

ВПЛИВ ПРОГРАМ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ВІДНОВЛЕННЯ ЩОДЕННОЇ АКТИВНОСТІ ТА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ У ПАЦІЄНТІВ ІЗ ТРАВМОЮ СПИННОГО МОЗКУ

Черниш Софія,

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти

Приватного вищого навчального закладу

«Міжнародний економіко-гуманітарний університет

імені академіка Степана Дем'янчука» (м. Рівне, Україна)

Науковий керівник: Сірман Олена,

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'я людини та

фізичної терапії. Приватного вищого навчального закладу

«Міжнародний економіко-гуманітарний університет

імені академіка Степана Дем'янчука» (м. Рівне, Україна)

Анотація. У статті досліджено вплив програм фізичної терапії на відновлення щоденної активності та якості життя пацієнтів із травмою спинного мозку. Актуальність зумовлена значним зниженням функціональної незалежності та якості життя цієї категорії пацієнтів. Метою було оцінити ефективність реабілітаційних заходів із використанням шкал SCIM-III та COPM. У дослідженні взяли участь 5 пацієнтів, яким проводилась програма фізичної терапії. Оцінювання проводили до та після втручання. Результати показали статистично значуще покращення показників щоденної активності та якості життя. Отримані дані підтверджують ефективність застосованих програм фізичної терапії.

Ключові слова: травма спинного мозку, фізична терапія, реабілітація, SCIM-III, COPM,

Abstract. The article investigates the impact of physical therapy programs on the recovery of daily activity and quality of life in patients with spinal cord injury. The relevance of the study is determined by the significant decrease in functional independence and quality of life in this patient population. The aim of the study was to evaluate the effectiveness of rehabilitation interventions using the SCIM-III and COPM scales. The study involved 5 patients who participated in a physical therapy program. Assessments were conducted before and after the intervention. The results demonstrated a statistically significant improvement in daily activity and quality of life indicators. The obtained data confirm the effectiveness of the applied physical therapy programs.

Keywords: *spinal cord injury, physical therapy, rehabilitation, SCIM-III, COPM, quality of life.* *якість життя.*

Травма спинного мозку є однією з найскладніших медико-соціальних проблем сучасної медицини та реабілітації, оскільки призводить до стійких порушень рухових, сенсорних і вегетативних функцій. Це суттєво обмежує життєдіяльність пацієнтів, знижуючи їхню здатність до самообслуговування, самостійного пересування, професійної діяльності та соціальної інтеграції, що, у свою чергу, негативно впливає на якість життя. Психоемоційний стан пацієнтів із травмою спинного мозку також часто є порушеним, що додатково ускладнює процес реабілітації. У зв'язку з цим вони потребують комплексного мультидисциплінарного реабілітаційного підходу, спрямованого на зменшення залежності від осіб, які здійснюють догляд, у повсякденній діяльності. На рівень такої залежності впливають демографічні, клінічні та соціально-економічні фактори, що необхідно враховувати при плануванні реабілітаційних втручань [2].

Сучасні підходи до фізичної терапії базуються на принципах індивідуалізації, доказової медицини та мультидисциплінарної взаємодії, що дозволяє адаптувати реабілітаційні програми відповідно до рівня ураження, функціональних можливостей і потреб кожного пацієнта [1].

Попри значний розвиток нейрореабілітації, оцінка впливу фізичної терапії на якість життя пацієнтів із травмою спинного мозку залишається актуальним науковим завданням. Якість життя розглядається як комплексний показник ефективності реабілітаційних втручань, що включає фізичний стан, психологічне благополуччя, рівень соціальної активності та суб'єктивну задоволеність життям. У цьому контексті дослідження впливу фізичної терапії на якість життя є важливим напрямом, оскільки його результати можуть сприяти вдосконаленню реабілітаційних стратегій, оптимізації клінічної практики та підвищенню ефективності реабілітації пацієнтів із травмою спинного мозку [3].

Метою дослідження було оцінити ефективність методів і вправ фізичної терапії у відновленні щоденної активності та якості життя пацієнтів із травмою спинного мозку.

Завдання дослідження:

1. Охарактеризувати клініко-функціональні особливості пацієнтів із травмою спинного мозку.

2. Проаналізувати сучасні наукові джерела щодо наслідків травми спинного мозку та їх впливу на якість життя пацієнтів.

3. Оцінити вихідний рівень щоденної активності та якості життя пацієнтів.

4. Розробити програму фізичної терапії, спрямовану на відновлення функціональної незалежності та покращення якості життя.

5. Оцінити ефективність розробленої програми фізичної терапії.

6. Узагальнити отримані результати та сформулювати висновки.

Результати дослідження: У дослідженні взяли участь 5 пацієнтів із травмою спинного мозку віком від 19 до 53 років. Неврологічний рівень ураження варіювався від C6 до Th11, при цьому переважали пацієнти з повним типом ушкодження (ASIA A). У динаміці спостереження суттєвих змін неврологічного статусу не виявлено.

Результати за шкалою SCIM-III. До початку реабілітаційного втручання середній показник SCIM-III становив 28,4 бала, після завершення програми – 50,2 бала, що відповідає середньому приросту 21,8 бала. Індивідуальний аналіз показав позитивну динаміку у всіх учасників дослідження. Найбільше покращення відзначено у одного пацієнта (+31 бал), найменше – +10 балів, що може бути пов'язано з відмінностями у вихідному функціональному рівні та ступені ураження.

Результати за шкалою COPM. Оцінювання за COPM виявило покращення як виконання діяльності (Performance), так і рівня задоволеності (Satisfaction) у всіх учасників після проходження програми фізичної терапії. Середні показники продемонстрували зростання функціональної спроможності та суб'єктивної оцінки щоденної активності. Найбільш виражена позитивна динаміка спостерігалася у пацієнтів із нижчими початковими значеннями.

Узагальнення результатів. Отримані результати свідчать про позитивний вплив комплексної програми фізичної терапії на відновлення щоденної активності та підвищення рівня функціональної незалежності пацієнтів із травмою спинного мозку. Додатково відзначено покращення суб'єктивної оцінки виконання повсякденних дій та якості життя, що підтверджується результатами SCIM-III та COPM.

Проведене дослідження дозволило оцінити ефективність комплексної програми фізичної терапії у пацієнтів із травмою спинного мозку. Встановлено, що систематичне застосування індивідуально підібраних реабілітаційних втручань сприяє покращенню функціонального стану пацієнтів, підвищенню їхньої здатності до самообслуговування та виконання щоденних активностей. Отримані результати підтверджують важливу роль фізичної терапії як ключового компонента реабілітаційного процесу, спрямованого на відновлення максимально можливого рівня незалежності пацієнтів. Особливе значення має індивідуалізація програм, яка дозволяє враховувати рівень ураження, функціональні можливості та потреби кожного пацієнта. Таким чином, застосована програма фізичної терапії є ефективною у контексті покращення функціональної активності та якості життя осіб із травмою спинного мозку.

Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на розширення вибірки пацієнтів, що дозволить підвищити статистичну достовірність

отриманих результатів та забезпечити можливість їх узагальнення. Важливим напрямком є також аналіз ефективності різних підходів до фізичної терапії залежно від рівня та характеру ураження спинного мозку.

Окрему увагу слід приділити дослідженню результатів реабілітаційних програм, зокрема збереженню досягнутих функціональних покращень у довготривалому періоді. Крім того, перспективним є вивчення впливу фізичної терапії на соціальну адаптацію пацієнтів, їх участь у повсякденному житті та інтеграцію в суспільство, що є важливим компонентом комплексної реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Harvey L.A. Management of Spinal Cord Injuries: A Guide for Physiotherapists. Amsterdam: Elsevier; 2008. p. 35–40.
2. Lewis N.E., Tabarestani T.Q., Cellini B.R., et al. Effect of acute physical interventions on pathophysiology and recovery after spinal cord injury: a comprehensive review of the literature. *Neurospine*. 2022;19:671–686. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8555450/>
3. Somers MF. Spinal Cord Injury: Functional Rehabilitation. 4th ed. Boston: Pearson; 2017. p. 176–180.