

УДК 615.825:616.727.3

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ОСІБ ЗІ ЛАТЕРАЛЬНИМ ЕПІКОНДИЛІТОМ

Юлія МОЛНАР

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського,
м. Львів, Україна*

Вступ. Фізична терапія пацієнтів зі латеральним епікондилітом є важливою та особливо актуальною на сьогодні. На тренуваннях із тенісу та інших видів спорту, не приділяють достатньої уваги розминці та спеціальним вправам. Особи, чия професія є в групі ризику виникнення цього захворювання, не займаються профілактичними фізичними вправами. Латеральний епікондиліт буває в 5 разів частіше, ніж медіальний, та вражає 1 - 3% населення. Ураховуючи, що це захворювання вражає людей різних професій і спортсменів різного віку, існує нагальна потреба у вдосконаленні реабілітаційних заходів для відновлення функції ліктьового суглоба та поліпшення якості життя пацієнтів.

Мета дослідження - вивчити вплив засобів фізичної терапії на пацієнтів із латеральним епікондилітом.

Методи дослідження: аналіз наукової методичної літератури із фізичної терапії для пацієнтів з латеральним епікондилітом.

Результати. Латеральна епікондилопатія трапляється у 10% амбулаторних хворих. Найчастіше в осіб, чия професійна діяльність вимагає здійснювати напружену пронацію і супінацію передпліччя у сполученні зі згинанням і розгинанням у ліктьовому суглобі. Частота цієї патології у тенісистів досягає 65% переважно в юних спортсменів або ветеранів. Латеральний епікондиліт з однаковою частотою буває, як у жінок, так і в чоловіків. Найчастіше, пацієнти хворіють у віці 30 - 50 років. У 20% випадках лікування триває рік.

За епікондиліту призначають комплексне лікування з урахуванням тривалості захворювання, рівня порушень функцій суглоба, змін м'язів і сухожилів у ділянці передпліччя й кисті. Лікування синдрому містить: виключення (у гострій стадії) або обмеження навантаження на суглоб; фізіотерапію і масаж; медикаментозну терапію; носіння ортеза; ЛФК; кінезіологічне тейпування ліктя.

Висновки. Згідно зі статистикою захворюваності цієї хвороби, отримані результати вказують на необхідність занять фізичної терапії, щоб запобігти наслідкам занять спортом і впливу професійної діяльності людини на ліктьовий суглоб та подальшого розроблення програм засобами фізичної терапії.

Ключові слова: фізична терапія, латеральний епікондиліт, актуальність.