ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені Івана Боберського

кафедра фізичної терапії, ерготерапії

ДИДАКТИВНІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТА З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ НЕСПЕЦИФІЧНОМУ БОЛЬОВОМІ СИНДРОМІ»

підготовки магістра
галузь знань 22 Охорона здоров'я
спеціальність 227 «фізична реабілітація»
факультет фізичної терапії та ерготерапії та факультет підвищення кваліфікації, перепідготовки, післядипломної та заочної освіти

Конспекти самопідготовки (у відповідності до запитань у межах тем, які розглядаються на лекційних та практичних заняттях).

з/п	**Теми**	години
1.	Сучасні теорії болю	2
2.	Біомедична та біопсихосоціальна моделі на прикладі дегенеративного каскаду хребтового стовбура.	2
3.	Аналогова шкала болю, функціональні проби та опитувальники, як методи вимірювання болю.	2
4.	Диференціальна діагностика болю в нижній частині спини (Система червоних і жовтих прапорців, захворювання внутрішніх органів).	2
5.	Побудова реабілітаційного діагнозу на основі Міжнародної класифікації функціонування на прикладі скороченого набору кодів МКФ при болю в нижній частині спини.	2
6.	Значення додаткових методів обстеження (МРТ, КТ, рентгенографія) в при діагностиці болю в нижній частині спини.	2

7.	Поперекова радикулопатія (діагностика, алгоритм менеджменту)	4
8.	Неспецифічний біль в нижній частині спини (діагностика, алгоритм менеджменту)	4
9.	Фізична терапія при поперековій радикулопатії.	4
10	Фізична терапія при неспецифічному болю в нижній частині спини.	4
11	Когнітивно-поведінковий підхід в клініці болю.	2
12	Мультидисциплінарний підхід у менеджменті хронічного болю в нижній частині спини.	4
13	Нефармакологічні методи контролю болю.	2
14	Навчання пацієнта, як спосіб контролю болю.	2
15	Фізичне тренування у менеджменті болю.	2
	Разом	40

Теми та короткий зміст практичних занять

Тема 1. Сучасні уявлення про біль. Класифікація болю. 2 год.

Історія уявлень про біль. Сучасні уявлення про механізми болю. Визначення болю. Феномен болю. Біомедична та біопсихосоціальна моделі хвороби в клініці болю. Класифікація болю.

Тема 2. Діагностика болю. 4 год.

Інструменти клінічного обстеження в діагностиці больових синдромів. Методи вимірювання болю. Діагностика болю на основі біопсихосоціальної моделі хвороби.

Тема 3. Діагностика болю в нижній частині спини. 4 год.

Біль в нижній частині спини, як універсальний приклад сучасного уявлення про біль. Визначення болю в нижній частині спини. Диференціальна діагностика між специфічними і неспецифічними захворюваннями у менеджменті болю в нижній частині спини. Фактори хронізації болю.

Тема 4. Фізична терапія при гострому і підгострому болю. 2 год.

Фізична терапія при гострому і підгострому болю на прикладі болю в нижній частині спини. Профілактика хронізації. Міждисциплінарна взаємодія при підгострому болю.

Тема 5. Фізична терапія при хронічному болю. 2 год.

Фізична терапія при хронічному болю. Міждисциплінарна взаємодія при ронічному болю. Мультидисциплінарний підхід у вирішенні хронічного олю. Міждисциплінарна взаємодія при хронічному болю.

Тема 6. Фізичне тренування у менеджменті болю. 2 год.

Вплив фізичної активності на біль. Профілактика кінезіофобії. Фізичні вправи при больових синдромах.

Тема 7. Нефармакологічні методи контролю болю. 2 год.

Види нефармакологічних методів знеблення. Нефармакологічні методи неболення в практиці фізичного терапевта. Фізична вправа, як метод знеболення.

Тема 8. Фізична терапія при неспецифічному болю в нижній частині спини. 2 год.

Принципи фізичної терапії при неспецифічному болю. Фізичні методи зеболення. Фізичні вправи при неспецифічному болю.

Підсумковий контроль.

Рекомендована література

Основна:

1. Баринов А.Н., Ахмеджанова Л.Т., Махинов К.А. Алгоритмы диагностики и лечения невропатической боли при поражении периферической нервной систе-
2. мы // РМЖ. – 2016. – № 3. – С. 154-162.
3. Барон Ральф. Современные средства диагностики боли при невропатии: от лаборатории к постели больного// Международный неврологический журнал. –
4. 2007. – 3(13). – С.108-114.
5. Бывальцев В. А. Применение шкал и анкет в обследовании пациентов с дегенеративным поражением поясничного отдела позвоночника: методические рекомендации /В.А. Бывальцев, Е.Г. Белых, Н.В. Алексеева, В.А. Сороковиков. – Иркутск: ФГБУ "НЦРВХ" СО РАМН, 2013. – 32 с.
6. Данилов А. Б., Давыдов О. С. Диагностика и фармакотерапия нейропатической боли // РМЖ. – 2009. – №20. – С. 1389
7. Дельва Ю.В., Яцишин Р.І., Сандурська Я.В., Олійник О.І.Фіброміалгії – сучасні уявлення, клініка, лікування. Галицький лікарський вісник, 2012, Т. 19, № 4. С. 147 – 149.
8. Эрдес Ш. Ф. Неспецифическая боль в нижней части спины. Диагностика, лечение, предупреждение. Клинические рекомендации для участковых терапевтов и врачей общей практики. М.: Комплектсервис, 2008; 72 с.
9. Клинические рекомендации. Болевой синдром: патофизиология, клиника, лечение. М.Л. Кукушкин, Г.Р. Табеева, Е.В. Подчуфарова. Под ред. акад. РАМН Н.Н. Яхно. — М.: ИМА-ПРЕСС, 2011. – 72 с.
10. Колоколов О.В., Колоколова А.М. Боль в спине у пациентов с коморбидной патологией: как выбрать нестероидный противовоспалительный препарат //
11. РМЖ. – 2016. – №25. – С. 1718- 1723.
12. Кукушкин М.Л. Неспецифическая боль внизу спины // РМЖ. –2010. – С. 26

13. Осіпов В.М. До питань фізичної реабілітації при міофасціальному больовому синдромі. // Збірник наукових праць «Молода спортивна наука України», випуск 11, - Львів: НФВ «Українські технології», 2007. – С. 107.
14. Осіпов В.М. Мануальний масаж як засіб фізичної реабілітації при міофасціальному больовому синдромі. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Науковамонографія
15. за ред. проф. ЄрмаковаС.С. – Харків: ХДАДМ, 2007. - № 6. – С. 214–215.
16. Осіпов В.М. Якість життя хворих з міофасціальним больовим синдромом. // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2008. Вип. VI, - Івано-Франківськ: Прикарпатський національний
17. університет імені Василя Стефаника, 2008. – С. 27–32.
18. Поворознюк В. В., Шинкаренко Т. Є. Сучасний погляд на діагностику болю в нижній частині спини. Проблеми остеології. – 2017. – Т.20, № 1. – С. 31-43.
19. Подчуфарова Е. В. Боль в спине: доказательная медицина и клиническая практика // Трудный пациент – 2010. – Т. 8, № 3. – С. 18–24.
20. Осіпов В.М. Особливості функціонального стану опорно-рухового апарату пацієнтів з міофасціальним больовим синдромом. // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культурита спорту. Вип. 12: У 4-х т. – Львів: НФВ «Українські технології», 2008. – Т.3. С. 167–172.
21. Титова Н. В. Пациент с неспецифической болью в нижней части спины: алгоритм диагностики и терапии // РМЖ. – 2016. – №12. – С. 775-781.

Додаткова:

1. Джус М.Б. Фіброміалгія – міф чи реальність //Український медичн. вісник/Therapia.-2010 .-№ 6.- с.10 -14.
2. Зборовский А.Б., Бабаева А.Р. Синдром первичной фибромиалгии: диагностика и лечение// В мире лекарств, 100.-№ 1
3. Иваничев Г.А. Старосельцева Н.Т. Фибромиалгия (генерализованная тендомиопатия).// Журн. неврол. и психиатрии.-2000.- № 4.- с. 54 -61.
4. Модик А.Г. Актуальные вопросы клиники и лечения нейрогенных болевых синдромов: Сб. научн. Т рудов. Саратов 1989 с. 59 -63.
5. Пашковский И.Б. Миофасциальній болевой синдром и фибромиалгия (клинические особенности и медицинская реабилитация). //Вестник физиолтерапии и курортологи.- 2003.- № 2.-с. 76 -79.
6. Табеева Г.Р., Короткова С.Б., Вейн А.М. Фибромиалгия // Журн. неврол. и психиатрии .- 2000.- № 4.- с. 69 -77.

7. Хоменко В.М.,Станіславчук М.А. Спектр і частота функціональних розладів у хворих на фіброміалгію. Укр.. ревматол. журнал .- 2006 .- № 4с. 41-44.
8. Коритко З. Фізичний стан та функціональні резерви серця спортсменів із різним режимом бігових навантажень [Електронний ресурс] / Зоряна Коритко [та ін.] // Спортивна наука України. - 2013. - № 2 (53). - С. 21-26. - Режим доступу : http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/133/127.
9. Коритко З. Загальна фізіологія: навч. посіб. / Зоряна Коритко, Євген Голубій. - Львів : ПП Сорока, 2002. - 141 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11475
10. Коритко З. Медико-біологічні основи фізичного виховання / Зоряна Коритко. - Львів, 2002. - 51 с. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/13388.
11. Коритко З. І. Нові погляди на механізми розвитку стадій загальноадаптаційного синдрому за умов дії граничних фізичних навантажень / З. І. Коритко // Світ медицини і біології. – 2013. – № 4(41). – С. 107 – 112. – Режим доступу: https://womab.com.ua/ua/smb-2013-04-1/3958.
12. Коритко З. І. Функціонально-метаболічні аспекти формування перехідних адаптаційно-компенсаторних процесів за умов екстремальних впливів / З. І. Коритко // Кримський терапевтичний журнал. – 2013. – № 2(21). – С. 20 – 28. – Режим доступу: http://www.crimtj.ru/Journal.files/21-2013-2/LR-Korytko-Adaptive_21-28.pdf.
13. Коритко З.І. Корекція функціонально-метаболічного гомеостазу за умов стресу / З.І. Коритко // Фізіологічний журнал, 2019. – Том 65, № 3. - С. 154. – Режим доступу: https://biph.kiev.ua/images/6/69/FiziolZh-3_dod_2019.pdf.
14. Коритко З.І. Вплив засобів фізичної реабілітації на якість життя хворих при ревматоїдному артриті / З.І. Коритко, Р.М. Поник, О.В. Купріненко // Експериментальна та клінічна фізіологія і біохімія, 2019. - №4. – С. 45-52. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/24849 .
15. Леськів І.Я. Адаптаційний потенціал та функціональні резерви кровообігу студентів з різним видом рухової активності / І.Я. Леськів, з.І. Коритко З. І., О.О. Мисаковець. // Експериментальна та клінічна фізіологія і біхімія. – 2013. – № 3. – С. 77 – 84. – Режим доступу: http://ecpb.org.ua/pdf/63/3/63.03.077.pdf.
16. Поник Р.М. Захворюваність та особливості реабілітації хворих на ревматоїдний артрит в умовах сьогодення / Р.М. Поник, З.І. Коритко // Здобутки клінічної та експериментальної медицини, 2019.- №3.- С. 183-187.– *Режим доступу:* https://doi.org/10.11603/1811-2471.2019.v.i3.10504 .

1. Allegri M., Montella S., Salici F. et al. Mechanisms of low back pain: a guide for diagnosis and therapy [version 2; referees: 3approved] // F1000Research 2016, 5 (F1000 Faculty Rev):1530 (doi: 10.12688/f1000research.8105.2).
17. Andersson G. B. J. The epidemiology of spinal disorders. In: Frymoyer J.W., editor. The adult spine: principles and practice. New York: Raven Press, Ltd.; 1991. – P. 107-146.
18. Baron R., Binder A., Attal N. et al. Neuropathic low back pain in clinical practice // Eur J Pain. – 2016. – 20(6). P. – 861-873.
19. Bennett M.I., Attal N., Backonja M.M. et al. Using screening tools to identify neuropathic pain // Pain. –2007. – 127. – P. 199-203.
20. Breivik H., Borchgrevink C., Allen S.M. et al. Assessment of pain / Br. J. Anaesth. – 2008. – 101 (1). – P. 17-24. 17. Chou R., Qaseem A., Snow V., Casey D. et al. Diagnosis and treatment of low back pain: a joint clinical practice guideline from the American college of physicians and the American pain society // Ann Intern Med. – 2007. – 147. P. – 478–491.
21. Cruccu G, Truini A. Tools for Assessing Neuropathic Pain // PLoS Med. – 2009. – 6(4): e1000045.
22. Cruccu G., Sommer C., Anand P., Attal N., Baron R. et al. EFNS guidelines on neuropathic pain assessment //Eur J Neurol. – 2010. – 17. P. 1010-1018.
23. 20. Cunningham L.S., Kelsey J.L. Epidemiology of musculoskeletal impairments and associated disability // Am J Public Health. – 1984. – Vol. 74. – P. 574-579.
24. Delitto A., George S.Z., Van Dillen L.R. et al. Low Back Pain // J Orthop Sports Phys Ther. – 2012. – 42(4). – P. 1-57.
25. Evidence-informed primary care management of low back pain. clinical practice guideline // Available online: http://www.topalbertadoctors.org/download/1885/LBPguideline.
26. Freynhagen R., Baron R. The evaluation of neuropathic components in low back pain // Curr Pain Headache Rep. – 2009. –13(3). P. – 185-90.
27. Haanpдд M., Attal N., Backonja M., Baron R. Et al. NeuPSIG guidelines on neuropathic pain assessment // Pain. – 2011. – 152(1). P. 14-27.
28. Hall H. Effective spine triage: patterns of pain //The Ochsner Journal. – 2014. – 14. P. 88-95.
29. Kaplan W., Wirtz V. J., Mantel-Teeuwisse A. et al. Priority medicines for Europe and the World: 2013 update. World Health Organization; Geneva, Switzerland. Available from: http://www.who.int/medicines/areas/priority_medicines/MasterDocJune28_FINAL_Web.pdf
30. Mehra M., Hill K., Nicholl D., Schadrack J. The burden of chronic low back pain with and without a neuropathic component: a healthcare resource use and cost analysis // J Med Econ. – 2011. – 15(2). P. – 245-252.

31. Treede R. D. Neuropathic pain: redefinition and a grading system for clinical and research purposes / Treede R. D., JensenT. S [et al.] // Neurology. – 2008. – 70 (18). P. 1630-1635.
32. Van Tulder M., Becker A., Bekkering T. et al. Chapter 3 European guidelines for the management of acute nonspecific low back pain in primary care // Eur. Spine J. –2006. – Vol. 15. – Suppl. 2. – P. 169–191.
33. Dzis I. Prediction of survival in non-Hodgkin lymphoma based on markers of systemic inflammation, anemia, hypercoagulability, dyslipidemia and Eastern Cooperative Oncology Group performance status / I. Dzis, O. Tomashevska, Ye. Dzis, Z. Korytko // Acta Haematologica Polonica, 2020; Volume 51, Issue 1, Pages 34–41, ISSN (Online) 2300-7117, DOI: https://doi.org/10.2478/ahp-2020-0008.
34. Korytko Z.I. Limit physical activity and stress: correction mechanism / Z.I. Korytko. – Праці наукового товариства ім. Шевченка. Медичні науки. - 2017. - Т. 49. - С. 27. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pntsh_lik_2017_49_19.
35. Korytko, Z., Kulitka, E., Bas, O., Chornenka, H., Zahidnyy, V., & Yakubovskyi, T. (2020). Adequacy criteria of physical loadings and their use in sports, physical education, and physical rehabilitation. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, (2 (50), 68-77. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2020-02-68-77.
36. Korytko Z. Use of integral hematological indices for diagnostics of athletes adaptive processes / Zoryana Korytko, Eduard Kulitka, Halyna Chornenka, Vasyl Zachidnyy // Journal of Physical Education and Sport – 2019. – Vol. 19, art 32. – P. 214–218. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/23475