

**ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**  
**з навчальної дисципліни**  
**«ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЇ»**  
**для студентів V курсу**

**Практичне заняття 1**

**Тема 1. Профілактика ускладнень.**

Описати механізми виникнення ускладнень у пацієнтів з неврологічним дефіцитом. Вказати яким чином ускладнення будуть мати вплив на стан осіб з хребтно-спинномозковою травмою (ХСМТ) та з гострим порушенням мозкового кровообігу (ГПМК).

***Короткий зміст практичних завдань***

- Профілактика відлежін.
- Профілактика ускладнень в роботі дихальної системи.
- Профілактика патологічних поз та контрактур.
- Профілактика постуральної гіпотензії.
- Профілактика артритів та артрозів (синдром болючого плеча).

**Практичне заняття 2**

**Тема 2. Обстеження неврологічного статусу. Тестування сили м'язів.**

Особливості обстеження неврологічного статусу пацієнтів з неврологічним дефіцитом. Тестування свідомості, пам'яті, рефлексів, чутливості. Особливості та методи оцінки сили та функціональних можливостей м'язів.

***Короткий зміст практичних завдань***

- Мануально-м'язовий тест (ММТ) - переваги та недоліки.
- Методичні особливості проведення ММТ.
- Вихідні положення пацієнта для оцінки сили м'язів за ММТ.
- Точки прикладання рук при тестуванні за ММТ.

**Практичне заняття 3**

**Тема 3. Тестування спастики, тестування соціально побутових рухових навичок.**

Причини виникнення спастики та методи оцінки підвищеного тонуусу та спастичності паралізованих м'язів. Оцінка рівня адаптованості до побутової діяльності, методи оцінки основних рухових навичок.

***Короткий зміст практичних завдань***

- Механізм виникнення підвищеного тонуусу та спастичності м'язів.
- Методи оцінки підвищеного тонуусу та спастичності м'язів.
- Переваги та недоліки шкали Ашфорда, методика проведення тестування.
- Методичні особливості проведення оцінки рівня володіння основними руховими навичками.
- Індекс Бартела.
- Шкала COVS.

- Шкала FIM.
- Шкала Berga.
- Тести для оцінки ризику падіння.

#### **Практичне заняття 4**

##### **Тема 4. Навики переміщення та пересування при хребетно-спиннозмозковій травмі ХСМТ.**

Особливості та ризику яких потрібно уникати при транспортуванні, переміщенні та пересуванні осіб з ХСМТ. Способи переміщення та пересування. Біомеханіка тіла фізичного терапевта під час переміщень.

##### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Особливості переміщення осіб з ХСМТ в шийному відділі з стабільним і нестабільним переломом хребта.
- Особливості переміщення осіб з ХСМТ в грудному відділі з стабільним і нестабільним переломом хребта.
- Особливості переміщення осіб з ХСМТ в поперековому відділі з стабільним і нестабільним переломом хребта.
- Допоміжні засоби переміщення та пересування.
- Положення тіла фізичного терапевта, які зменшують ризики травмувань спини.

#### **Практичне заняття 5**

##### **Тема 5. Навики переміщення та пересування при гострому порушенні мозкового кровообігу ГПМК.**

Особливості переміщень та пересування осіб з ГПМК. Значення переміщення та пересувань для профілактики ускладнень у осіб з ГПМК Правила позиціонування. Біомеханіка тіла фізичного терапевта під час переміщень.

##### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Повертання та позиціонування в лежачому положенні.
- Перехід з положення лежачи в положення сидячи.
- Перехід з положення сидячи в положення стоячи.
- Вставання з підлоги в положення стоячи.

#### **Практичне заняття 6**

##### **Тема 6. Особливості навчання техніці ходи при ХСМТ і ГПМК**

Значення ходи для соціальної адаптації пацієнтів з даною патологією. Прогнозуючі фактори для відновлення ходи. Фактори які впливають на відновлення ходи.

##### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Фази ходи здорової людини.
- Типові моделі порушення ходи у осіб з ХСМТ.
- Типові моделі порушення ходи у осіб з ГПМК.
- Допоміжні засоби при ходьбі.
- Техніка безпеки під час навчання ході.

## **Практичне заняття 7**

### **Тема 7. Пасивні вправи та вправи на розтяг при ХСМТ і ГПМК**

Теоретико-методичне обґрунтування застосування пасивних вправ та вправ на розтяг у осіб з в'ялим та спастичним типом паралічу.

#### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Покази та протипокази до виконання пасивних рухів та вправ на розтяг у осіб з ГПМК та ХСМТ.
- Способи виконання та утримування верхніх кінцівок осіб з спастичним паралічем
- Способи виконання та утримування верхніх кінцівок осіб з в'ялим паралічем
- Способи виконання та утримування нижніх кінцівок осіб з спастичним паралічем
- Способи виконання та утримування нижніх кінцівок осіб з в'ялим паралічем

## **Практичне заняття 8.**

### **Тренування силових якостей.**

Теоретико-методичне обґрунтування застосування силового тренування у осіб з в'ялим та спастичним типом паралічу.

#### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Особливості тренування сили м'язів у осіб з ХСМТ (спастичний парез).
- Особливості тренування сили м'язів у осіб з ХСМТ (в'ялий парез).
- Особливості тренування сили м'язів у осіб з ГПМК.
- Тренування сили м'язів за допомогою тренажерів.

## **Практичне заняття 9**

### **Тема 9. Тренування витривалості.**

Теоретико-методичне обґрунтування тренування витривалості у осіб з ГПМК і ХСМТ.

#### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Особливості тренування витривалості у осіб з ХСМТ.
- Особливості тренування витривалості у осіб з ГПМК.

## **Практичне заняття 10**

### **Тема 10. Навчання соціально-побутових рухових навичок при ХСМТ**

Значення рухових навичок для адаптації та соціалізації осіб з ХСМТ. Особливості навчання основних рухових навичок осіб з ХСМТ в залежності від рівня та важкості травми.

#### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Навчання навички повертання для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.

- Навчання навички переходу з лежачого положення в положення сидячи з прямими ногами для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.
- Навчання навички переходу з лежачого положення в положення сидячи опустивши ноги для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.
- Навчання навички пересування в ліжку для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.
- Навчання навички переходу з положення сидячи в положення стоячи для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.
- Навчання навички переміщення з ліжка/кушетки в крісло-візок для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.
- Навчання навички їзди у крісло-візку для осіб з травмою в шийному, грудному та поперековому відділі хребта.

### **Практичне заняття 11**

#### **Тема 11. Навчання соціально-побутових рухових навичок при ГПМК**

Значення рухових навичок для профілактики ускладнень, адаптації та соціалізації осіб з ГПМК. Навчання рухових навичок осіб які не мають порушень когнітивних функцій.

##### *Короткий зміст практичних завдань*

- Навчання повертання на бік де рухові функції не порушені.
- Навчання повертання на паралізовану сторону тіла.
- Навчання сидання через паралізовану сторону.
- Навчання сидання через не паралізовану сторону.
- Перехід з положення сидячи в положення стоячи.

### **Практичне заняття 12**

#### **Тема 12. Навчання соціально-побутових рухових навичок при ГПМК**

Значення рухових навичок для профілактики ускладнень, адаптації та соціалізації осіб з ХСМТ. Навчання рухових навичок осіб з порушенням когнітивних функцій. Особливості навчання при сенсорній і моторній афазії.

##### *Короткий зміст практичних завдань*

- Особливості навчання повертання на бік де рухові функції не порушені.
- Особливості навчання повертання на паралізовану сторону тіла.
- Особливості навчання сидання через паралізовану сторону.
- Особливості навчання сидання через не паралізовану сторону.
- Особливості навчання переходу з положення сидячи в положення стоячи.

### **Практичне заняття 13**

#### **Тема 13. Підбір та застосування ортопедичних засобів і засобів для переміщення.**

Значення допоміжних засобів переміщення для соціалізації та попередження падіння осіб з неврологічним дефіцитом. Застосування та вплив ортопедичних

засобів на профілактику артрозів. Компенсація та стимуляція втрачених функцій за допомогою ортопедичних засобів.

#### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Підбір засобів переміщення для осіб з ХСМТ.
- Підбір засобів переміщення для осіб з ГПМК
- Навчання користування засобами переміщення ХСМТ.
- Навчання користування засобами переміщення ГПМК.
- Підбір ортопедичних засобів (ортези, корсети, бандажі) для осіб з ХСМТ.
- Підбір ортопедичних засобів (ортези, корсети, бандажі) для осіб з ГПМК

### **Практичне заняття 14**

#### **Тема 14. Прогнозування та планування індивідуальних програм фізичної реабілітації.**

Значення алгоритму діяльності фізичного терапевта для процесу реабілітації. Складові алгоритму діяльності фізичного терапевта. Чинники від яких залежатиме прогноз реабілітації. Тактика та стратегія діяльності фізичного терапевта.

#### ***Короткий зміст практичних завдань***

- Алгоритм діяльності фізичного терапевта.
- Обстеження та аналіз результатів обстеження.
- Прогнозування на підставі результатів обстеження.
- Постановка цілей та задач як стратегічних так і тактичних
- Постановка цілей у форматі SMART.
- Міжнародна класифікація функціонування (МКФ).
- Підбір засобів та методів фізичної терапії.

### **3. Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Білянський О. Ю. Методика фізичної реабілітації осіб другого зрілого віку після мозкового ішемічного інсульту : метод. посіб. / Білянський О. Ю., Куц О. С. - Дрогобич : Відродження, 2007. - 137 с. - ISBN 978-966-538-184-6 <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/7612>
2. Епифанов В.А. Реабилитация больных, перенесших инсульт/ В.А. Епифанов. – М.: МЕДпресс-инфом, 2006. 256 с.: ил.
3. Крук Б. Нові технології фізичної реабілітації неповноосправних осіб з хребетно-спинномозковою травмою шийного відділу : навч. посіб. / Богдан Крук, Олександр Куц. - Львів : Українські технології, 2006. - 135 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10397>
4. Кобелєв С. Фізична реабілітація осіб з травмою грудного та поперекового відділів хребта і спинного мозку : метод. посіб. для студ. ВНЗ фіз. профілю / Степан Кобелєв. - Львів : ПП Сорока, 2005. - 88 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/9399>
5. Рокошевська В. Фізична реабілітація хворих після перенесеного мозкового геморагічного інсульту в умовах стаціонару : метод. посіб. для студ. вищ.

- навч. закл. фізкульт. профілю / Віра Рокошевська. - Львів, 2010. - 93 с.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/8000>
6. Реабилитация неврологических больных / А.С. Кадыков, Л.А. Черникова, Н.В. Шапаронов. – М.: МЕДпресс-информ, 2008. -560
  7. Susan B. O’Sullivan, Thomas J. Schmit. Physical rehabilitation: assessment and treatment / [edited by] – 4th ed. 2002. 1053p
  8. Шевага В.М. Неврологічні прояви захворювань судин головного мозку, їх діагностика та лікування: Курс вибраних лекцій. – Львів, 1998. – 43с
  9. Шевага В.М. Травма хребта та спинного мозку : курс вибраних лекцій. – Львів 1996. – 8 с.

#### Допоміжна:

1. Белова А. Н. Щепетова О. Н. Шкали, тести, та опитувальники в медичній реабілітації. – Москва: Антидор, 2002. ст. 53 – 55
2. Анатомія людини : навч. посіб. / М. Я. Гриньків, Ф. В. Музика, С. М. Маєвська, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 128 с.
3. Виленский Б.С. Инсульт: профилактика, диагностика, лечение. СПб.: Искусство России, 1999. – 336 с.
4. Гергіль О. Використання шкали spinal cord independence measure (SCIM) для оцінювання рівня незалежності осіб з хребетно-спинномозковою травмою / Олег Гергіль, Богдан Крук // Молода спортивна наука України : зб. тез доп. / за заг. ред. Євгена Приступи. - Львів, 2017. - Вип. 21, т. 3. - С. 86. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/7984>
5. Гриньків М. Нормальна анатомія : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 224 с.
6. Гэлли Р. Л., Спай Д. У., Симон Р. Р. Неотложная ортопедия. Позвоночник: Пер. с англ. – М.: Медицина, 1995. – 432 с.: ил
7. Демиденко Т.Д. Реабилитация при цереброваскулярной патологии. – Ленинград : Медицина, 1989. – 208с.:ил
8. Дмитрук М. Типові порушення функції ходьби в осіб після перенесеного мозкового інсульту / Михайло Дмитрук, Віра Рокошевська // Молода спортивна наука України : зб. тез доп. / за заг. ред. Євгена Приступи. - Львів, 2017. - Вип. 21, т. 3. - С. 87. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/7985>
9. Кадыков А.С. Ранняя реабилитация больных с нарушениями мозгового кровообращения// Ж. неврологии и психиатрии. – 1997. - №1 – С. 12 – 19
10. Качесов В. А. Основы интенсивной реабилитации. Травма позвоночника и спинного мозга. ЭЛБИ-СПб.: Санкт-Петербург, 2003. – 128 с., ил.
11. Кришюнас А.Й., Савыцкас Р.Ю., Гуденайте Р.В., Палубинскас М.Б.
12. Осложнения, влияющие на эффективность реабилитации в раннем периоде церебрального инсульта // Инсульт. – 2002. – №5. С. 56 – 60.
13. Крук Б. Р., Гунц В. Д. Влияние экспериментальной методики физической реабилитации на состояние мышечной системы у лиц с травмой шейного отдела при условиях совершенствования построения реабилитационного процесса. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта, 2007, 7.

- <https://scholar.google.com.ua/scholar?oi=bibs&hl=uk&cluster=12816579017114181066>
14. Крук Б. Особливості організації процесу фізичної реабілітації осіб із хребетно-спинномозковою травмою в умовах стаціонару./ Спортивна наука України, 2015, 2: 17-21. <https://scholar.google.com.ua/scholar?oi=bibs&hl=uk&cluster=8082248593391820335>
  15. Крук Б. Вплив експериментальної методики фізичної реабілітації на стан респіраторної системи в осіб із хребетно-спинномозковою травмою шийного відділу хребта / Богдан Крук // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. - Львів, 2005. - Вип. 9 , т. 2. - С. 37 - 42. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14793>
  16. Крук Б. Рекомендації щодо використання вправ, спрямованих на розвиток сили м'язів, у фізичній реабілітації осіб із хребетно-спинномозковою травмою / Богдан Крук // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. - Львів, 2004. - Вип. 8, т. 2. - С. 202-205. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14047>
  17. Крук Б. Характеристика осіб, залучених до фізичної реабілітації з наслідками гострої спинно - мозкової травми у шийному відділі хребта / Богдан Крук // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту. - Львів, 2003. - Вип. 7 , т. 1. - С. 292 - 294. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/13617>
  18. Крук БР. Визначення вихідного рівня показників рухової функції осіб з хребетноспинномозковою травмою шийного відділу в післяопераційний період. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту: зб. наук. праць/за ред. СС Єрмакова. 2004(15):70-4.
  19. Крук Б. Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Збірник наукових праць. Ч. II., Випуск 3.-Рівне: Редакційно-видавничий центр Міжнародного університету" РЕГІ" імені академіка Степана Дем'янчука, 2003.-215 с.-С. 161-165.
  20. Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія " та "Нормальна фізіологія") : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Станіслав Крась, Софія Маєвська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 146 с.
  21. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
  22. Мухін В.М. Фізична реабілітація : підруч. для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. – К.: Олімпійська література, 2000. – с.
  23. Основні засади післяінсультної реабілітації. – Львів: Стрім, 2002.№3.С.4 – 33
  24. Окамото Г. Основи фізичної реабілітації. Перекл. з англ. – Львів: Галицька видавнича спілка, 2002. – 325 с.
  25. Попов С.Н., Физическая реабилитация: Учебник для академий и институтов физической культуры. – Ростов н /Д: Феникс, 1999 – 608 с.\

26. Рокошевська В. Застосування моделі міжнародної класифікації функціонування (МКФ) у фізичній терапії осіб після перенесеного мозкового інсульту / Віра Рокошевська, Богдан Крук // Сучасні тенденції у практиці й освіті з фізичної терапії : тези доп. Міжнар. наук. семінару. - Львів, 2016. - С. 50-52. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11221>
27. Росолянка Н. Клінічні тести для визначення стану рівноваги та координації в осіб із неврологічним дефіцитом / Наталія Росолянка // Фізична активність, здоров'я і спорт. - 2018. - № 1 (31). - С. 37-44. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/21059868>
28. Реабилитация больных с постинсультными параличами и парезами. Метод. рекомендации. – М., 1976 – 103 с.
29. Теория и методика физического воспитания /Под ред. Т. Ю. Круцевич . – Киев : Олімпійська література, 2002. Т. 2. – 253с.
30. Триумфов А. В. Топическая диагностика заболеваний нервной системы. – 4-е изд. Л.: Медгиз, 1959. – 276 с., ил.
31. Фізична реабілітація : анот. бібліогр. покажч. трьома мовами / уклад. Ірина Свістельник. – Київ : Кондор, 2012. – 1162 с.
32. Ярош О.А., Нервові хвороби: Пер. з рос./ Ярош О.А Криворучко І. Ф., - К.: Вища школа, 1993. – 487 с.
33. Dmytruk M. B. Algorithm for selecting clinical instruments for the assessment of walking function in post-stroke patients / Dmytruk Mykhailo Bogdanovych, Rokoshevskaya Vira Viktorivna // Journal of Physical Education and Sport. - 2019. - Vol. 19, is. 1. - P. 710-715. (Scopus) <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/20185>
34. Hammell K. W. Spinal Cord Injury Rehabilitation // Chapman & Holl – 1995. 61 – 65s.
35. Palmer M. L., Toms J. E. Manual For Functional Training // F.A. Davis Company. – 1992. 12 – 13s.
36. Jaillard A., Cornu E., Durieux P., Moulin T., Boutitim F., Jess K.R., Hommel M. Hemorrhagic transformation in ischemic strokes. The MPST-E Study // Stroke, 1999. - 30, № 7 – С. 7–19.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

37. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
38. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
39. Фізична реабілітація. Фізична терапія : анот. бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2019. – 145 с.
40. Фізична реабілітація у фізичному вихованні та спорті : анот. бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 66 с.
41. Ресурси інтернет.