Постковідна реабілітація: планування програми для пацієнта з задишкою»; дискусія «Легенева реабілітація при ХОЗЛ: ефективність за даними мета-аналізів».

СРС: Опрацювання: Клапчук В. В. та ін. «Фізична реабілітація при захворюваннях органів дихання» (2023); підготовка аналітичної записки «Постковідна реабілітація: алгоритм відновлення функції зовнішнього дихання».

- ❑ **Очікуваний результат:** студент вміє обґрунтувати та скласти програму реабілітації при захворюваннях дихальної системи з урахуванням стадії та функціонального стану.

Реабілітація при захворюваннях ШКТ, ендокринній та онкопатології

Лекційний матеріал (3 год.)

Захворювання ШКТ: виразкова хвороба, гастрит, колект — завдання та засоби ЛФК, вплив фізичних вправ на моторику кишечника. Реабілітація після абдомінальних операцій. Цукровий діабет: механізм впливу фізичних навантажень на глікемію, програми аеробних і силових тренувань. Ожиріння: засоби реабілітації, розрахунок допустимого навантаження, стратегія зниження ваги. Онкологічна реабілітація: мета, страхи пацієнта, якість життя, лімфодренаж, відновлення після хіміо- і радіотерапії. Паліативна реабілітація.

Ключові питання

- ЛФК при захворюваннях ШКТ: вибір форм і дозування
- Фізичні навантаження при цукровому діабеті
- Онкологічна реабілітація: підходи і обмеження
- Ожиріння та метаболічний синдром у практиці фізичного терапевта

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Складання комплексу ЛФК для пацієнта з цукровим діабетом 2 типу та ожирінням: розрахунок ЧСС, режим, тривалість курсу.

Завдання 2. Кейс: «Реабілітація після мастектомії — попередження лімфостазу та відновлення функції плечового суглоба». Аналіз та захист програми.

Завдання 3. Дискусія: «Чи безпечні фізичні навантаження для онкологічних пацієнтів?»

Самостійна робота (5 год.)

- Опрацювання: Попов С. М. «Фізична реабілітація» (2022) — розділи «Реабілітація при ендокринних захворюваннях» та «Онкологічна реабілітація»
- Підготовка аналітичної записки «Фізична активність при цукровому діабеті: доказова база»
- Складання протоколу реабілітації після абдомінальної операції



Очікуваний результат: студент вміє обґрунтувати засоби реабілітації при захворюваннях внутрішніх органів та онкопатології з урахуванням стану пацієнта.

Реабілітація в неврології та спортивна реабілітація

Тема 5.1

Реабілітація при захворюваннях і травмах нервової системи: інсульт, ЧМТ, периферичні нейропатії.

Тема 5.2

Реабілітація при ДЦП та нейродегенеративних захворюваннях. Нейрореабілітація.

Тема 5.3

Спортивна реабілітація та відновлення після спортивних травм. Реабілітація ветеранів.

Реабілітація при захворюваннях і травмах нервової системи

Лекційний матеріал (3 год.)

Нейрореабілітація: поняття, принципи нейропластичності. Реабілітація після інсульту: ранній початок, відновлення рухових функцій, мови, когніції. Протокол нейрореабілітації: позиціонування, пасивні та активні вправи, засоби Bobath, PNF. Черепно-мозкова травма: стадії, завдання і засоби реабілітації. Периферичні нейропатії та плексити: електростимуляція, ЛФК. Спинномозкові травми: класифікація, принципи реабілітації, вертикалізація. Порушення ковтання (дисфагія) та комунікації: роль реабілітаційної команди.

Ключові питання

- Нейропластичність як основа нейрореабілітації
- Реабілітація після ішемічного та геморагічного інсульту
- Методи Bobath та PNF: принципи та застосування
- Вертикалізація пацієнта після спінальної травми

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Освоєння методики позиціонування пацієнта після інсульту та вправ для відновлення функції верхньої кінцівки: техніка виконання, кількість повторень, документування.

Завдання 2. Кейс: складання плану ранньої нейрореабілітації для пацієнта з ішемічним інсультом та геміплегією зліва. Групова робота та захист.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (5 год.)

- Опрацювання: Козявкін В. І. та ін. «Нейрореабілітація: сучасні підходи» (2023)
- Підготовка реферату: «Рання реабілітація після інсульту: доказова база та рекомендації»
- Складання алгоритму оцінки та реабілітації при периферичній нейропатії



Очікуваний результат: студент вміє скласти програму нейрореабілітації при основних ураженнях нервової системи та обґрунтувати вибір засобів відновлення.

Нейродегенеративні захворювання та спортивна реабілітація

Тема 5.2 — Нейродегенеративні захворювання (Лекція, 3 год.)

Хвороба Паркінсона: особливості рухових порушень, засоби ЛФК, тренування рівноваги та запобігання падінням. Розсіяний склероз: принципи реабілітації, втома, теплочутливість. Спінальна м'язова атрофія та нервово-м'язові захворювання. Когнітивні порушення та деменція: фізична активність та нейрокогнітивне тренування. Принципи роботи з пацієнтами похилого та старечого віку (геріатрична реабілітація). Мультисенсорні підходи та технологічні засоби реабілітації (роботизована техніка, VR).

Практика (2 год.): Тренування рівноваги та профілактика падінь у пацієнтів з хворобою Паркінсона; аналіз кейсу «Реабілітаційна програма при розсіяному склерозі»; дискусія «VR та роботизована реабілітація: перспективи застосування».

СРС (5 год.): Опрацювання: Клапчук В. В. та ін. «Сучасні технології нейрореабілітації» (2023); підготовка есе «Геріатрична реабілітація: особливості та виклики для фізичного терапевта в умовах воєнного часу».

Тема 5.3 — Спортивна реабілітація (Лекція, 3 год.)

Спортивна реабілітація: поняття, особливості, відмінність від загальної. Найпоширеніші спортивні травми: розтягнення і розриви зв'язок, ушкодження менісків, м'язові травми. Критерії повернення до тренувань (Return to Play — RTP). Реабілітація ветеранів бойових дій: ампутації, бойова травма, ПТСР. Протезування та реабілітація після ампутацій кінцівок. Психологічний компонент у спортивній реабілітації та реабілітації ветеранів. Принципи складання реабілітаційних програм для ветеранів та спортсменів.

Практика (2 год.): Складання протоколу Return to Play після розриву передньої хрестоподібної зв'язки; кейс «Реабілітація після ампутації нижньої кінцівки: первинне протезування»; дискусія «Реабілітація ветеранів — виклики та можливості».

СРС (5 год.): Опрацювання: Єфіменко П. Б. «Спортивна реабілітація та відновлення після травм» (2023); підготовка аналітичної записки «Реабілітація ветеранів в Україні: сучасний стан та перспективи».

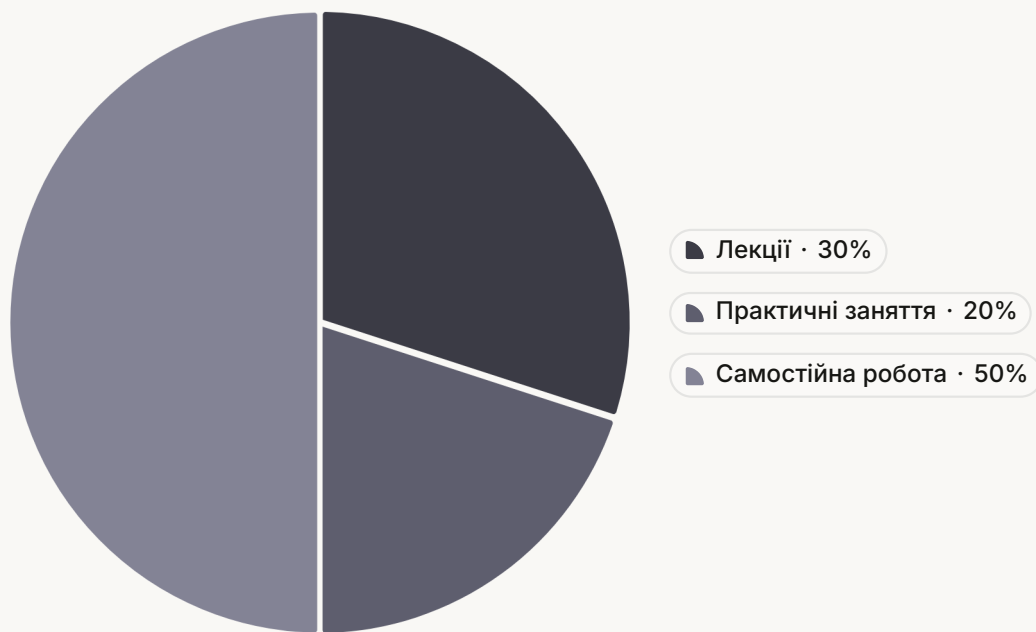
Розподіл навчального часу — 150 годин

Модуль	Тема	Лекції (год.)	Практичні (год.)	СРС (год.)	Всього
Модуль 1	Тема 1.1 — Поняття, принципи реабілітації	3	2	5	10
	Тема 1.2 — МКФ та реабілітаційне оцінювання	3	2	5	10
	Тема 1.3 — Організація процесу. Команда	3	2	5	10
Модуль 2	Тема 2.1 — Лікувальна фізична культура	3	2	5	10
	Тема 2.2 — Лікувальний масаж	3	2	5	10
	Тема 2.3 — Фізіотерапія та ерготерапія	3	2	5	10
Модуль 3	Тема 3.1 — Реабілітація при патології хребта	3	2	5	10
	Тема 3.2 — Реабілітація при патології суглобів	3	2	5	10
	Тема 3.3 — Постура та педіатрія	3	2	5	10
Модуль 4	Тема 4.1 — Серцево-судинна реабілітація	3	2	5	10
	Тема 4.2 — Реабілітація при патології дихання	3	2	5	10
	Тема 4.3 — ШКТ, ендокринна, онкологія	3	2	5	10
Модуль 5	Тема 5.1 — Нейрореабілітація при інсульті, ЧМТ	3	2	5	10
	Тема 5.2 — Нейродегенеративні захворювання	3	2	5	10
	Тема 5.3 — Спортивна реабілітація. Ветерани	3	2	5	10
Разом	15 тем	45	30	75	150



Загальний обсяг: 150 годин = 5 кредитів ЄКТС. Розподіл є орієнтовним і може коригуватися відповідно до специфіки навчального процесу.

Структура навчального часу



Коментар до розподілу

Загальний обсяг — **150 годин (5 кредитів ЄКТС)** — розподілено між трьома формами роботи для забезпечення балансу між теорією та практикою.

Лекції — 45 год. (30%)

Системне подання ключового теоретичного та клінічного матеріалу з використанням наочних схем, таблиць і клінічних прикладів із практики фізичної реабілітації.

Практичні — 30 год. (20%)

Відпрацювання практичних навичок, аналіз клінічних кейсів, розробка реабілітаційних програм, дискусії та захист проектів.

Самостійна робота — 75 год. (50%)

Поглиблене вивчення, підготовка завдань, робота з науковою літературою та клінічними настановами. Самостійна робота становить **50% обсягу дисципліни**.

Самостійна робота студентів — Детальний опис



Опрацювання літератури

Поглиблене вивчення теоретичного матеріалу за підручниками з фізичної реабілітації, нормативно-правовими актами, клінічними настановами, науковими статтями у фахових виданнях. Студент конспектує ключові положення, виділяє головні поняття та порівнює підходи різних авторів.



Індивідуальні завдання

Виконання аналітичних завдань (порівняльний аналіз методів реабілітації, складання індивідуальних програм, аналіз клінічних кейсів); творчих завдань — реферати, аналітичні записки, міні-дослідження з актуальних питань фізичної реабілітації.



Робота з інформаційними ресурсами

Опрацювання офіційних ресурсів: МОЗ України (moz.gov.ua), PEDro — база доказової фізіотерапії (pedro.org.au), Кокранівська бібліотека (cochranelibrary.com), PubMed (pubmed.ncbi.nlm.nih.gov). Аналіз клінічних настанов та систематичних оглядів.



Підготовка до занять

Підготовка до практичних занять (опрацювання методик, відпрацювання технік); підготовка до тестувань (ключові терміни, класифікації, показання); підготовка до контрольних робіт за кожним модулем (систематизація знань, типові клінічні кейси).

Форми контролю знань

1

Поточний контроль

Завдання: аналітичні та тестові вправи за темами змістовного модуля.

Оцінюються регулярність виконання завдань, якість відповідей, рівень засвоєння матеріалу та практичні вміння. Поточний контроль формує накопичувальну оцінку протягом семестру. Проводиться після кожної теми у формі тестування (10–15 питань) або практичної демонстрації навичок.

2

Проміжний контроль

Контрольна робота — складання та обґрунтування індивідуальної програми фізичної реабілітації для запропонованого клінічного кейсу, що охоплює тематику відповідного модуля. Оцінюються повнота програми, клінічне мислення, аргументованість вибору засобів та обґрунтованість висновків. Проводиться після завершення кожного модуля.

3

Підсумковий контроль

Іспит відповідно до навчального плану. Форма проведення — тестування та письмове розв'язання клінічної задачі зі складанням реабілітаційної програми. Підсумкова оцінка враховує результати поточного, проміжного та підсумкового контролю: **100-бальна система** з переведенням у національну шкалу та ЄКТС (A, B, C, D, E, FX, F).

Методи викладання

Викладання дисципліни «Основи фізичної реабілітації» поєднує класичні академічні та інтерактивні методи, що забезпечує формування не лише міцної теоретичної бази, а й практичних навичок клінічного мислення та прийняття реабілітаційних рішень, необхідних для майбутньої професійної діяльності фізичного терапевта та ерготерапевта.



Лекції

Системне подання теоретичного та клінічного матеріалу з використанням наочних схем, таблиць і прикладів із реабілітаційної практики; студенти ведуть конспекти та задають запитання.



Робота з клінічними настановами

Опрацювання клінічних протоколів, рекомендацій WCPT/WFOT та систематичних оглядів; формування навичок критичного аналізу доказової бази у реабілітації.



Кейс-стаді

Аналіз реальних клінічних ситуацій; студенти формулюють реабілітаційний діагноз, ставлять цілі, обирають засоби та обґрунтовують рішення на основі доказової бази.



Дискусії

Обговорення дискусійних клінічних питань; розвиток критичного мислення, аргументації та поваги до різних підходів у реабілітаційній практиці.



Практичні навички

Відпрацювання технік ЛФК, масажу та функціонального обстеження в парній та груповій роботі; моделювання реабілітаційних ситуацій і рольові ігри.



Самостійне дослідження

Підготовка аналітичних записок, рефератів і реабілітаційних програм за клінічними кейсами; розвиток навичок самостійного пошуку та критичного аналізу наукової інформації.



Усі методи спрямовані на формування компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» та 229 «Фізична реабілітація».

Рекомендована література — Підручники та посібники (2022–2024 рр.)

1. Григус І. М., Нагорна О. Б.

Основи фізичної терапії : навчальний посібник. — Херсон : Олді+, 2022. — 150 с.

2. Вакуленко Л. О. та ін.

Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підручник / за заг. ред. Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. — 2-ге вид., перероб. та доповн. — Тернопіль : ТДМУ, 2022. — 384 с.

3. Попов С. М.

Фізична реабілітація : підручник для студентів закладів вищої освіти / С. М. Попов. — 4-те вид., оновл. — Київ : Академвидав, 2022. — 520 с.

4. Карпухіна А. М.

Основи фізичної реабілітації : навчальний посібник. — Київ : Олді+, 2022. — 196 с.

5. Єфіменко П. Б.

Техніка та методика класичного масажу : навч. посіб. для студентів ЗВО. — 3-тє вид., перероб. — Харків : ХДАФК, 2022. — 216 с.

6. Козявкін В. І. та ін.

Нейрореабілітація: сучасні підходи та методи : монографія. — Трускавець : Медична реабілітація, 2023. — 280 с.

7. Клапчук В. В. та ін.

Сучасні технології нейрореабілітації : навч.-метод. посіб. — Тернопіль : ТДМУ, 2023. — 192 с.

8. Шиян О. В.

Фізична реабілітація при серцево-судинних захворюваннях : навч. посіб. — Київ : Юрінком Інтер, 2022. — 240 с.

Додаткова література та наукові статті (2022–2024 рр.)

9. Клапчук В. В. та ін.

Фізична реабілітація при захворюваннях органів дихання : навч. посіб. — Тернопіль : ТДМУ, 2023. — 168 с. *Рекомендується для теми 4.2 (пульмонологічна реабілітація).*

10. Волох Н. Г., Гурєєва А. М. та ін.

Основи фізичної терапії, ерготерапії : тестові завдання для підсумкової атестації. — Запоріжжя : ЗДМУ, 2023. — 108 с. *Рекомендується для підготовки до поточного та підсумкового контролю.*

11. Єфіменко П. Б.

Спортивна реабілітація та відновлення після травм : навч. посіб. — Харків : ХДАФК, 2023. — 188 с. *Рекомендується для теми 5.3 (спортивна реабілітація, ветерани).*

12. Бісмак О. В., Мельнік Н. Г.

Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. — Вид. 2-ге, перероб. та доповн. — Харків : Бровін О. В., 2022. — 144 с. *Рекомендується для модулів 2–3.*

Нормативно-правова база

→ Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» від 03.12.2020 № 1053–IX

Основний нормативний акт, що регулює організацію реабілітації в Україні, визначає принципи, суб'єкти та порядок надання реабілітаційних послуг. zakon.rada.gov.ua

→ Закон «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145–VIII

Визначає засади освітньої діяльності в Україні, у т. ч. підготовки фахівців у галузі охорони здоров'я. zakon.rada.gov.ua

→ Стандарт вищої освіти за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» (2019)

Визначає компетентності та програмні результати навчання для підготовки бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії. mon.gov.ua

→ Наказ МОЗ України «Про затвердження Порядку організації реабілітаційних заходів» № 2GM/2022

Регулює порядок надання реабілітаційних послуг, документування та звітність реабілітаційних підрозділів. moz.gov.ua

→ Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ) — ВООЗ

Концептуальна основа реабілітаційного оцінювання та формулювання реабілітаційного діагнозу. who.int

Офіційні ресурси та фахові видання

МОЗ України

moz.gov.ua — нормативні документи, клінічні протоколи, накази у сфері реабілітаційної медицини та охорони здоров'я.

PEDro — Physiotherapy Evidence Database

pedro.org.au — база даних систематичних оглядів і рандомізованих досліджень з фізіотерапії та реабілітації.

Кокранівська бібліотека

cochranelibrary.com — систематичні огляди та мета-аналізи для доказового обґрунтування реабілітаційних втручань.

ВООЗ — МКФ та реабілітація

who.int — матеріали ВООЗ з реабілітації, МКФ, стратегія реабілітації 2030.

Журнал «Спортивна медицина та фізична культура»

Фахове видання, що публікує результати наукових досліджень у сфері фізичної реабілітації та спортивної медицини.

Верховна Рада України

zakon.rada.gov.ua — нормативно-правова база: закони, накази МОЗ у сфері охорони здоров'я та реабілітації.

PubMed / MEDLINE

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov — міжнародна база наукових публікацій з медицини, реабілітації та фізичної терапії.

Міністерство освіти і науки України

mon.gov.ua — освітні стандарти зі спеціальностей 227 та 229, навчальні програми, методичні матеріали.

Зв'язок дисципліни зі спеціальностями 227 та 229

Чому «Основи фізичної реабілітації» є фундаментом фаху?

Дисципліна «Основи фізичної реабілітації» є базовою профільною дисципліною для підготовки бакалаврів за спеціальностями «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація». Вона закладає теоретичне підґрунтя для всіх подальших дисциплін фаху і формує у студентів системне розуміння реабілітаційного процесу.

Сучасний фахівець у сфері фізичної реабілітації працює в мультидисциплінарному середовищі, де розуміння клініко-фізіологічних механізмів, доказової бази та організаційних принципів реабілітації є необхідними умовами якісної допомоги пацієнту.

Практичне значення для майбутньої кар'єри

- Готовність до роботи у реабілітаційних відділеннях лікарень, реабілітаційних центрах та амбулаторіях
- Розуміння нормативно-правової бази у сфері реабілітаційної медицини в Україні
- Клінічне мислення та обґрунтований вибір засобів реабілітації
- Навички роботи у мультидисциплінарній реабілітаційній команді
- Готовність до реабілітації ветеранів бойових дій — актуальний запит суспільства
- Навички роботи з доказовою базою та науковими джерелами для прийняття клінічних рішень

Ключові компетентності курсу — Підсумок

Курс охоплює всі ключові напрями фізичної реабілітації — від теоретичних засад до практики відновного лікування при основних нозологічних групах — і формує у студентів цілісне розуміння реабілітаційного процесу та готовність до самостійної фахової діяльності.

Бажаємо успіхів у вивченні основ фізичної реабілітації!

150

Годин

Загальний обсяг дисципліни

5

Кредити ЄКТС

Відповідно до стандарту

15

Тем

У 5 змістовних модулях

12

Джерел

Рекомендованої літератури 2022–2024 рр.

«Реабілітація — це не повернення до минулого, а досягнення найкращої якості майбутнього.» — Концепція ВООЗ з реабілітації 2030

ОП Фізична терапія, ерготерапія · Фізична реабілітація · Бакалавр · 5 кредитів ЄКТС