

УДК 615.825:616.711-07

## ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ У РАЗІ ХВОРОБИ БЕХТЕРЄВА

Софія БАРАНОВСЬКА

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

**Вступ.** Хвороба Бехтерева, або анкілозуючий спондилоартрит, – це хронічне системне запальне захворювання сполучної тканини з переважним ураженням суглобів та зв'язкового апарату хребта, а також із залученням до патологічного процесу суглобів іншої локалізації. Для цієї хвороби вкрай важливе раннє діагностування та ранній початок лікування, адже тоді можна буде забезпечити якомога безболісний і непрогресуючий перебіг захворювання.

**Мета** вивчити вплив методів і засобів фізичної терапії на перебіг хвороби Бехтерева.

**Завдання дослідження:**

- узагальнити досвід застосування засобів фізичної терапії осіб із хворобою Бехтерева;
- обґрунтувати доцільність застосування фізичної терапії осіб із хворобою Бехтерева.

**Методи дослідження:** ретроспективний аналіз та узагальнення науково-теоретичної і методичної літератури з проблеми фізичної терапії у разі хвороби Бехтерева.

**Результати дослідження.** За результатами дослідження встановлено, що за наявності в пацієнта хвороби Бехтерева найбільш продуктивним є комплексний підхід із поєднаним використанням медикаментозного лікування, фізичної та кінезотерапії, а також дієтотерапії.

Під час розроблення програми фізичної терапії використовують такі методи: масаж, який допомагає розслабити м'язовий спазм, поліпшити кровопостачання суглоб й навколо суглобових тканин, зміцнити зв'язковий апарат, прискорити розсмоктування суглобового випоту, а також патологічних відкладень, лікувальна фізична культура (ЛФК), яка сприяє збереженню або збільшенню амплітуди руху в суглобах, збереження нормального тону м'язів, окрім даних методів також рекомендовано займатись дихальною гімнастикою, яка запобігає порушенню екскурсії легень.

**Висновки.** Установлено, що основну увагу для полегшення протікання хвороби Бехтерева слід приділяти увагу безперервній підтримці рухливості хребта й суглобів і оптимальному використанню всіх форм ЛФК для уникнення утворення анкілозів і деформацій. Систематичне застосування фізичних вправ у поєднанні з масажем і дихальною гімнастикою сприятиме полегшенню протікання хвороби та поліпшенню життєдіяльності пацієнта.

**Ключові слова:** хвороба Бехтерева, фізична терапія, масаж, лікувальна фізична культура.